

# Examen

## Prueba de mentalidad

¿Qué tipo de mentalidad tienes?

Instrucciones: Para cada pregunta, marque la casilla junto a cómo se siente acerca de la declaración.

1. No puedes cambiar mucho tu inteligencia.

Muy de acuerdo  De acuerdo  En desacuerdo  Muy en desacuerdo

2. Siempre puedes cambiar cosas básicas sobre el tipo de persona que eres.

Muy de acuerdo  De acuerdo  En desacuerdo  Muy en desacuerdo

3. Cualquiera puede convertirse en músico o entrar en el negocio de la música.

Muy de acuerdo  De acuerdo  En desacuerdo  Muy en desacuerdo

4. Solo unas pocas personas serán realmente buenas en los deportes: hay que "nacer con él".

Muy de acuerdo  De acuerdo  En desacuerdo  Muy en desacuerdo

5. Las matemáticas son mucho más fáciles de aprender si usted es hombre o tal vez proviene de una cultura que valora las matemáticas.

Muy de acuerdo  De acuerdo  En desacuerdo  Muy en desacuerdo

6. No importa qué tipo de persona seas, siempre puedes cambiarte a ti mismo.

Muy de acuerdo  De acuerdo  En desacuerdo  Muy en desacuerdo

# Examen

7. Intentar cosas nuevas es estresante para mí y lo evito.

Muy de acuerdo  De acuerdo  En desacuerdo  Muy en desacuerdo

8. Algunas personas son buenas y amables, y otras no, la gente no suele cambiar.

Muy de acuerdo  De acuerdo  En desacuerdo  Muy en desacuerdo

9. Aprecio cuando otras personas me dan ideas sobre formas en que puedo mejorar.

Muy de acuerdo  De acuerdo  En desacuerdo  Muy en desacuerdo

10. Todas las personas, a menos que tengan una lesión cerebral o deformidad congénita, son capaces de aprender lo mismo.

Muy de acuerdo  De acuerdo  En desacuerdo  Muy en desacuerdo

11. La gente es básicamente buena, pero a veces toma decisiones terribles.

Muy de acuerdo  De acuerdo  En desacuerdo  Muy en desacuerdo

12. Puedes aprender cosas nuevas, pero realmente no puedes cambiar lo inteligente que eres.

Muy de acuerdo  De acuerdo  En desacuerdo  Muy en desacuerdo

13. Puedes hacer las cosas de manera diferente, pero las partes importantes de quién eres realmente no se pueden cambiar.

Muy de acuerdo  De acuerdo  En desacuerdo  Muy en desacuerdo

14. Una razón importante por la cual los niños deben hacer su trabajo escolar es para que puedan aprender cosas nuevas.

Muy de acuerdo  De acuerdo  En desacuerdo  Muy en desacuerdo

15. Las personas que son muy inteligentes no necesitan esforzarse demasiado.

Muy de acuerdo  De acuerdo  En desacuerdo  Muy en desacuerdo

## Examen

Preguntas de crecimiento - (preguntas que apoyan una mentalidad de crecimiento): 2, 3, 6, 9, 10, 11, 14

1. Totalmente de acuerdo-3 puntos
2. De acuerdo-2 puntos
3. En desacuerdo-1 punto
4. Totalmente en desacuerdo: 0 puntos

Preguntas fijas (preguntas que respaldan una mentalidad fija): 1, 4, 5, 7, 8, 12, 13, 15

1. Totalmente de acuerdo-0 punto
2. De acuerdo-1 punto
3. En desacuerdo-2 puntos
4. Totalmente en desacuerdo-3 puntos

Fuerte mentalidad de crecimiento 45-33 puntos

Mentalidad de crecimiento con algunas ideas fijas 32-24 puntos

Mentalidad fija con algunas ideas de crecimiento 23-15 puntos

Fuerte mentalidad fija 14-0 puntos

Adaptado de:

Dweck, C.S. (2006) Mentalidad: la nueva psicología del éxito. New York House Inc.