



Erasmus+



MENTOR – MENTORAT PENTRU CARIERA DIDACTICĂ

Proiect numărul:

2014-1-PL01-KA200-003335

Acest proiect a fost finanțat de Uniunea Europeană. Acest material reflectă exclusiv punctul de vedere al autorului, Comisia Europeană sau Fundația Rozwoju Systemu Edukacji – Agenția Națională Erasmus+ Polonia nu răspund pentru nici o utilizare eventuală a informațiilor conținute de acest material.



SFATURI PRACTICE PENTRU CULTIVAREA GÂNDIRII POZITIVE.

Încurajați elevii să:

- fie recunoscători (pentru că sunt sănătoși, pentru tot ceea ce au și pot crede că vine de la sine sau li se cuvine);
- facă voluntariat (le clădește încrederea în sine, îi face să se simtă utili);
- râdă (relaxează, înlătură stress-ul);
- îi complimenteze pe ceilalți (ambele părți se vor simți mai bine);
- se iubească pe ei înșiși (să se împace cu slăbiciunile și greșelile lor, pur și simplu umane).



Încurajați elevii să:

- se alăture oamenilor pozitivi (să stea departe de pesimiști);
- adopte un stil de viață sănătos (exerciții fizice, dietă sănătoasă, somn bun, etc.);
- încurajeze dialogul interior (de ce nu s-ar implica într-un dialog interior pozitiv chiar zilnic?);
- înceteze de a face comparații (să-l accepte pe fiecare așa cum e, ființe umane cu calități și slăbiciuni).



Image courtesy of Ambroat FreeDigitalPhotos.net



Erasmus+

**SFATURI
PRACTICE
PENTRU
CULTIVAREA
GÂNDIRII
POZITIVE.**



MENTORING



ATITUDINEA POZITIVĂ A PROFESORULUI.

- fiți un bun exemplu pentru elevii voștri;
- instaurați o atmosferă pozitivă în clasă;
- fiți convins că toți elevii voștri pot învăța;
- concentrați-vă pe copil, nu pe cifre;
- lăudați fiecare copil pentru fiecare efort făcut;



Image courtesy of iosphere at FreeDigitalPhotos.net



Image courtesy of iosphere at FreeDigitalPhotos.net

- împărtășiți ideile și gândurile voastre cu colegii;
- faceți-vă o listă de țeluri;
- alimentați-vă gândurile și acțiunile pozitive pentru atingerea țelurilor.

