

مهارت های زندگی از نگاه سازمان جهانی بهداشت، WHO

۱. زندگی خیلی وقت است شروع شده.

در زندگی چیزی به نام دور آزمایشی وجود ندارد. تصمیمات شما سرنوشت ساز هستند و راهی برای برگشت و تصحیح آنها وجود ندارد.

۲. دوستان آنلاین شما دوستان واقعی نیستند.

متأسفانه حقیقت دارد. بسیاری از این دوستان اصلاً اهمیتی برای مشکلات شما قائل نیستند و وقتی به کمک آنها نیاز دارید در دسترس نخواهند بود.

۳. هر عشقی به سرانجام نمی رسد.

آماده باشید که دلتان بشکند و غصه بخورید. سخت است اما واقعیت است.

۴. تحصیلات با گرفتن دیپلم به اتمام نمی رسد.

در دنیای امروز دانش حرف اول را می زند. اگر می خواهید عقب نیفتید باید به تحصیلاتتان ادامه دهید.

۵. اعضا خانواده مهمترین آدم های زندگی شما هستند.

این ها تنها افرادی هستند که به شما اهمیت می دهند. رفتار خوبی با آنها داشته باشید و قدردان حمایت هایشان باشید.

۶. نقاط ضعف شما اهمیت ندارند.

نقاط ضعفتان را بپذیرید ولی نگران آنها نباشید. تنها نقاط قوت شما هستند که اهمیت دارند. روی آنها تمرکز کنید و آنها را پرورش دهید.

۷. هر کار با ارزشی زمانبر است.

۸. تمام فرصت های پیشرفت خارج از محدوده آسایش قرار دارند.

۹. روابط منزلزل ارزش حفظ و نگهداری را ندارند.

وقتنان را روی چیزهایی که نمی توانید تغییری در آنها ایجاد کنید تلف نکنید. از کنار آنها عبور کنید و به مسیر خود ادامه دهید.

۱۰. دنیا پر از بی عدالتی است.

در زندگی خود بارها و بارها با بی عدالتی روبرو خواهید شد. آمادگی لازم را داشته باشید.

۱۱. شانس سراغ افراد سخت کوش می رود.

شانس هیچوقت نصیب افرادی که دست رو دست می گذارند و منتظر یک اتفاق خوب هستند نمی شود.

۱۲. زمان خاصی برای یک آغاز بی نظیر وجود ندارد.

اگر قصد دارید کاری را آغاز کنید، شروع کنید. منتظر زمان بهتر نباشید. آن زمان هرگز نخواهد رسید.

۱۳. شما نمی توانید همه جا حضور داشته باشید و نمی توانید همه چیز داشته باشید. یاد بگیرید که تصمیم های درست بگیرید و به آنچه برای شما اهمیت دارد متعهد بمانید و آن را دنبال کنید.

۱۴. باید از تمام افرادی که در زندگی شما هستند قدردانی کنید.

۱۵. تجربه و احساسات بهترین سرمایه گذاری های شما هستند.

۱۶. «بعداً» معمولاً به معنی هرگز است. هیچ کاری را به بعد موکول نکنید. در لحظه زندگی کنید.

۱۷. موفقیت مترادف پشتکار است.

۱۸. انجام مرتب تمرینات ورزشی ضروری است.

۱۹. شکست هیچ اهمیتی ندارد، فقط پیروزی اهمیت دارد. پس از شکست نهراسید.

۲۰. هیچکس به شما کمک نخواهد کرد. فقط خودتان باید به خودتان کمک کنید. پس اتکا و اعتماد به نفس را در خود تقویت کنید