



Помагање деци да буду позитивна

Толико тога зависи од Вашег начина гледања на живот. Помагање свом детету да позитивно гледа на живот представља први корак у његовој припреми за сигурну будућност.

Шта је оптимизам?

Оптимизам је очекивање да ће нам живот пружити оно најбоље. Бити у стању да се на живот гледа с позитивне стране помаже свима нама да савладамо изазове и решавамо животне проблеме. То значи имати наду и јаку веру као и самопоуздање у тешким ситуацијама.

Шта су саставни елементи оптимизма?

- Покушавање, веровање и поуздање у нови покушај
- Вежбање
- Мирење са успехом и с неуспехом
- Планирање бољег резултата

Како деца развијају оптимизам?

Нека деца су рођена са срећном нарави и природном способношћу која помаже у прихватању изазова и решавању проблема. Друга деца се можда боре да савладају тешкоће често очекујући најгори исход.

Како деца расту и развијају се, њима је потребно што је могуће више прилика да доживе успех. Сваки пут кад деца постигну оно што су планирала, она почињу да развијају уверење да могу наставити с покушајима и имати више успеха.

"Разговор са самим собом" је оно што ми сами себи говоримо да бисмо објаснили ствари које су се десиле у току дана. Кад деца могу рећи сама себи да могу нешто урадити, она имају више изгледа на успех.

Начини на које одрасли мисле и говоре о својим искуствима врло снажно утичу на дечије уверење о томе зашто је могућ успех или неуспех.

Ако бисмо своје мисли (свој "разговор са самим собом") изговарали наглас, оптимист би, можда, прије рекао нешто као "Управо кажем самом себи да, у већини случајева, кад посветиш доста времена и заиста се потрудиш око своје домаће задаће, добијеш добре резултате.", него,; "Никада не посветиш довољно времена и никада се не трудиш довољно око своје домаће задаће".



Зашто је оптимизам важан?

Ако деца верују у успех, вероватније је да ће покушати.

Оптимисти одбијају да се осећају беспомоћним и не предају се пред наизглед нерешивим проблемима. Они очекују успех, верују у себе и остају позитивни. Оптимисти ређе пате од депресије.

Оптимисти ће пре препознати и мислити о ранијим знацима успеха и о томе шта су радили да би успели.

Што више оптимизма деца имају, то су способнија да успеју и да позитивно гледају на будућност као и да склапају пријатељства и уче у школи.

Речи којима се изражава оптимизам могу бити: можда, понекад, већином, вероватно, могуће.