

TUESITAS, KO TU DARI TAGAD

Skolēnu pašpārvaldes vārdā veidoja
Patrīcija Blūma

Izvērtē, kas ir Tavas prioritātes

Uzdod sev tādus jautājumus:

- kas no tā, ko dari šobrīd noderēs Tev nākotnē?
- kur Tu redzi sevi pēc dažiem gadiem?
- kā Tu gribi to sasniegt?
- ko Tu vari mainīt, lai to sasniegtu?

Tava izvēle šodien nosaka Tavu nākotni

Kas ir tas, ko Tu ilgtermiņā iegūsi no savām izvēlēm?



Labi pavadīts vakars ir patīkams, bet ko jaunu Tu iegūsti pavadot tā katru vakaru, un kādu lomu tas spēlēs pēc mēnešiem vai gadiem?



Lasot un pašizglītojoties jebkādā sev interesējošā jomā tu ne tikai iegūsi zināšanas, ko vari izmantot jau tagad, bet liksi pamatus savai nākotnei

Svarīgi ir nevis kā dēļ Tu to dari, bet kāpēc?

- Nav svarīgi, ka Tu mācies, lai apmierinātu savus vecākus vai skolotājus, ir svarīgi, ka, to darot, Tu piespied pats sevi izdarīt
- Gribasspēks ir ceļš uz pašizaugsmi un spēju savaldīt savas emocijas grūtos brīžos, tādejādi nepadodoties un sasniedzot savus mērķus



Svarīgi ir fokusēties uz procesu

- Vissvarīgākais mācoties kaut ko jaunu ir tas, kā Tu to dari, jo tieši process ir tas, kas tev iemācīs.
- Pēc gadiem Tu iespējams vairs neatcerēsies lielāko daļu no mācītā, taču Tavā atmiņā noteikti paliks vairāki veidi, kā Tu apguvi mācību vielu, un uz to brīdi Tu jau būsi atradis sev efektīvāko no visiem un varēsi to pielietot citu sev svarīgāku lietu apgūšanai.

Tava apkārtējā vide ietekmē Tevi un Tavas rīcības

- Mazāk laika pavadi kopā ar negatīviem cilvēkiem, kuri vienmēr skatās uz lietām negatīvi
- Sākumā iespējams būs grūti atlaist sev tuvus cilvēkus, taču ja tie nelabvēlīgi ietekmē tavu pašizaugsmi un neatbalsta, tad Tev pašam jāizvērtē vai tie ir cilvēki, ko vēlies sev blakus



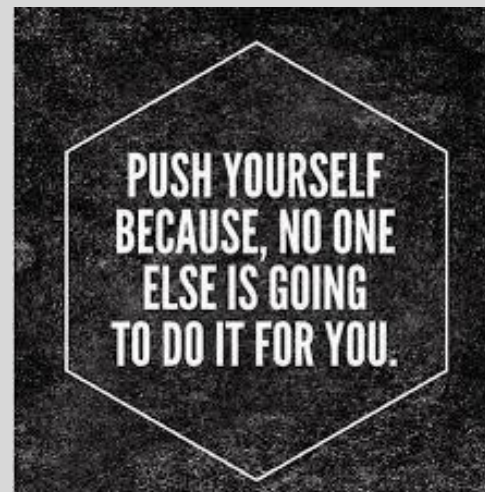
Paņem pārtraukumu

- Jā, mācīties un strādāt ir svarīgi, taču ik pa laikam, kad ir sajūta, ka nevari atlicināt laiku būtu labi sevi «apbalvot» ar kādu atpūtu, jo tieši tajā brīdī tā ir visvairāk vajadzīga.
- Protams, kas par daudz tas par skādi, bet pēc atpūtas ar entuziasmu būsi gatavs ķerties klāt ikdienas darbiem.



Pašmotivē sevi

- Mums katram ir pašam jānostāda savi mērķi, ko vēlamies saniegt un katru dienu jāatgādina sev, kādēļ uzsākām iecerēto



Ko Tu vari darīt jau tagad?

- Izvirzi savu saniedzamo mērķi jeb dzīves punktu, kur vēlies nonākt!
- Sastādi darāmo darbu sarakstu tuvākajam laikam!
- Katru dienu atceries un dari lietas, kas atgādinās Tev par tavu mērķi!
- Lieto brīvo laiku, lai iegūt kādu jaunu informāciju, kas tev noderēs nākotnē!

Paldies par uzmanību!

