Установка – Взгляд изнутри

**Что доказывает успех — наличие ума или знаний?**

**Успех** – постоянное стремление к развитию уже приобретенных знаний, умений, как и понимание того, что саморазвитие не только возможно, но и является необходимой частью и составляющей достижения поставленных нами целей.

Разное восприятие понятия «способности»:

- При установке на данность это **заданные** **способности**, которые **нужно** **доказывать** – неудачи свидетельствуют тут о недостатке ума, таланта.

- При установке на рост неудача говорит о **недостаточном** **росте**: нужно **приложить больше усилий** и подкорректировать свои действия.

Все общество условно делиться на:

1. Людей, которые готовы учиться и развиваться считая, что над своим уровнем интеллекта все время нужно работать.
2. Людей, которые не учатся и пытаются обезопасить себя не совершая лишних ошибок.

Ключевые аспекты мышления человека с установкой на рост:

1. **Познавание себя и своих способностей**, их развитие..
2. **Процветание** человека вяжется с **постоянным** **саморазвитием**.
3. Чем **сложнее** **задача**, тем выше **решимость** ее сделать и достичь поставленной цели – ведь именно это и даст возможность развить свои навыки и умения еще больше.
4. **Подтверждение** своего **интеллекта** **решением** **трудных** **задач**, для решения которых приходится прикладывать большие усилия, чтобы в результате сделать то, чего раньше не мог или не умел.

Ключевые аспекты мышления человека с установкой на данность:

1. **Подтверждение уже существующих способностей**, талантов, которые даны человеку от природы и избегание поражений во что бы то ни стало.
2. **Подтверждение** своего **интеллекта** **избеганием** **совершения** **ошибок**, заканчивание работы быстрее, решении только простых задач или тех, в которых решении ты уверен.
3. Основная мысль кроется за догмой: **если какой-то навык или способность у человека есть, то он проявится сам по себе**, а проходить какое-либо обучение не имеет смысла.
4. **Подтверждение своего интеллекта решением легких, простых для него задач**, в которых человек не допускает ошибок: работа выполняется быстрее, чем нужно и при этом все получается идеально.

**Установка меняет смысл неудачи**

Установка полностью меняет воспринимание неудачи:

1. **Ригидность в** убеждениях является своего рода **установкой**, **которая ограничивает нас и полностью искореняет возможность развития всех наших качеств**, **а как результат – нашей личности**.
2. Неправильное восприятие неудач. Люди с установкой на рост понимают, что **за каждой трудностью стоит возможность улучшения своего качества** жизни и становления тем человеком, которым они стремятся быть.
3. **А)** Установка на рост заставляет искать нужные способы решения тяжелой задачи – ориентироваться на тех, кто лучше и кто уже успешно решил эти же задачи.

**Б)** Установка на данность помогает снять ответственность за свои неудачи, недостаток навыков для решения определенных задач и скинуть ее на внешние факторы или других людей. Улучшение своего мнения о себе происходит путем ориентации на тех, кто хуже чем ты.

**Установка меняет смысл усилий**

1. Смысл усилий для человека с установкой на рост:

* не отвергают существование таланта и природных способностей, но понимают что их важность вторична.
* Куда важнее приложенные усилия для развития своих способностей и таланта, ведь именно усилия помогают превратить их в достижение.
* Успех – означает делать лучшее, на что ты способен, а усилия – ключ к успеху.

1. Смысл усилий для человека с установкой на данность :

* восхищаются теми, кто достигает всего без лишнего труда, из чего и исходит их убеждение о бессмысленности попыток развития неприсущих им навыков
* Уверенность в неизменности качеств отбивают у них любое желание прилагать какие либо усилия в области развития, где им недостает компетенция, навыков
* Успех – удел особо одаренных, а усилия – удел тех, кому недостает таланта.

**Развивайте свою установку**

1. Пробудить в себе интерес к изучению увлекающих меня тем.
2. Комфорт и непогрешность это не про рост. Работа над своими ошибками и слабыми сторонами, конструктивная критика и принятие своего несовершенства открывают дорогу к изменениям и развитию.
3. Избавится от клейма («неудачник», «недотепа», «лентяй»…) путем оценки валидности этого убеждения через призму установки на рост. Извлечь уроки с негативного опыта, на основании которого сформировалось это клеймо.
4. Правильные действия (усвоение новых знаний, преодолевание препятствий), работа над своими проблемами помогают почувствовать себя лучше в состоянии подавленности.
5. Регулярно пробовать новые вещи.