Dragi naši,

Stigli smo do posljednjeg dana mjeseca ožujka 31.03.2020..

Ožujak je bio mjesec koji je u naše živote donio drugačiji način života, drugačije načine provođenja vremena, nove načine komunikacije, učenja i školovanja. Dio obaveza koje smo imali trenutno ne možemo izvršiti, moramo ih odgoditi ili tražiti drugačije načine za njihovo obavljanje. S druge strane svi se susrećemo s mnogo novih situacija i novih obaveza.

Jeste li svjesni koliko zadataka obavite dnevno? Jeste li svjesni koliko ste ih obavili u zadnjih mjesec dana? Često nam se dogodi da na to ne obraćamo dovoljno pažnje, a mučimo se s onim obavezama koje nismo napravili. Posljedično postajemo nezadovoljni sobom i svojim učinkom.

Zato zastanite na trenutak i prisjetite se jednog svog postignuća, uspjeha, u mjesecu ožujku zbog kojeg se osjećate ponosno. Razmislite o tome, a zatim se pohvalite i nagradite. Recite sami sebi koliko ste ponosni na sebe!

Pitajte svoje bližnje za koje postignuće bi oni sebe pohvalili danas. Možda i njih potaknete na malo drugačiji način razmišljanja. ☺

Svoje odgovore možete podijeliti i s nama tako što ćete ih zapisati u komentarima ove objave.

Nadamo se da je ova vježba bila zabavna i korisna. 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.