

## ОПТИМИЗМ И ПЕССИМИЗМ: ЧТО ЭТО?

Кто из нас не знаком с утверждением, что оптимистам живется легче, что им чаще сопутствует удача и по-настоящему успешным человеком может стать исключительно оптимист. Все это знают, только оптимистов от этого больше не становится. На самом деле оптимизм и пессимизм – не форма поведения человека, а **состояние души, тот внутренний мир** человека, который и определяет его действия в той или иной ситуации. Множество действий, правильных и неправильных, как раз и создают саму жизнь человека, кто-то становится президентом, а кто-то – нет.

Так чем же оптимист отличается от пессимиста?

### 1. Отношение к жизни

Оптимист считает, что если не все в жизни, то **многое зависит от него самого**. Пессимист уверен, что мы находимся во власти обстоятельств, и все зависит от их стечения.

### 2. Понимание счастья

Оптимисту по жизни **живется легче**. Он отличается жизнелюбием и жизнерадостностью, которые охотно пропагандирует и которыми делится с окружающими людьми. Он искренне **любит саму жизнь**, часто прибывает в хорошем настроении и радуется каждому дарованному Богом дню. Материальные блага для него важны, но находятся на втором месте. Пессимист, напротив, приуменьшает свое внутреннее ощущение счастья. Он постоянно в душе чем-то недоволен, и любые приятные события, которые в его жизни происходят, воспринимает как нечто само собой разумеющееся.

### 3. Энергичность

Оптимисты, в отличие от пессимистов, **более энергичны, работоспособны, инициативны**, нацелены на результат, и в итоге обычно достигают лучших показателей в своей деятельности. Пессимисты, в отличие от оптимистов, чаще впадают в состояние депрессии и пасуют перед возникающими трудностями.

### 4. Отношение к успехам и неудачам

Оптимисты **успехи воспринимают как закономерный результат своих усилий**, а неудачи, наоборот, как неблагоприятное стечение обстоятельств, которым они не смогли противостоять. Пессимисты успехи объясняют случайностью: просто повезло. Неудачи пессимисты обычно приписывают себе: «Я так поступил, и сам виноват». Иногда пессимисты обвиняют в своих неудачах других людей.

### 5. Отношение к самосовершенствованию

Оптимисты стремятся к самосовершенствованию. Они занимаются самообразованием, развитием интеллекта и памяти, изучением методик поиска эффективных решений задач и многим другим.

### 6. Отношение к деньгам

Оптимист копит деньги, и большую их часть расходует на приобретение тех вещей, о которых он мечтает. Пессимист копит деньги «на черный день».

### 7. Отношение к проблеме

**Оптимист в каждой проблеме видит возможности. Пессимист видит трудности при каждой возможности.**

Оптимизм – прекрасное качество и состояние души, но небольшая доза пессимизма, а именно – трезвое, реальное видение ситуации помогает решать проблемы, не ускользая в мир иллюзий.

**Пусть у Вас всего будет в меру!**

