



幫助孩子建立積極的人生觀

許多事情都取決於個人對待生活的態度。幫助您的孩子看到生活積極的方面是為您孩子準備一個牢固未來的重要步驟。

什么是樂觀

樂觀即是能從生活經歷中期望最佳的結果。能夠看到積極的一面幫助我們所有的人敢於面對挑戰及生活中的困難，這意味著對於處理各種局面抱有希望，以及牢固的信心和自信。

樂觀建築在什麼基礎上？

- 不斷嘗試以及擁有再試一次的信心和自信
- 不斷練習
- 正確對待成功與失敗
- 期望最好的結果

幫助孩子建立樂觀的心態

一些孩子天生便有樂觀的性格，有天然的能力用於處理挑戰及解決問題。其他孩子可能要努力才能克服困難，經常預料會有最壞的情況發生。

當孩子長大及發展時，他們需要儘可能多的機會以取得成功。每次孩子們達到他們所設立的目標都會使其開始發展這種信念，即他們可以不斷嘗試並取得更多的成功。

“自語”是我們對自己說一天中發生的事情。當孩子們能夠對自己說他們能做一些事，他們更有可能獲得成功。

成人們思考及交談他們經驗的方式對於孩子建立為什麼會成功或失敗的看法非常重要的。

假如我們大聲說出我們的想法(我們的自語)，一個樂觀者可能會說這樣的話，“我對自己說，多數時候當你有足夠的時間並真正努力去做家庭作業，你就會取得好成績”，而不是“你從來沒有足夠的時間，而且從來沒有真正努力地去完成家庭作業”。



為什麼樂觀很重要？

如果孩子們相信他們能成功，他們就更有可能去嘗試。

樂觀者不願意感到孤立無助，當遇到好像不可能解決的問題時不會放棄。他們期望成功，相信自己並保持積極的態度。

樂觀者更有可能識別並想到他們以往成功的標記以及他們做了哪些事才取得成功。

孩子們越樂觀，便越能成功，對未來越抱有希望，更能交朋友及更好地在學校學習。

樂觀想法的用詞包括：也許，有時，通常，可能，或許。