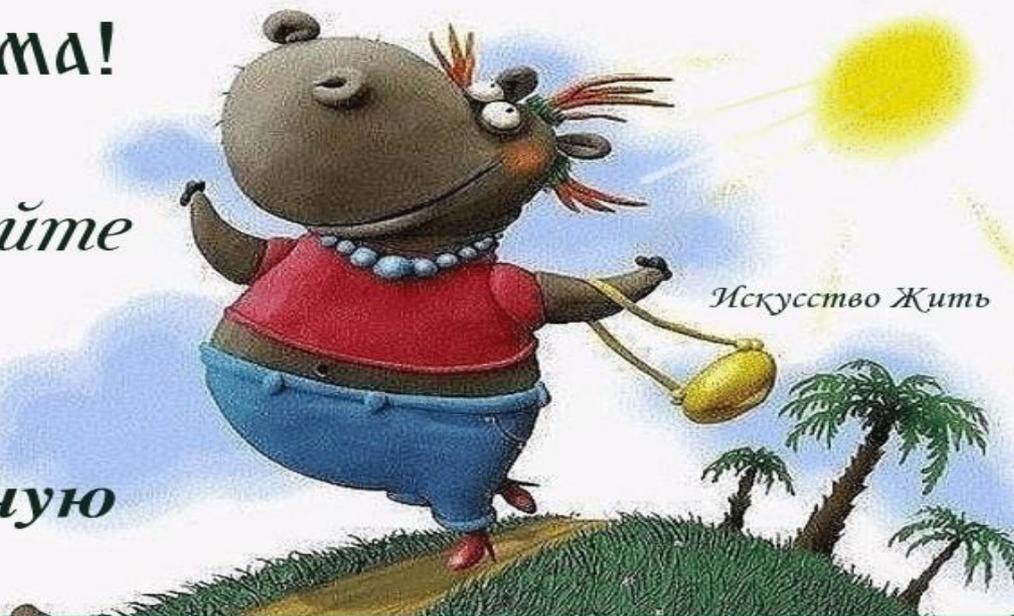


ИНТЕРАКТИВНАЯ БЕСЕДА «МЫ ОПТИМИСТЫ»

**Побольше
оптимизма!**

*Не
превращайте
Свою
Жизнь
в жалобную
книгу!*



Педагог-психолог Комарова Татьяна Валентиновна
2020 год

Многим известно, но мало кто согласен с тем, что стиль мышления, то есть ход наших мыслей, когда мы воспринимаем, оцениваем и переживаем возникающие в нашей жизни события, может разрушать или наоборот улучшать человеческие отношения, здоровье, сопутствовать или препятствовать достижению успеха.

Младший школьный возраст – период удивительных психологических новообразований. Многие психологи называют этот возраст стадией активного накопления социального опыта. По мнению Л.И.Божович, новый образ жизни и учебная деятельность открывает путь для формирования нового уровня личностного развития.

Следует отметить, что с поступлением в школу ребенок становится подверженным все возрастающему влиянию окружающих, находящихся за пределами семейного круга. В этом процессе важной оказывается роль школы, которая наряду с обучением ребенка обеспечивает ему важный опыт приобретения навыков социального поведения.

Младший школьный возраст - это период активного развития самооценки как осознания ребенком самого себя, своих умственных способностей и физических сил, целей и мотивов своего поведения, отношения к окружающим, и самому себе. Самооценка может управлять поведением ребенка и является важным фактором формирования его личности

Очень внимательно следует относиться и к процессу формирования самооценки ребенка. Сравнительное изучение школьников, резко отличающихся по самооценке, показало преобладание саногенно мыслящих детей с адекватной самооценкой и патогенно мыслящих - с заниженной или завышенной самооценкой.

ДЕСЯТЬ НАИБОЛЕЕ ВАЖНЫХ ЭЛЕМЕНТОВ САНОГЕННОГО МЫШЛЕНИЯ: (МЫШЛЕНИЯ ОПТИМИСТОВ)

- 1) любить себя. Младший школьник должен быть способен ценить себя. Именно на этой основе ребенок сможет стать деятельным, реализовать свои возможности.
- 2) уметь интерпретировать поведение.
- 3) уметь и не бояться общаться вербально.

- 4) понимать различие между мыслями и действиями.
- 5) интересоваться и задавать вопросы.
- 6) воспринимать мир реалистичнее.
- 7) не бояться неудач.
- 8) уметь доверять взрослым.
- 9) знать, в чем можно полагаться на взрослого.
- 10) думать самому.

Оптимизм - это уникальный "платок", которым можно утереть "нос" любой проблеме ...



Помогая детям воспринимать жизнь более радостно, мы и сами становимся чуть-чуть счастливее!