



Kako djeci pomoći da postanu pozitivni

Toliko puno stvari ovisi o odnosu prema životu. Pomaganje svom djetetu da se prema životu odnosi na pozitivan način je korak bliže ostvarivanju sigurne budućnosti.

Što je optimizam?

Optimizam je od životnih iskustava uvijek očekivati najbolje. Sposobnost pozitivnog odnosa prema životu nam pomaže u rješavanju iskušenja i životnih poteškoća. Pod tim se smatra osjećaj nade i čvrsto vjerovanje i pouzdanje u rješavanje situacija.

Što je osnova optimizma?

- pokušavanje, vjerovanje i pouzdanje u ponovne pokušaje
- vježbanje
- prihvaćanje uspjeha i neuspjeha
- planiranje za ostvarivanje najboljih rješenja.

Kako se kod djece razvije optimizam?

Neka djeca su rođena s veselom prirodom i s prirodnom sposobnošću koja im omogućuje rješavanja iskušenja i problema. Drugoj djeci je teško savladati poteškoće i često očekuju da će se dogoditi ono najlošije.

Kako djeca rastu i razvijaju se, treba im što više situacija u kojima će iskusiti uspjeh. Svaki put kad djeca postignu nešto što su željela, ona razvijaju vjeru da mogu nastaviti i postići još više uspjeha.

"Razgovor sa samim sobom" je ono što sebi govorimo, kako bi objasnili događaje tijekom dana. Kad si djeca mogu reći da mogu nešto postići, onda je vjerojatnije da će u tome i uspjeti.

Načini na koje odrasli misle i govore o svojim iskustvima su snažni utjecaji u formiranju djetetova uvjerenja o tome zašto može doći do uspjeha ili neuspjeha.

Kada bismo naglas podijelili naše misli (naš razgovor sa samim sobom), onda bi optimist rekao nešto slično ovome. "Upravo sam sebi kažem kako većinom, kad si odvojiš dosta vremena za učenje i stvarno se potruđiš s domaćom zadaćom, postižeš dobre rezultate," radije nego "Nikada si ne ostaviš dovoljno vremena i ne trudiš se dovoljno sa domaćom zadaćom".



Zašto je optimizam važan?

Ako djeca vjeruju u uspjeh, onda je vjerojatnije da će se potruditi.

Optimisti odbijaju osjećaj nemoći i ne posustaju kad se nađu pred problemima koji se čine nerješivim. Oni očekuju uspjeh, vjeruju u sebe i ostaju pozitivni. Optimisti rjeđe pate od depresije.

Optimisti su ti koji uviđaju i razmišljaju o znacima svojih prijašnjih uspjeha i o tome što su poduzimali kako bi uspjeli.

Što su djeca optimističnija, to su sposobnija uspijevati i gledati na budućnost, razvijati prijateljstva i učiti u školi.

Riječi optimizma mogu biti: možda, ponekad, većinom, vjerojatno, moguće.