



ПОЗИТИВНА НАГЛАСА



Какво е положителна нагласа и защо тя е важна в образованието?

"Няма провал. Само обратна връзка. (Робърт Алън)
Положителната нагласа играе решаваща роля за научаването на всичко. Когато имате положителна нагласа към ученето, това значително ще ви помогне да подобрите уменията си. Положителната нагласа ви позволява да се отпуснете, да запомните, да се съсредоточите и да усвоите информацията, докато учите. когато успеете да поддържате положителна нагласа към ученето, значително се подобряват както академичните резултати, така и личностното развитие. Способността на индивидите да прилагат придобитите знания и умения е положителен резултат от ефективния процес на преподаване и учене. Активното участие на индивида, критичното мислене, подобрените умения за взаимодействие и общуване могат да бъдат мотивирани от положителната нагласа. Отношението към образованието е въпрос на отношение към работата, поради което то може да се разглежда като част от моралната страна на личността. "Променете мислите си и ще промените света си" - Норман Винсент Пийл, автор на "Силата на позитивното мислене".

ОСНОВЕН ФОКУС

КАКВО Е ПОЛОЖИТЕЛНА НАГЛАСА И ЗАЩО ТЯ Е ВАЖНА В ОБРАЗОВАНИЕТО?

КАКВО Е НАГЛАСАТА И КАК СЕ ПРОЯВЯВА ТЯ

ПОЗИТИВНА НАГЛАСА ИЗВЪН РАМКИТЕ

СЪВЕТИ ЗА НАСЪРЧАВАНЕ НА ПОЗИТИВНА НАГЛАСА



Какъв по-добър начин да вдъхнете оптимизъм от създаването на среда, изпълнена с надежда? В структурата на нагласата влизат афективните и когнитивните елементи, които ѝ придават смисъл и значение. Докато навлиза в юношеството, емоционалната страна се придружава от когнитивно-интелектуални елементи, които придават последователност и трайност на нагласата.

Какво е нагласата и как се проявява тя?

Въпреки потенциалните ползи, поддържането на положителна нагласа към ученето често е по-лесно да се каже, отколкото да се направи, тъй като ученето по своята същност е трудно и дори понякога разочароващо. Много от неуспехите в училище – пише С. Ларсебо – могат да се обяснят не с липсата на умения, а с отсъствието на мотивация и интерес към определени форми на обучение. Отношението предопределя поведението и постъпките на човека, като е едно от условията за стимулиране на умствените процеси – идея, формулирана от Меасишчев. Ако сте уверени в себе си, ще сте по-склонни да търсите възможности да научите нови неща.

Добре познатият подход за насърчаване на позитивното поведение се основава на 3 ключови права, които има всеки член на образователната общност. Тези права са:

- правото да се чувстваш и да бъдеш в безопасност
- право на уважително отношение
- право на учене

От съществено значение е всичко, което казвате, в което вярвате или правите, да е пример за вашето положително отношение. Положително отношение у учениците се постига, когато те се мотивират взаимно и се учат по време на този процес.





ПОЗИТИВНА НАГЛАСА ИЗВЪН РАМКИТЕ

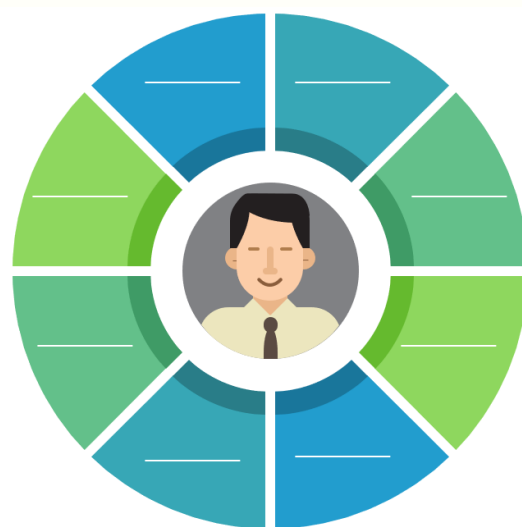
Като цяло поддържането на положителна нагласа извън рамката и към ученето може да се постигне чрез следване на някои прости стъпки. Първо, трябва да поемете инициативата да търсите възможности, които ще ви помогнат да научите нови неща. Ако имате възможност, опитайте се да приемате нови предизвикателства. Това ще ви даде необходимия опит, който ще ви помогне да подобрите уменията си.

Второ, опитайте се на всяка цена да избягвате разсейването – както академичното, така и психологическото. Това ще ви улесни да се концентрирате върху целта или предназначението на ученето. Важно е също така да помнете, че негативните нагласи не могат да бъдат лесно променени.

Може да е трудно да поддържате положителна нагласа към ученето, когато се чувствате стресирани или тревожни, тъй като проучванията показват, че тревожността ни кара да се фокусираме прекомерно върху негативни стимули.



Позитивните нагласи показват, че първото нещо, което трябва да сте готови да направите, за да мислите редовно извън рамката, е да осъзнаете какво ви държи в нея на първо място и защо сте в нея.



Съвети за насърчаване на позитивна нагласа

- Създаване на позитивно пространство за учене
- Визуализирайте положителните резултати
- Задавайте обмислени въпроси
- Практикувайте благодарност
- Практикувайте позитивно говорене за себе си
- Бъдете пример за другите
- Бъдете любопитни и търсете вдъхновение
- Премахнете негативното говорене
- Бъдете отворени за нови идеи и подходи

