

แนะนำหนังสือ

Book Review

สุภาภรณ์ งามวัน
คณะวิทยาการจัดการ
มหาวิทยาลัยอีสเทิร์นเอเซีย



ชื่อหนังสือ: Mindset ใช้ความคิดเอาชนะโชคชะตา

ผู้เขียน: Carol S. Dweck

แปลโดย: พรรณี ชูจิรวงศ์

จำนวนหน้า: 360 หน้า

Mindset ใช้ความคิดเอาชนะโชคชะตา หนังสือเล่มนี้ มีจำนวน 358 หน้า ประกอบด้วย 8 บท เป็นหนังสือที่อ่านง่าย อ่านสบาย การเขียนจะเป็นการนำเสนอหลักการประกอบ case สั้นๆ ซึ่งเมื่ออ่านในหลักการแล้ว อ่าน case ประกอบ ก็จะมองเห็นภาพ และเข้าใจได้ในทันที เนื้อหาในหนังสือจะกล่าวถึง Mindset ที่แบ่งออกเป็น 2 ประเภท คือ Fixed Mindset และ Growth Mindset กล่าวโดยรวม คือ Fixed Mindset หมายถึง มุมมองที่มองว่าทุกอย่างไม่สามารถปรับเปลี่ยนได้ จะคงที่ คงตัว และเป็นเช่นเดิมตลอดไป บุคคลที่มีมุมมอง แบบ Fixed Mindset นี้ หากเกิดมามีสติปัญญาไม่ดึ้นัก มีความอ่อนด้อยกว่าบุคคลอื่น ก็จะมีมุมมองว่าตนเองจะต้องเป็นเช่นนั้นตลอดไป อ่อนด้อยตลอดไป เมื่อมีมุมมองความคิดความเชื่อเช่นนี้ก็จะไม่เกิดความพยายามในการปรับปรุงตัวแต่อย่างใด เพราะเชื่อว่าแม้พยายามปรับปรุงไปก็ไม่สามารถเปลี่ยนแปลงอะไรได้

ในขณะที่คนมีมุมมองแบบ Growth Mindset จะคิดในทางตรงกันข้าม ซึ่งโดยรวมหมายถึง คิดว่าเราสามารถเปลี่ยนแปลงได้ ปรับปรุงได้ และพัฒนาได้ นั่นเอง

บทที่ 1: กรอบคิด

“ความเชื่อ ความรู้สึกนึกคิดเกี่ยวกับตนเอง” ที่พัฒนาเป็นตัวตน นั่นคือ กรอบคิด จากกรอบคิดที่ว่าคุณสมบัติของมนุษย์เป็นสิ่งที่ตายตัว ฝังรากลึก และไม่มีวันเปลี่ยนแปลงนี้ ได้เกิดข้อถกเถียงกับ กรอบคิดที่ว่า มนุษย์สามารถฝึกฝนได้ อบรมได้ พัฒนาได้ โดยแนวคิดทั้งสองนี้เรียกว่า กรอบคิดแบบตายตัว (fixed mindset) และกรอบคิดแบบพัฒนาได้ (growth mindset) ตามลำดับ

ในบทที่ 1 นี้ จะอธิบายให้เห็นภาพของกรอบคิดทั้ง 2 ประการ นี้ รวมทั้งแนวทางในการพัฒนากรอบคิดให้ผู้อ่านได้เกิดความคิดรวบยอดเกี่ยวกับกรอบคิดในเรื่องของความหมาย ความสำคัญ และการพัฒนา เพื่อใช้ความเข้าใจเบื้องต้นเรื่องกรอบคิด (mindset) นี้ เป็นพื้นฐานในการทำความเข้าใจเนื้อหาในบทที่ 2 – 8 ตามลำดับ ต่อไป

บทที่ 2: ภายในกรอบคิด

เมื่อเราเดินเข้าไปในกรอบคิดแบบใดแบบหนึ่งเท่ากับตัวเราได้ก้าวเข้าไปในโลกนั้นด้วย หมายถึง โลกของความสามารถแบบตายตัว และโลกของความสามารถแบบเปลี่ยนแปลงได้ ซึ่งจริงๆ แล้วกรอบคิดเป็นความเชื่อที่ทรงพลังมาก เป็นสิ่งที่อยู่ในใจ ซึ่งเราต้องตระหนักเสมอว่าแม้จะทรงพลังเพียงใด แต่ก็สามารถเปลี่ยนแปลงได้ คนที่มีกรอบคิดแบบตายตัว (fixed mindset) เวลาได้รับความคิดเห็นที่สะท้อนความสามารถของตัวเองจะให้ความสนใจเพียงเพื่ออยากรู้ว่าตัวเองถูกหรือผิด ในขณะที่คนที่มีกรอบคิดแบบพัฒนาได้ (growth mindset) จะให้ความสนใจกับข้อมูลที่จะนำมาช่วยขยายขอบเขตการเรียนรู้และความรู้ของเขา ผู้ที่มีกรอบคิดแบบพัฒนาได้

(growth mindset) จะใช้ความท้าทายเป็นปัจจัยในการพัฒนาตนเอง เพิ่มศักยภาพของตนเอง

ในบทนี้จะสะท้อนให้เห็นถึงแนวคิดและผู้คนจำนวนมากที่ประสบความสำเร็จได้จากการพัฒนากรอบคิด เปลี่ยนกรอบคิด และรวมถึงการมองกรอบคิดเสียใหม่ การยึดติดกับกรอบคิดที่ตายตัว (fixed mindset) อาจจะทำให้ความพ่ายแพ้ ล้มเหลว ตามหลอกหลอนไปตลอดชีวิต แต่เมื่อหันมามองกรอบคิดแบบพัฒนาได้ (growth mindset) จาก case หลายๆ case ที่ผู้เขียนหยิบยกมาเป็นตัวอย่างไว้ในเนื้อหาส่วนนี้ เราจะเห็นภาพได้อย่างชัดเจนว่ากรอบคิดที่พัฒนาได้ (growth mindset) จะทำให้เกิดความพยายามอย่างเต็มที่และนำไปสู่ความสำเร็จในที่สุด

บทที่ 3: ข้อเท็จจริงเกี่ยวกับความสามารถและความสำเร็จ

ผู้เรียนที่มีกรอบคิดแบบพัฒนาได้ (growth mindset) จะจดจ่ออยู่กับการเรียนและแรงจูงใจของตัวเองอย่างเต็มที่ หมั่นสร้างแรงจูงใจอยู่เสมอ คนที่มีกรอบคิดแบบพัฒนาได้นี้จะคิดถึงการเรียนรู้อยู่ตลอดเวลา จะมองหาหนทางทุกอย่างที่จะก่อให้เกิดการเรียนรู้ แต่สำหรับคนที่มีกรอบคิดแบบตายตัว (fixed mindset) จะหาทางทำทุกวิถีทางให้ได้เกรดดีๆ ยกเว้นการเรียนรู้กระบวนการที่จะได้ช่วยพัฒนาให้ได้เกรดดีๆ ครูจะต้องยึดถือยึดมั่นในกรอบคิดแบบพัฒนาได้ (growth mindset) และส่งต่อออกไปให้แกผู้เรียน ให้ผู้เรียนเชื่อมั่นว่าเขาสามารถพัฒนาตัวเองได้ กรอบคิดแบบพัฒนาได้ (growth mindset) จะทำให้คนเราไขว่คว้าสิ่งต่างๆ ที่ต้องการ หรือมีประโยชน์ต่อตนเอง

ในบทนี้จะสะท้อนให้เห็นถึงความสามารถและความสำเร็จที่เกิดจากกรอบคิดแบบพัฒนาได้ (growth mindset) ในบทนี้มี case ที่น่าสนใจหลาย case ที่ผู้เขียนหยิบยกมาให้ได้ศึกษาวิเคราะห์ เพื่อสนับสนุนความคิดที่ว่ากรอบคิดแบบพัฒนาได้ (growth mindset) มีความสัมพันธ์กับการพัฒนาความสามารถและการประสบความสำเร็จ

บทที่ 4 กีฬา: กรอบคิดของผู้ชนะ

ในทางการกีฬา ความเชื่อเรื่องพรสวรรค์นั้นเป็นเรื่องที่หลายคนเชื่อมั่นมาก คำว่า เก่งแต่เกิด รูปร่างเหมาะกับการเป็นนักกีฬาเป็นที่มาของการเติบโตมาเป็นนักกีฬา ซึ่งก็คือกรอบคิดแบบตายตัว (fixed mindset) นั่นเอง แต่

ในขณะที่เดียวกันกรอบคิดแบบพัฒนาได้ (growth mindset) อาจช่วยให้นักกีฬาประสบความสำเร็จไปได้ไกลกว่าที่เป็นอยู่ ซึ่งหมายความว่า หากนักกีฬามีมุมมองโดยทั่วไปว่า การจะเป็นนักกีฬาได้คือมีร่างกายกำยำและมีพรสวรรค์แต่เกิด (กรอบคิดแบบตายตัว) แต่ไม่ได้มองเรื่องการพัฒนาความสามารถต่างๆ (กรอบคิดแบบพัฒนาได้) ก็อาจจะไม่ประสบความสำเร็จถึงที่สุด

ในบทนี้จะสะท้อนให้เห็นว่า คนที่เก่งตั้งแต่เกิด มีพรสวรรค์ตั้งแต่เกิด แล้วคิดว่านั้นคือดีแล้ว เก่งแล้ว และไม่พยายามอะไรเพิ่มนัก กับคนที่มีความพยายาม ฝึกฝน ฝึกซ้อม หรือ ผู้ที่มีพรสวรรค์ด้วย ฝึกซ้อมด้วย พยายามด้วย แบบไหนจะไปสู่ความสำเร็จได้ดีกว่ากัน ซึ่งแน่นอนว่านักกีฬาที่มีกรอบคิดแบบพัฒนาได้ (growth mindset) มากกว่ากรอบคิดที่ตายตัว (fixed mindset) ย่อมนำมาซึ่งความสำเร็จได้มากกว่า เนื่องจากการเรียนรู้และการพัฒนา ไม่ใช่มุ่งแต่จะเอาชนะเพียงอย่างเดียว

บทที่ 5 ธุรกิจ: กรอบคิดกับการเป็นผู้นำ

ในทางธุรกิจ ในทางการบริหาร ผู้ที่มีกรอบคิดแบบพัฒนาได้ (growth mindset) จะพยายามพัฒนาตัวเองอยู่ตลอดเวลา คลุกคลีกับผู้มีความสามารถเพื่อค้นหาข้อผิดพลาดและข้อบกพร่องของตนเองอย่างตรงไปตรงมา รวมถึงพิจารณาว่าองค์กรต้องการทักษะแบบไหนในอนาคต เพื่อที่จะก้าวไปข้างหน้าด้วยความมั่นใจ มีรากฐานมาจากข้อเท็จจริง ซึ่งคนที่มีกรอบคิดแบบพัฒนาได้ (growth mindset) จะไม่กังวลเรื่องการประเมินผล และพร้อมจะนำผลประเมิน นำข้อมูลย้อนกลับเกี่ยวกับตนเอง มาใช้พัฒนาข้อผิดพลาดของตัวเอง ส่งผลให้ปฏิบัติงานได้ดีขึ้น แต่สำหรับผู้ที่มีกรอบคิดแบบตายตัว (fixed mindset) เมื่ออยู่ในองค์กรอาจมีความเชื่อว่าตนเหนือกว่าผู้อื่นและอยากพิสูจน์ พยายามแสดงความเหนือกว่าของตนเองต่อผู้อื่น เพื่อให้ผู้อื่นรับทราบ ซึ่งกรอบคิดแบบตัวเป็นตัวการสำคัญที่ทำให้เกิดทริชขึ้นในองค์กร

ในทางธุรกิจ กรอบคิดที่ตายตัว (fixed mindset) จะทำลายความสนุก และความคิดสร้างสรรค์ นานวันเข้าการตอบสนองต่อความท้าทายจากคู่แข่งก็จะลดน้อยลงเรื่อยๆ และหันไปพึ่งไม้ตายของกรอบคิดแบบตายตัว (fixed mindset) ซึ่งก็คือ การกล่าวโทษ การดัว และการ

ปฏิบัติอย่างไรเหตุผล ผู้นำในองค์กรแบบกรอบคิดที่พัฒนาได้ (growth mindset) จะบริหารงานด้วยความเชื่อมั่นในศักยภาพและพัฒนาการของตนเองและผู้อื่น

ในบทนี้จะแสดงให้เห็นว่าในองค์กรนั้น การที่จะเป็นผู้บริหาร หรือ ผู้ปฏิบัติงานนั้น การมีกรอบคิดแบบตายตัว (Fixed Mindset) และกรอบคิดแบบพัฒนาได้ (Growth Mindset) ส่งผลอย่างไรต่อการปฏิบัติงาน และต่อการพัฒนาตนเองของบุคคลในแต่ละระดับ ไม่ใช่เพียงกรอบคิดของพนักงานเท่านั้น กรอบคิดโดยรวมขององค์กร / บริษัท ก็มีผลต่อการขับเคลื่อนองค์กร การขับเคลื่อนงาน และการขับเคลื่อนบุคลากรด้วยเช่นกัน

บทที่ 6 ความสัมพันธ์: กรอบคิดด้านความรัก (หรือไม่รัก)

ในเรื่องความรัก เรื่องชีวิตคู่ นั้น คนที่มีกรอบคิดแบบตายตัว (fixed mindset) จะคอยโทษคนอื่นอยู่ตลอดเวลา ในขณะที่คนที่มีกรอบคิดแบบพัฒนาได้ (growth mindset) จะให้อภัยและเดินหน้าต่อไป เมื่อมีการยุติความสัมพันธ์และเลิกกันไป คนที่มีกรอบคิดแบบตายตัว (fixed mindset) จะรู้สึกที่ถูกตัดสินและถูกตราหน้า และเป็นการตราหน้าแบบถาวรอีกด้วย อาจนำมาซึ่งความเคียดแค้น และการแก้แค้น แต่สำหรับคนที่มีกรอบคิดแบบพัฒนาได้ (growth mindset) การเลิกรเป็นเรื่องของการทำงานเข้าใจ การให้อภัย และเดินหน้าต่อไป แม้สักๆ จะเจ็บปวดกับสิ่งที่เกิดขึ้น แต่สิ่งที่เกิดขึ้นก็คือบทเรียนที่ได้เรียนรู้ เรียนรู้เพื่อนำมาพัฒนา ปรับปรุง เพื่อป้องกันการผิดพลาดในเรื่องเดิมๆ อีก โดยไม่รู้สึกที่ถูกตราหน้าไปตลอดชีวิต แต่จะมีประสบการณ์ในอนาคตที่ดีกว่าในอดีตที่ผ่านมา รู้วิธีรับมือรับอนาคตใหม่ๆ

ในบทนี้จะสะท้อนให้เห็นถึงกรอบคิดทั้งสองที่เชื่อมโยงระหว่างอารมณ์ ความคิด ความรู้สึก และความรัก การมีกรอบคิดแบบไหน ส่งผลต่อความสัมพันธ์ออกมาในรูปแบบไหน ลักษณะไหน โดยผู้เขียนได้นำ case มาประกอบเป็นตัวอย่างจำนวนหลาย case ให้ผู้อ่านได้เห็นในหลายมุมมอง

บทที่ 7 พ่อแม่ ครู และโค้ช: กรอบคิดมาจากไหน

คำพูดที่มาจากพ่อแม่ ครู และโค้ช ที่มีต่อลูกนักเรียน นักกีฬา จะสะท้อนให้พวกเขาเด็กๆ ทราบว่าตัวเองเป็นอย่างไร และคนอื่นคิดกับเขาอย่างไร สิ่งที่พ่อแม่

ครู และโค้ช สื่อสารออกมาจะเป็นกรอบคิดแบบตายตัว (fixed mindset) ที่ส่งต่อมาถึงเด็กๆ เมื่อ พูดว่า เก่งแล้ว เด็กก็จะคิดว่าตัวเองนั้นเก่งแล้ว เด็กตัดสินตัวเองว่าตัวเองนั้นเก่ง โดยที่อาจจะคิดว่าความเก่งจะคงทนถาวรอยู่ตลอดไป โดยไม่ต้องพยายามอะไรอีกต่อไป ในขณะที่เด็กที่พ่อแม่ที่มีกรอบคิดแบบพัฒนาได้ (growth mindset) ไม่ได้หมายความว่าพ่อแม่ที่โง่ๆ แต่พ่อแม่จะมีมาตรฐานที่สูง ตั้งเป้าไว้สูง และสอนลูกว่าจะไปให้ถึงมาตรฐานที่สูงนั้นได้อย่างไร โดยมีการรับฟังและเคารพในความคิดเห็นของลูก และหากจะมีการลงโทษจะสื่อสารให้ลูกเข้าใจว่าการลงโทษในครั้งนี้เกิดจากสาเหตุใด และเมื่อลงโทษแล้วจะนำไปสู่สิ่งใด

ในบทนี้ได้แสดงให้เห็นว่า คำพูดที่สื่อสารออกไปของพ่อแม่ ครู และโค้ช รวมทั้งกรอบคิดที่พ่อแม่ ครู และโค้ช มีนั้น จะส่งผลต่อการพัฒนากรอบแนวคิดของเด็ก และยังสะท้อนให้เห็นว่าการจะเป็นพ่อแม่ ครู และโค้ช ที่ดี ต้องเป็นอย่างไร ทำอย่างไร คิดอย่างไร และสื่อสารอย่างไร

บทที่ 8: เปลี่ยนกรอบคิด

บทสุดท้ายนี้จะเป็นเรื่องของกรอบคิดเปลี่ยนกรอบแนวคิด ซึ่งการเปลี่ยนกรอบแนวคิดนี้ในความเป็นจริงไม่ใช่เรื่องง่ายเลย โดยเฉพาะคนที่มีกรอบแนวคิดแบบตายตัว (fixed mindset) เพราะเดิมทีก็ไม่เชื่อในเรื่องการเปลี่ยนแปลงเป็นพื้นฐานอยู่แล้ว การที่กรอบคิดของคนเราจะเปลี่ยนแปลงได้ต้องอาศัยหลายปัจจัยประกอบร่วมกัน รวมถึงการเรียนรู้จากเรื่องราวและประสบการณ์จากคนอื่นรอบๆ ตัว นำเรื่องราวที่ได้เรียนรู้ที่มาย้อนคิดให้เกิดความตระหนักรู้ และค่อยๆ เปลี่ยนกรอบคิดของตัวเองจากบทเรียนที่ตกผลึกได้จากเรื่องราวเหล่านี้ ฉะนั้นในบทนี้ ผู้เขียนจึงได้นำ case และเรื่องราวจำนวนมากมาเป็นตัวอย่าง ให้ผู้อ่านได้มองเห็นภาพ ผู้เขียนใช้กลวิธีในการนำเสนอ โดยใช้คำว่า “ปฏิกิริยาจากกรอบคิดแบบตายตัว” และ “ก้าวไปข้างหน้าด้วยกรอบคิดแบบพัฒนาได้” ซึ่งเป็นการลำดับความให้เห็นว่า เมื่อยึดติดกับกรอบคิดแบบตายตัว (fixed mindset) ผลที่ได้รับเป็นอย่างไร และหากเปลี่ยนกรอบคิดมาเป็นกรอบคิดแบบพัฒนาได้ (growth mindset) ผลจะได้ออกมาเป็นอย่างไร ในความเป็นจริงนั้น แค่เปลี่ยนกรอบคิด ผลก็เปลี่ยนแล้ว แต่การเปลี่ยนกรอบคิดนั้นแค่พูดอาจจะฟังดูง่าย แต่ในทางปฏิบัติ

ต้องอาศัยทั้งเวลาและความอดทน โดยผู้เขียนพยายามชี้ให้เห็นว่า เมื่อใดก็ตามที่คนเรา ค่อยๆ ปรับเปลี่ยนจาก Fixed Mindset มาเป็น Growth Mindset ได้นั้น ชีวิตก็จะดีขึ้น และจะมีความสุขมากขึ้น

หนังสือเล่มนี้แม้จะเป็นหนังสือทางจิตวิทยา แต่ผู้เขียนเลือกใช้ภาษาแบบกลางๆ ใช้คำธรรมดาๆ ที่ผู้อ่านคุ้นเคย หลีกเลี่ยงการใช้ศัพท์เทคนิคที่ลึกหรือมากเกินไปที่จะทำให้เข้าใจยาก ดังนั้น ไม่ว่าผู้ที่หยิบหนังสือเล่มนี้ขึ้นมาอ่านจะมีความรู้พื้นฐานทางจิตวิทยาหรือไม่ก็ตาม ก็

สามารถอ่านได้อย่างสบายใจ เมื่ออ่านจบในแต่ละบทแต่ละตอนก็สามารถเข้าใจได้โดยง่าย และโดยเฉพาะอย่างยิ่งมีการหยิบยก case สั้นๆ มาประกอบเพื่อให้ผู้อ่านได้มองเห็นภาพ มองเห็นการนำไปประยุกต์ใช้ แม้แนวคิดในหนังสือเล่มนี้จะไม่ใช่วิธีคิดที่แปลกใหม่หรือหวือหวาแต่อย่างใด แต่องค์ความรู้ต่างๆ ที่ผู้เขียนพยายามสะท้อนออกมา นั้น เป็นสิ่งที่ผู้อ่านสามารถนำมาปรับใช้ให้เกิดประโยชน์ได้ในทุกยุคทุกสมัย ไม่ว่าจะในปัจจุบันหรืออนาคตที่จะมีการเปลี่ยนแปลงไปจากเดิม

