



Erasmus+

MENTOR - MENTORING POMIĘDZY NAUCZYCIELAMI W SZKOŁACH PONADPODSTAWOWYCH

Numer projektu:

2014-1-PL01-KA200-003335

Projekt jest realizowany przy wsparciu finansowym Unii Europejskiej. Dokument i jego treść odzwierciedlają jedynie stanowisko ich autorów i Komisja Europejska ani Fundacja Rozwoju Systemu Edukacji - Narodowa Agencja Programu Erasmus+ w Polsce nie ponoszą odpowiedzialności za umieszczoną w nich zawartość merytoryczną.





Praktyczne wskazówki do kultywowania pozytywnego myślenia

Zachęcaj uczniów do:

- Bycia wdzięcznymi (za życie, zdrowie, za wszystko, co posiadają i co przyjmują za oczywistość);
- wolontariatu (to podbudowuje ich pewność siebie i poczucie bycia użytecznym);
- śmiania się (usuwa stres, relaksuje);
- mówienia innym komplementów (obie strony lepiej się czują);
- miłości własnej (przyjmowania swoich słabości i błędów, jesteśmy tylko ludźmi).



Image courtesy of Stuart Miles at FreeDigitalPhotos.net



Zachęcaj uczniów do:

- **Otaczania się pozytywnie nastawionymi ludźmi (trzymanie się z dala od pesymistów);**
- **Zdrowego trybu życia (ćwiczenia fizyczne, zdrowa dieta, wystarczająco długi sen, itd.);**
- **Zmierz się z ich wewnętrznym dialogiem (możesz zainicjować codzienny pozytywny wewnętrzny dialog);**
- **Zaprzestania porównywania się (akceptacji każdego takim, jakim jest, przyjęcia mocnych i słabych stron).**



Erasmus+

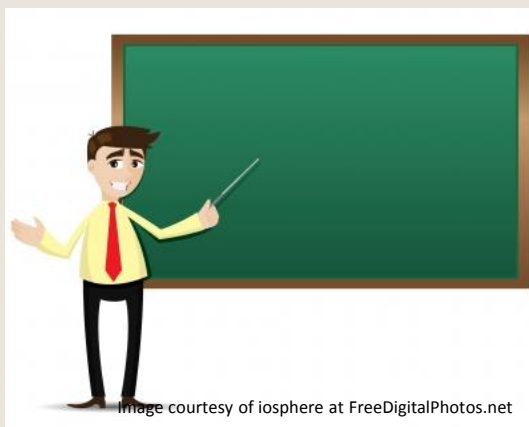
**Praktyczne
wskazówki do
kultywowania
pozytywnego
myślenia**





POZYTYWNE PODEJŚCIE NAUCZYCIELA

- Bądź dobrym przykładem pozytywnego myślenia dla swoich uczniów;
- Dbaj o dobrą atmosferę w klasie;
- Wierz, że wszyscy twoi uczniowie osiągną sukces na swoją miarę;
- Stawiaj na dziecko, nie na oceny;
- Doceniaj wysiłki każdego z uczniów;



- Dziel się swoimi pomysłami z innymi nauczycielami;
- Zapisuj swoje cele;
- Myśl pozytywnie i podejmuj działania prowadzące do osiągnięcia twoich celów.

