**Myśl Pozytywnie Razem z Nami !**

Drugiego lutego przypada Dzień Pozytywnego Myślenia- święto nietypowe i bardzo potrzebne w dzisiejszym świecie.

Inicjatorem tego nietypowego święta jest amerykańska psycholog Kristen Harrell, która od lat zajmuje się badaniem optymistycznego wpływu na zdrowie i proces leczenia człowieka. Zdaniem psycholog pozytywne nastawienie może zdziałać więcej, niż nam się wydaje.

Pozytywne myślenie pomaga nam uwierzyć w siebie i własne możliwości, co przekłada się na większe sukcesy w życiu codziennym. Wiara w lepsze jutro bardzo korzystnie wpływa na stan psychiczny i samopoczucie . Udowodnione jest,że optymiści lepiej radzą sobie w życiu i są mniej podatni na stres, co łączy się z szybszymi wyjściami z problemowych sytuacji.

Reasumując, warto patrzeć na świat z lepszej strony, dostrzegać pozytywne aspekty we wszystkim co nas spotyka. W ten sposób nasze życie nabiera kolorów- staje się bardziej ciekawe.

UŚMIECH POTRAFI ROZJAŚNIĆ NAWET NAJBARDZIEJ POCHMURNY DZIEŃ!