

Aussagen I	
Fixed Mindset-Aussage	Growth Mindset-Antwort
1. „Ich kann das nicht.“	1. „Ich kann es noch nicht, aber ich kann es lernen.“
2. „Ich habe einfach kein Gefühl für Zahlen.“	2. „Ich kann meine mathematischen Fähigkeiten verbessern, wenn ich übe.“
3. „Ich bin von Natur aus nicht kreativ.“	3. „Ich kann meine Kreativität fördern, indem ich neue Dinge ausprobiere.“
4. „Ich werde im Team niemals gut abschneiden.“	4. „Ich kann meine Teamarbeit durch Zusammenarbeit und Feedback verbessern.“
5. „Das ist nur für Leute mit Talent.“	5. „Jeder kann durch Fleiß und Übung erfolgreich werden.“
6. „Ich finde es schwer, neue Fähigkeiten zu lernen.“	6. „Es wird herausfordernd sein, aber ich freue mich auf den Lernprozess.“
7. „Wenn ich scheitere, bedeutet das, dass ich nicht gut bin.“	7. „Fehler sind Gelegenheiten, um zu lernen und zu wachsen.“
8. „Ich bin nicht gut im Sprechen vor Gruppen.“	8. „Ich kann besser werden im Sprechen, wenn ich die Gelegenheit dazu nutze und übe.“
9. „Ich habe nicht genug Zeit, das zu lernen.“	9. „Ich kann meine Zeit organisieren, um neue Fähigkeiten zu entwickeln.“
10. „Das wird zu schwierig für mich sein.“	10. „Es wird eine Herausforderung sein, aber ich kann es angehen.“
11. „Ich bin einfach nicht gut mit Menschen.“	11. „Ich kann meine zwischenmenschlichen Fähigkeiten durch Übung verbessern.“
12. „Das ist nicht mein Bereich, also werde ich nicht versuchen, es zu lernen.“	12. „Es ist eine neue Herausforderung, und ich kann mein Wissen erweitern.“
13. „Ich habe immer Schwierigkeiten mit Mathe.“	13. „Ich kann meine mathematischen Fähigkeiten verbessern, wenn ich konzentriert lerne.“
14. „Ich bin ein langsamer Lerner.“	14. „Ich lerne in meinem eigenen Tempo, und das ist in Ordnung.“
15. „Ich habe es noch nie getan, also kann ich es nicht.“	15. „Ich habe es noch nie getan, aber ich bin bereit, den Versuch zu starten.“
16. „Das ist nur für Leute mit besonderen Fähigkeiten.“	16. „Jeder kann Erfolg haben, wenn er hart arbeitet und sich anstrengt.“

Aussagen I	
Fixed Mindset-Aussage	Growth Mindset-Antwort
17. „Ich muss perfekt sein, sonst versage ich.“	17. „Es ist in Ordnung, nicht perfekt zu sein. Das Lernen ist wichtiger.“
18. „Ich kann nicht mit Kritik umgehen.“	18. „Konstruktive Kritik hilft mir, mich zu verbessern.“
19. „Das ist zu riskant für mich.“	19. „Risiko kann zu neuen Möglichkeiten führen, und ich werde es ausprobieren.“
20. „Ich bin nicht für Führungsrollen gemacht.“	20. „Ich kann Leadership-Fähigkeiten entwickeln, indem ich lerne und wachse.“