

كيف تبدو؟

تؤمن عقلية النمو بان قدراتك يتم زراعتها من خلال الجهد . مع عقلية النمو ، يعمل الطلاب باستمرار لتحسين مهاراتهم و ينظرون الى الأخطاء كفرص للتعلم . انهم متعلمون صامدون ، يواصلون المحاولة ، حتى عندما يواجهون تحديات كبيرة . يمكن ان يساعد استخدام التأكيدات المشجعة و الاقتباسات الإيجابية في ان تتطور أنماط التفكير السلبي الى أنماط إيجابية.

كيف؟

1. حدد المكان الذي تحتاج فيه الى الإيجابية . على السبيل المثال ، هل يخشى طفلك ارتكاب الأخطاء ؟ هل طفلك غير راغب في تجربة أشياء جديدة . 2. اختر عبارة تقدم نظرة إيجابية على السلبية التي لاحظتها في تفكير طفلك .
 3. تحدث عن البيان . اسأل عما يعتقدون أنه يعني . شارك افكارك .
 4. شارك الخطة حول كيفية استخدام هذا البيان في بداية كل يوم وللمساعدة عند الشعور بطريقة معينة (مثل الإحباط أو محبط ، إلخ) . على سبيل المثال ، عند الشعور بالإحباط ، قد تكون الخطة لطفلك أن يقول هذا البيان بهدوء أو يقرأ العبارة المسجلة في سماعًا متعاملاً .
- ابدأ كل يوم بقراءة أو قول هذا البيان معاً . يتطلب إنشاء أنماط التفكير الإيجابي الاتساق . سيساعد هذا في الحفاظ على العبارة المشجعة في خط عقل الطفل ، مما يزيد من فرصة استخدامه عند حدوث مشاعر قوية .
 - انسخ التأكيد أو الاقتباس على بطاقة بريدية وضعه في مساحة عمل الطفل

أمثلة الاقتباس

ارتكاب الأخطاء

- "إذا لم تتمكن من ارتكاب خطأ ، فلا يمكنك ارتكاب أي شيء."
- "لهذا السبب قلم رصاص به ممحاة."
- "الأخطاء هي الدافع لإعادة المحاولة"
- "العودة دائماً أقوى من النكسة."
- "الكبار يرتكبون الأخطاء أيضاً وقد يكون تعلم أشياء جديدة أمراً صعباً."

العمل من خلال مهمة صعبة

- "كل الأشياء صعبة قبل أن تصبح سهلة."
- "لا يوجد مصعد للنجاح . عليك صعود الدرجات"
- "صدق أنك تستطيع وأنت في منتصف الطريق."
- "لاشيء مستحيل . كلمة نفسها تقول أنا ممكن."

تعد الكتب طريقة رائعة للاستفادة بشكل طبيعي من فرص التعلم الاجتماعية والعاطفية . هناك العديد من كتب الأطفال التي تعزز عقلية النمو . تشمل بعض العناوين: الفتاة التي لم ترتكب أخطاء مطلقاً ، فتاة الطبل الحلم ، عفوا جميلاً! ، قفزات جباري ، كتاب الأخطاء ، ومتى صوفي تعتقد أنها لا تستطيع . لمزيد من الكتب التي تعزز المهارات الاجتماعية والعاطفية ، قم بزيارة موقع LCPS MTSS .