

Aussagen II	
Fixed Mindset-Aussage	Growth Mindset-Antwort
1. „Ich bin einfach nicht Technik-affin.“	1. „Ich kann meine technischen Fähigkeiten verbessern, wenn ich trainiere.“
2. „Ich habe nicht das Zeug dazu, ein Leader zu sein.“	2. „Ich kann Leadership-Fähigkeiten entwickeln, indem ich aus meinen Erfahrungen lerne.“
3. „Ich kann meine Karriere nicht ändern, weil ich zu alt bin.“	3. „Es ist nie zu spät, neue Wege in meiner Karriere zu gehen.“
4. „Ich habe Angst, vor anderen zu sprechen.“	4. „Ich kann meine Nervosität überwinden, indem ich öfter übe und es versuche.“
5. „Ich kann nicht mit Druck umgehen.“	5. „Ich lerne, unter Druck zu arbeiten, indem ich Techniken zur Stressbewältigung anwende.“
6. „Das ist einfach nicht mein Typ.“	6. „Ich kann meinen Horizont erweitern, indem ich Neues ausprobieren.“
7. „Ich will nicht in die Öffentlichkeit treten, weil ich versagen könnte.“	7. „Ich kann mich weiterentwickeln, indem ich mich Herausforderungen stelle.“
8. „Warum sollte ich etwas Neues lernen, wenn ich genau weiß, was ich kann?“	8. „Es gibt immer etwas Neues zu lernen, was mich verbessern kann.“
9. „Ich mache keine Fehler.“	9. „Fehler sind wertvolle Gelegenheiten, um zu wachsen und zu lernen.“
10. „Ich kenne schon alles über mein Fachgebiet.“	10. „Es gibt immer Raum für Verbesserung und neue Erkenntnisse in meinem Fachgebiet.“
11. „Das wird niemals so gut wie früher.“	11. „Ich kann es auch besser machen, wenn ich denke, wie ich mich weiterentwickeln kann.“
12. „Ich kann nicht multitasken.“	12. „Ich kann lernen, meine Aufgaben besser zu organisieren und effizienter zu arbeiten.“
13. „Ich neige dazu, schnell aufzugeben.“	13. „Ich kann Geduld üben und dranbleiben, auch wenn es schwierig ist.“
14. „Ich bin nicht dafür gemacht, viel zu reisen.“	14. „Reisen kann eine spannende Erfahrung sein, die mir neue Perspektiven eröffnet.“
15. „Ich halte nicht lange durch.“	15. „Ich kann meine Ausdauer und Durchhaltevermögen durch Übung steigern.“
16. „Ich habe keine Zeit, um an mir zu arbeiten.“	16. „Ich kann Zeit einplanen, um mich weiterzuentwickeln und zu lernen.“

Aussagen II	
Fixed Mindset-Aussage	Growth Mindset-Antwort
17. „Ich kann die Teams nicht führen.“	17. „Ich kann Führungsfähigkeiten erlernen, indem ich Verantwortung übernehme.“
18. „Ich bin schlecht darin, meine Zeit zu managen.“	18. „Ich kann effektive Zeitmanagement-Techniken erlernen und anwenden.“
19. „Ich habe keine Kontrolle über meine Karriere.“	19. „Ich kann proaktiv Entscheidungen treffen, um meine Karriere zu gestalten.“
20. „Ich mache keine Kompromisse.“	20. „Kompromisse können zu besseren Lösungen führen, die allen zugutekommen.“