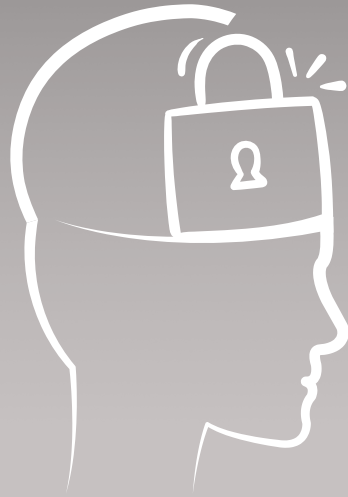


# WORKSHEET

---



# FIXED MINDSET GROWTH



# Schritt 1: Selbstreflexion

Was sind einige Gedanken oder Überzeugungen, die ein Fixed Mindset in dir fördern?

A large grid of small dots for writing.

# Schritt 2: Herausforderung

Wie könnten diese Gedanken oder Überzeugungen deine persönliche und berufliche Entwicklung einschränken?

A large grid of dots for writing, consisting of 20 columns and 30 rows of small, evenly spaced dots.

# Schritt 3: Umformulierung

Wie könntest du diese Gedanken oder Überzeugungen umformulieren, um ein Growth Mindset zu fördern?

A large grid of dots for writing, consisting of 20 columns and 30 rows of small, evenly spaced dots.

# Schritt 4: Handlungsplan

Welche konkreten Schritte kannst du unternehmen, um diese neuen Überzeugungen in die Tat umzusetzen?

A large grid of dots for writing a plan. The grid consists of 20 columns and 30 rows of small, evenly spaced dots, providing a guide for handwriting.

# Schritt 5: Selbstbeobachtung

Wie fühlst du dich, nachdem du diese Übung gemacht hast? Gibt es Veränderungen in deinem Denken oder Verhalten?

A large grid of small dots, intended for writing the user's reflections on the exercise.

# Bonus: Affirmationen

Schreibe 3 positive Affirmationen auf, die dein Growth Mindset stärken.

**1**

**2**

**3**

Das war's schon! Du kannst dieses Worksheet so oft wie nötig durchgehen. Es ist ein toller Weg, um dich selbst besser kennenzulernen und aktiv an der Entwicklung eines Growth Mindsets zu arbeiten. Viel Spaß dabei!