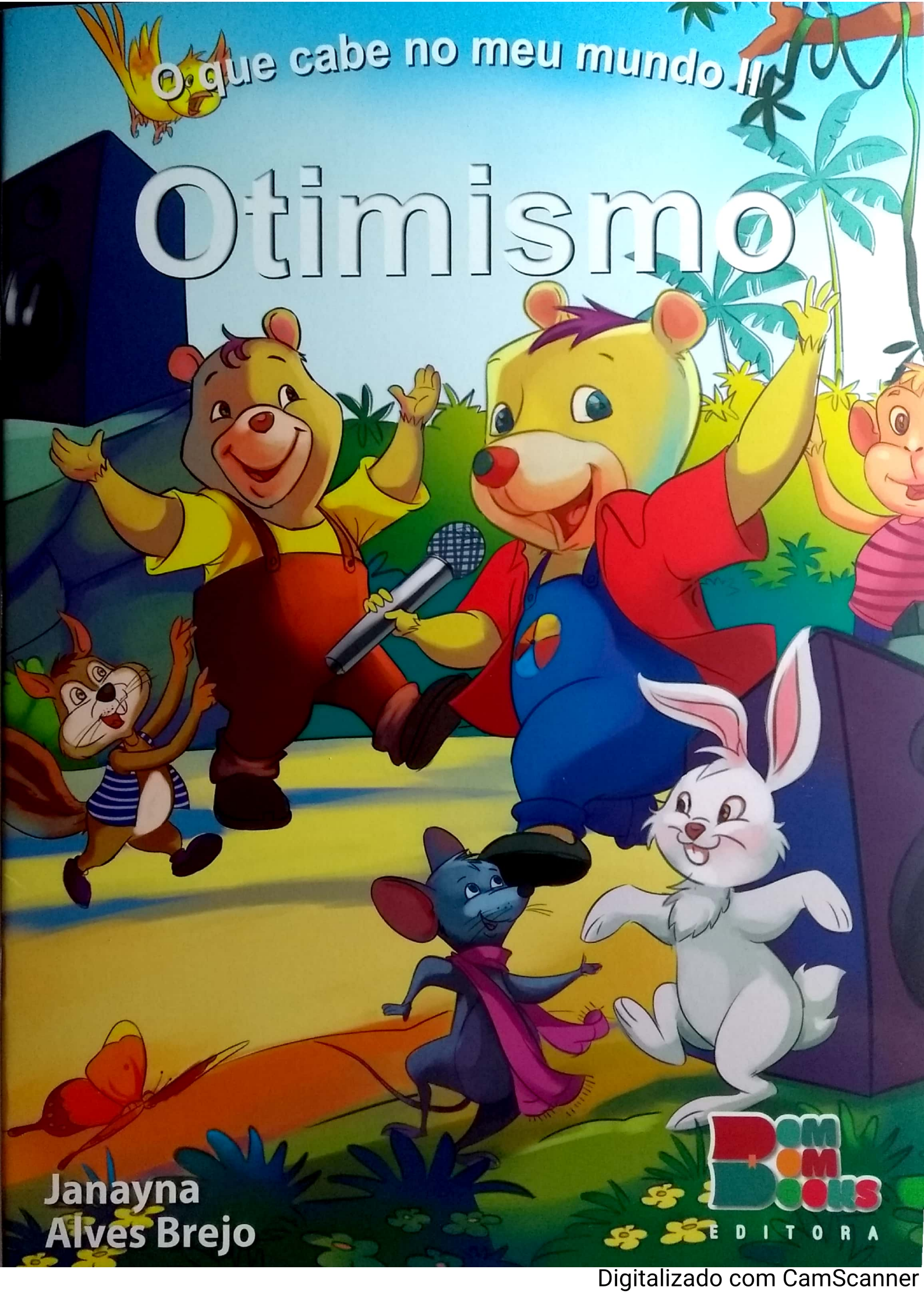


O que cabe no meu mundo II

Otimismo



Janayna
Alves Brejo

DOM
DOM
BOOKS

EDITORIA

B829o Brejo, Janayna Alves.
Otimismo / Janayna Alves Brejo. - 1. ed. - Belo Horizonte: Cedic, 2011.
16 p. : il. ; 28 cm. - (Coleção O que cabe no meu mundo II)

ISBN 978-85-7530-690-1

1. Literatura infantil 2. Otimismo 3. Conduta I. Brejo, Janayna Alves II. Título.

CDD 179.9

**DOM
DOM
BOOKS**
E D I T O R A

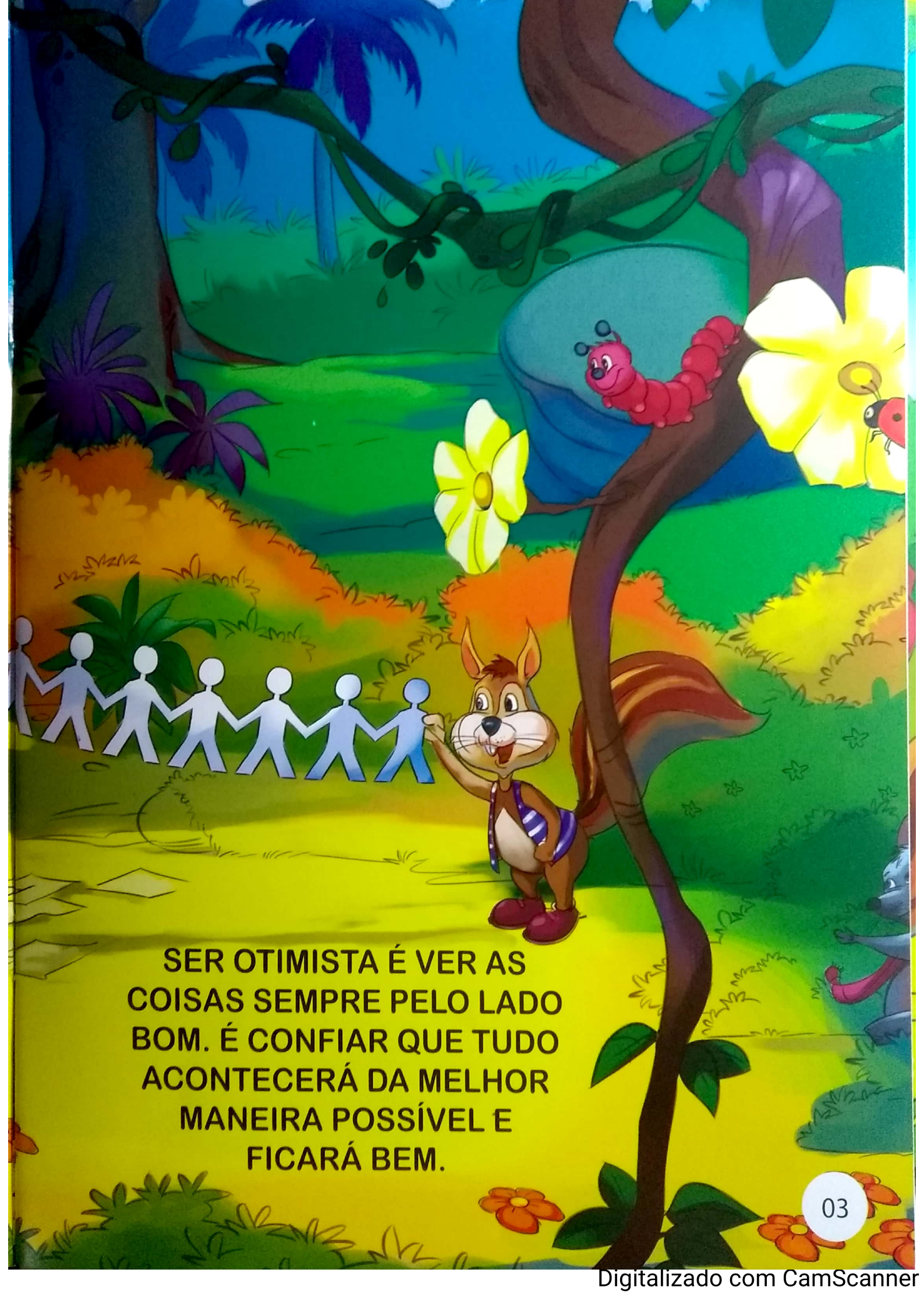
O que cabe no meu mundo II

Otimismo

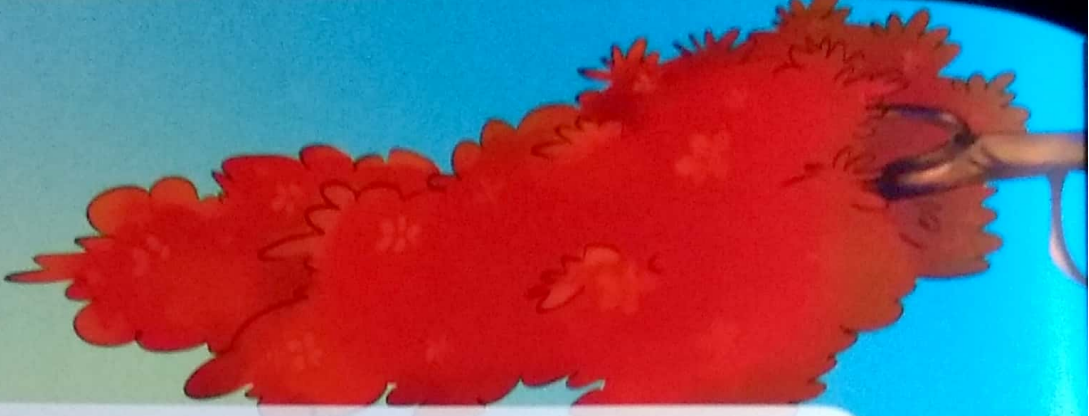



**DOM
DOM
DOORS**
E D I T O R A





**SER OTIMISTA É VER AS
COISAS SEMPRE PELO LADO
BOM. É CONFIAR QUE TUDO
ACONTECERÁ DA MELHOR
MANEIRA POSSÍVEL E
FICARÁ BEM.**



É ACREDITAR QUE SEMPRE
PODEREMOS ALCANÇAR A
VITÓRIA SE LUTARMOS POR ELA.





**É ALEGRAR OS AMIGOS
QUANDO ELES ESTÃO
TRISTES OU DESANIMADOS.**



E, MESMO
ACONTEGENDO
ALGO DE ERRADO,...




...É PROCURAR VER SEMPRE
O LADO BOM DE TUDO.

TER ALTO-ASTRAL E FORÇA DE VONTADE PARA FAZER AS COISAS DO DIA A DIA, COMO IR À ESCOLA, COMER, PASSEAR OU AJUDAR A MAMÃE.



AQUELE QUE É OTIMISTA
BUSCA, TAMBÉM,
TRANSMITIR SUA ALEGRIA
PARA OS OUTROS.





**SEMPRE ACREDITAR QUE,
MESMO PARECENDO IMPOSSÍVEL,
AS COISAS PODERÃO ACONTECER
DA MELHOR MANEIRA.**



**É MANTER-SE FORTE, COM
PENSAMENTOS POSITIVOS, SEM
SE ABATER COM OS PROBLEMAS.**




É FINALIZAR O DIA PENSANDO NO AMANHÃ, ACREDITANDO QUE TUDO FICARÁ MELHOR DO QUE ANTES.

COM O DESPERTAR DO NOVO DIA,
SENTIR UMA IMENSA ALEGRIA AO VER
OS RAIOS DE SOL ULTRAPASSAREM
AS JANELAS DE SEU QUARTO. E, MAIS
UMA VEZ, TER A CERTEZA DE QUE
TUDO FICARÁ BEM.







SER OTIMISTA É SER CONFIANTE E FELIZ, VIVENDO COM ALEGRIA TODOS OS MOMENTOS. É SEMPRE PENSAR E PRATICAR COISAS BOAS E POSITIVAS, AJUDANDO, ASSIM, A CONSTRUIR UM MUNDO MELHOR.

Aos pais e educadores

O otimismo é uma disposição para encarar as coisas, as situações e a vida. Tem gente que o coloca como o oposto do pessimismo. Outros gostam de relacionar essas duas ideias com a ideia chinesa de que crise é também oportunidade. Mas eles são dois lados de uma única moeda — como na velha história sobre o copo pela metade, que o otimista enxerga como meio cheio e o pessimista, como meio vazio —, nosso desejo de controlar o mundo. Em ambas as situações, buscamos um refúgio para nos abrigar, para controlar as consequências das intempéries que acontecem na vida. E é aí que o otimismo ganha vantagem. Enquanto a maioria das pessoas vê o mundo como um lugar cheio de escassez, o que distingue o otimista desses indivíduos é que ele olha para o mundo e o percebe abundante. Ele muda de foco, ele acredita que o mundo é amigável e que tanto o mundo como ele próprio tem os “equipamentos necessários” para que as coisas funcionem. Por isso, por não achar que as coisas vão acabar ou que os outros vão passá-lo para trás, ele está mais disposto a ser generoso e a partilhar, a cuidar do outro e respeitá-lo. Em tempos de intolerância étnica e religiosa, podemos afirmar, com certeza, que o otimista tem muito menos chance de se tornar um fanático. Afinal, para ele, existe lugar para todos. Digamos que, mesmo diante de situações difíceis, ele tem fé em sua capacidade e em sua habilidade de modificar as coisas. O otimista busca valorizar a força e as virtudes das pessoas em lugar de suas falhas. Vários estudos relacionam o otimismo a uma vida mais longa e mais saudável. Como, diante de um mundo que fala em crise e prega a escassez, ensinar as novas gerações a serem otimistas? Mostrando para as crianças, desde pequenininhas, que elas são capazes, que podem resolver problemas e que não devem desistir de tentar, cumprimentando-as pelos sucessos e incentivando-as nas quedas. Porém, é bom lembrar duas coisas: (a) estimular sem transformar o sucesso em uma obsessão e, em consequência, em uma fonte de sofrimento; e (b) dar o exemplo. Não adianta dizer que alguém tem que ser otimista se as minhas atitudes mostram justamente o contrário: que o mundo é ruim e ameaçador.

Cláudio Paixão Anastácio de Paula

Cláudio Paixão Anastácio de Paula é psicólogo clínico, doutorou-se em psicologia pela USP, é membro da *International Association for Jungian Studies* e é professor da Escola de Ciência da Informação da UFMG.