



کودکان از پنج سالگی افکار مثبت را درک می‌کنند

پژوهشگران آمریکایی در بررسی‌های خود دریافته‌اند که کودکان از 5 سالگی افکار مثبت را درک می‌کنند و حتی بیش از بزرگسالان از فواید این افکار سود می‌برند.

همشهری آنلاین: پژوهشگران آمریکایی در بررسی‌های خود دریافته‌اند که کودکان از 5 سالگی افکار مثبت را درک می‌کنند و حتی بیش از بزرگسالان از فواید این افکار سود می‌برند.

کودکان همیشه از قدرت بالایی برای شگفت زده کردن بزرگسالان برخوردارند. بزرگسالان اغلب فراموش می‌کنند که در کودکی چگونه رفتار می‌کردند و تا چه حد دقیق بودند.

در تئوری می‌دانیم که افکار مثبت فواید و مزایای بسیاری دارد، اما در عمل معمولاً از این افکار استفاده نمی‌کنیم.

این درحالی است که محققان دانشگاه کالیفرنیا کشف کردند کودکان از سن پنج سالگی افکار مثبت را یاد می‌گیرند و حس بهتری به دست می‌آورند.

به گزارش خبرگزاری مهر، این دانشمندان به منظور دستیابی به این نتایج، 90 کودک بین 5 تا 10 سالگی را مورد بررسی قرار دادند. در این آزمایشات کودکان به 6 داستان گوش دادند که در آنها دو شخصیت پس از تجربه کردن یک موضوع مثبت (دریافت یک حیوان خانگی به عنوان هدیه)، یک موضوع منفی (واژگون شدن بطری شیر) و یا مبهم (ورود یک معلم جدید) احساسات نشان می‌دادند.

پس از هر یک از این تجربیات، یکی از شخصیت‌ها خوش بینانه فکر می‌کرد و رویداد را با یک نور مثبت می‌دید درحالی که دیگری یک فکر بدبینانه داشت و واقعه را در نور منفی نشان می‌داد.

سپس محققان از کودکان خواستند که در مورد احساسات هر یک از این شخصیت‌ها قضاوت کرده و برای این احساسات توضیحی ارائه کنند.

پیش از این آزمایش، محققان با دقت سطح خوش بینی و امید هر یک از کودکان و والدین آنها را ارزیابی کرده بودند.

این بررسی‌ها نشان داد کودکان از 5 سالگی می‌فهمند که افراد پس از داشتن افکار مثبت و نه پس از افکار منفی احساس بهتری پیدا می‌کنند و اهمیت داشتن افکار مثبت در موقعیت‌های مبهم را به خوبی درک می‌کنند که این درک با افزایش سن عمیق‌تر می‌شود.

این درحالی است که کودکان به سختی درک می‌کنند که افکار مثبت چگونه می‌توانند روح کسی را که در یک موقعیت منفی مثل درد ناشی از به زمین افتادن درگیر است اوج دهند.

به طوری که در این موقعیت‌ها سطح خوش بینی و امید کودک نقش قابل توجهی در توانایی درک قدرت افکار مثبت ایفا می‌کند، اما نقش سطح خوش بینی والدین در این موارد بالاتر است.

این محققان در این خصوص توضیح دادند: "علاوه بر سن، مسئله‌ای که می‌تواند قدرت درک فواید افکار مثبت توسط کودکان را افزایش دهد، سطح امید و خوش بینی والدین است نه خود کودک."

درحقیقت، این نتایج بر نقش والدین در کمک به کودکان برای یادگیری استفاده از افکار مثبت برای داشتن حس بهتر در موقعیت‌های سخت تأکید می‌کند.