Dragi naši,

U mjesecu svibnju utorkom ćemo objavljivat materijale vezane uz temu potrebe i samokontrole. Kad kažemo „potreba“ mislimo na ono što svatko od nas doživljava neophodnim za svoj život ili za osjećaje ispunjenosti i sreće. To ne mora uvijek biti neka materijalna stvar kao npr. one tenisice koje već dugo želite, potreba može biti i potreba za ljubavlju, prijateljstvom, hranom, zabavom… Kada kažemo „samokontrola“ mislimo na sposobnost da kontroliramo sebe i svoja ponašanja koja bi u nekoj situaciji bila neprimjerna. Da možda budemo jasnije, to je npr. situacija kada dobijete lošu ocjenu i odmah se posvađate s profesorom. Samokontrola je upravo to što će vas spriječiti da u navedenoj situaciji ne reagirate na takav način već da naučite kontrolirati ljutnju, potrebu da se posvađate ili uvrijedite nekoga. Samokontrola vam može pomoći i da izbjegnete neko neprihvatljivo ponašanje s vršnjacima.

Mislimo na vas i nadamo se da ste nam dobri, zdravi i veseli. Čuvajte sebe i druge. 😊

Program MPPI financijski podržavaju Ministarstvo zdravstva, Ministarstvo za demografiju, obitelj, mlade i socijalnu politiku, Grad Zaprešić i Općina Brdovec.