

Поради з самовиховання

1. Коли берешся за будь-яку справу, подумай: який результат повинен отримати.
2. Записуй згідно з важливістю свої термінові справи, які маєш виконати протягом тижня, дня. Берись за справу сміливо і не відступай, поки її не виконаєш. Якщо в кінці тижня або цього дня залишаються не виконаними один чи два запланованих тобою пункти, перепиши їх у план на наступний тиждень (наступний день).
3. Візьми собі за правило обов'язково аналізувати: чому саме ти не виконав той чи інший пункт. Намагайся сам усувати причини невиконання. Спочатку це вважатиметься важким, але з часом ти зрозумієш, що головне – це правильно оцінювати свої сили і не гаяти марно часу.
4. Ніколи не практикуй перенесення виконання справи на наступний день. Приступай до виконання запланованого одразу ж без зволікань.
5. Не роби жодних попускань, навчися своїм примхам відповідати коротко, але твердо – “ні”
6. Навчися сам собі наказувати, будь до себе непохитним, але став перед собою завдання реальні, ні в якому разі “не заривайся”, бо не спрацює внутрішній наказ ”Так треба”, “Я мушу”.
7. Спробуй проаналізувати: на що ти переважно витрачаєш свій вільний час?
8. Твій організм здатий до тривалих навантажень, але, щоб уникнути стомлення, переборюй втому, змінюючи види діяльності протягом дня.
9. Приймаючи на себе будь-яке завдання, навчися слухати уважно вказівки дорослих.