



學生輔導 - 試後親子溝通小錦囊

考試結束後，孩子們陸續收到各科試卷的成績，大家感覺如何呢？無論這次的結果是怎樣，擁有「成長型思維」的人才能持續進步，邀請大家花少許時間細閱以下分享。

固定型思維



抱持固定型思維的人會以表現為目標。他們認為能力是與生俱來及不變的。他們為保持聰明的形象，會用盡一切辦法來逃避失敗。

抱持固定型思維態度的說話例子：

1. 你考得這麼好，真聰明。
2. 你考得這麼糟，真沒用！
3. 你這麼大意，真笨！
4. 你上次都是這樣錯，總是學不會。



成長型思維



抱持成長型思維的人會以學習為目標。他們相信能力是可透過努力而作出改變，並視失敗為學習和進步的機會。因此，他們會更勇於接受挑戰及面對困難。持上述態度說話的例子：

1. 這是你努力的成果。
2. 有哪些部分可以進步呢？
3. 甚麼方法可避免不小心的失誤呢？
4. 你只是暫時未掌握。

