



ПОЗИТИВНОЕ МЫШЛЕНИЕ

2

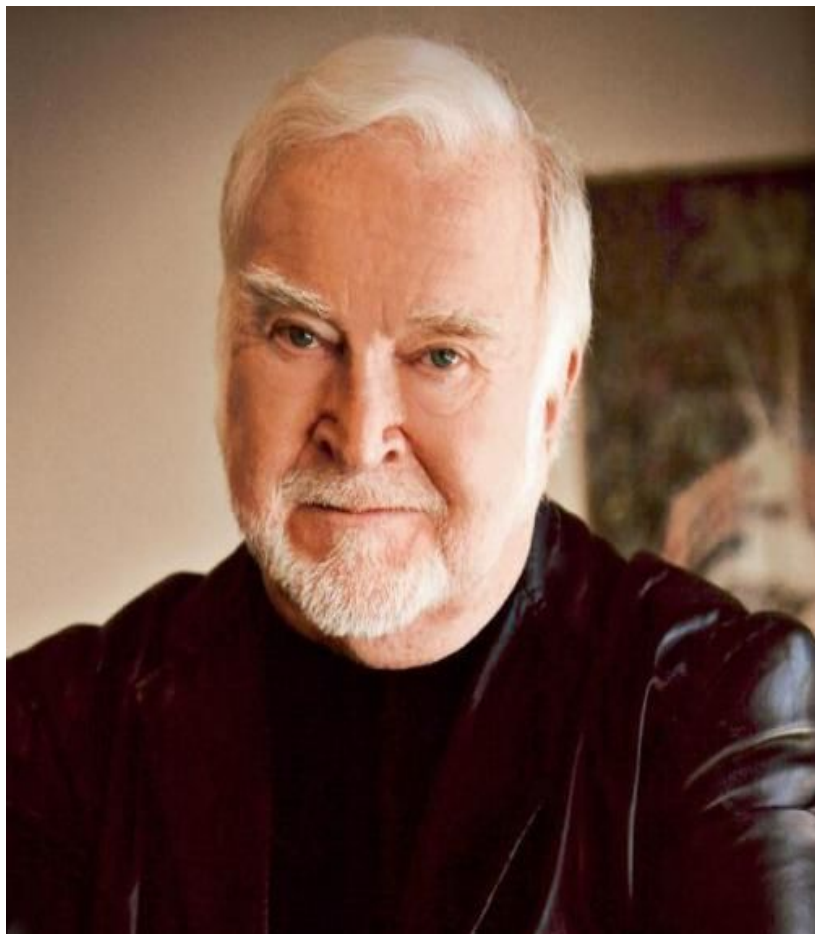
Позитивная психология – направление психологии, которое занимается исследованием положительных аспектов психики человека. Основными темами исследований позитивной психологии является то, что способствует достижению **счастья** людей (например, **оптимизм, поток, доверие, прощение** и **солидарность**).





Абрахам Маслоу





Михай_Чиксентмихайии





Мартин Селигман



Интроверты

Ориентированы на внутренний мир
Думают, чтобы говорить
Заряжаются энергией в одиночестве

Получают удовольствие от
небольшого количества занятий
Нуждаются в сосредоточении
Фокусируются на мыслях и образах

Предпочитают общаться с глазу
на глаз
Ценят одиночество

Экстраверты

Ориентированы на внешний мир
Говорят, чтобы думать
Заряжаются энергией
в коллективе

Получают удовольствие от
множества занятий
Нуждаются в разнообразии
Фокусируются на людях
и событиях

Предпочитают групповую
дискуссию
Ценят общество

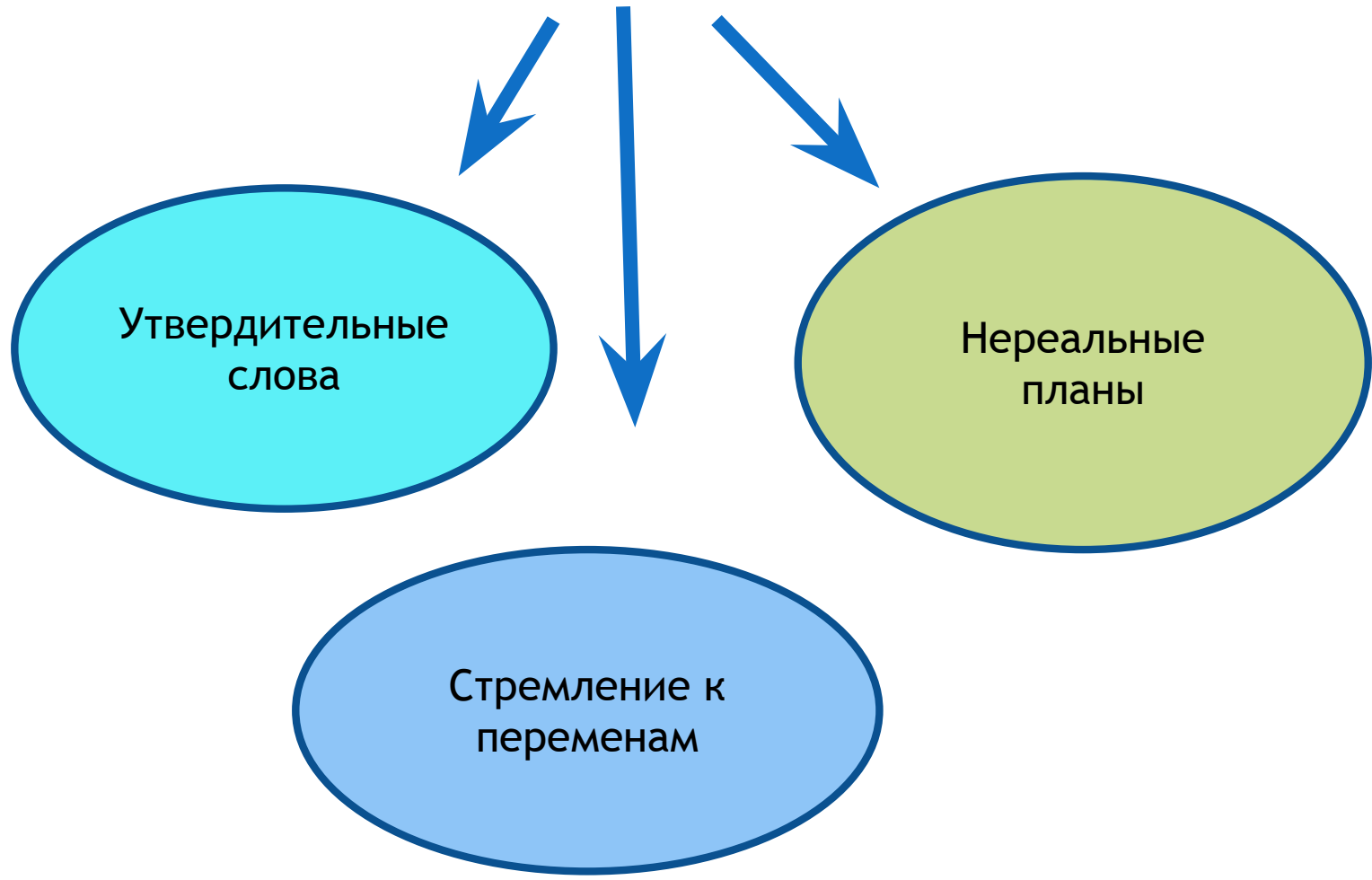


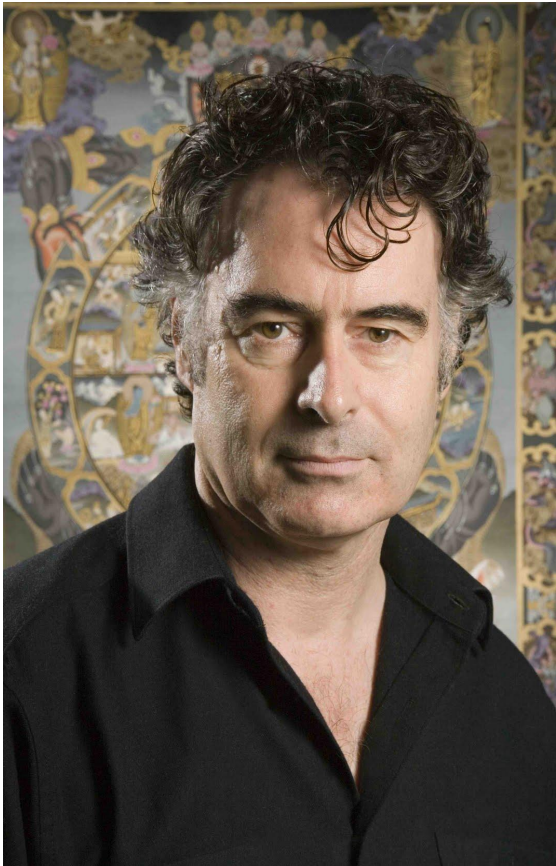
INTROVERT



EXTROVERT

СИЛА МЫСЛИ





Кристофер Хансард



НЕГАТИВНОЕ МЫШЛЕНИЕ

НЕГАТИВНЫЙ

**Боится любых
перемен**



ПОЗИТИВНЫЙ

**Готов к новым
открытиям**





Считает себя
центром Вселенной



Заботится
об окружающих
и ГОТОВ ИМ ПОМОЧЬ



Втайне надеется
на чужие неудачи



© JULIA KAMENSCHIKOVA

Радуется
и вдохновляется
чужими успехами



Не извиняется,
даже если знает,
что виноват



Просит прощения
за причиненные
неудобства



Думает только
о собственной
выгоде



Поступает так,
чтобы не задеть
чувства других

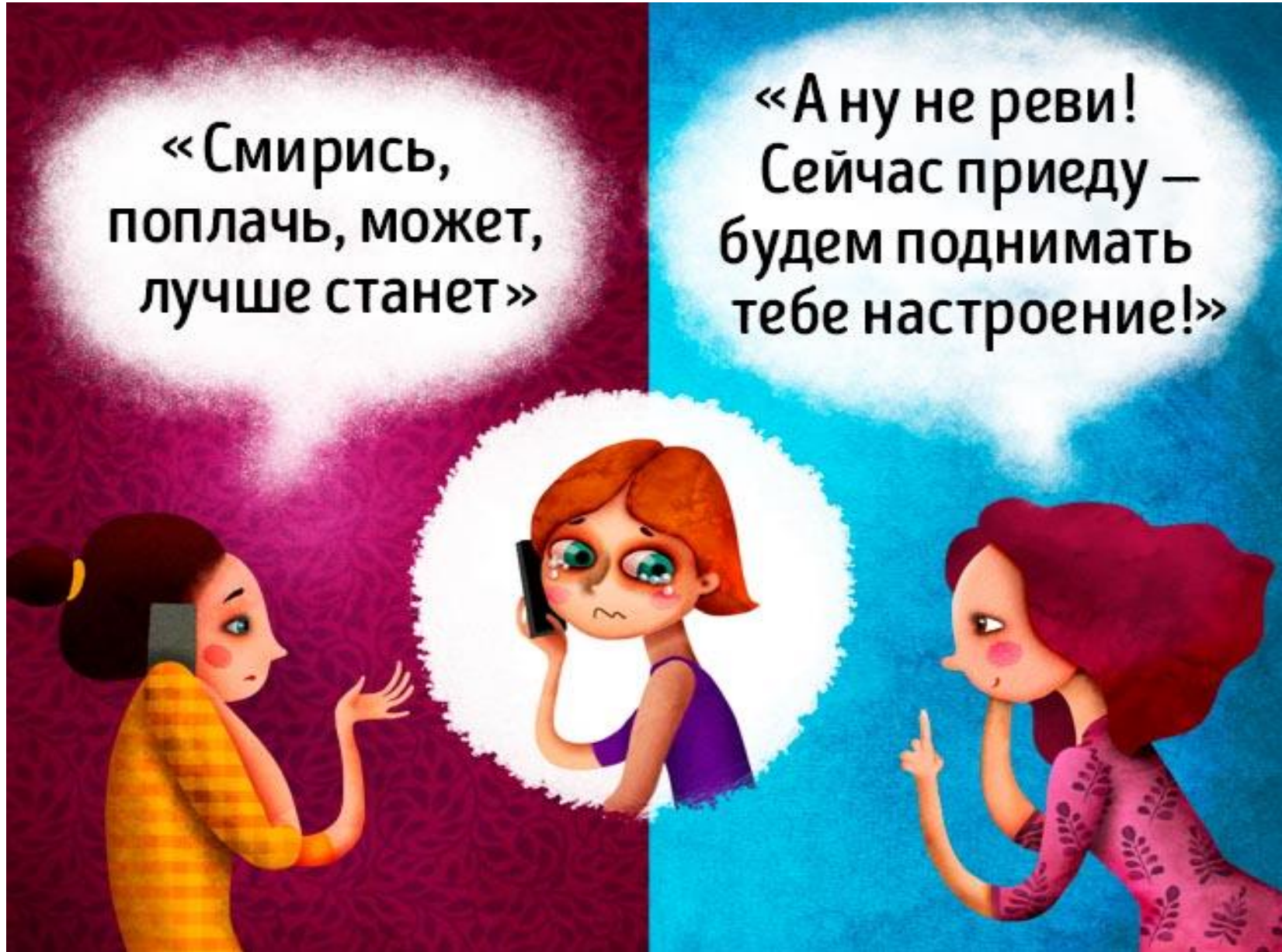


Не выносит
критики
в свой адрес



Готов
к конструктивному
обсуждению





В своих ошибках
обвиняет других



Берет на себя
ответственность
за свои неудачи



Уверен,
что знает все



Стремится
пополнить свою
копилку знаний



Начинает диалог так:

«А вот я сегодня ... !»

«Как у тебя дела?
Все хорошо?»