

Шта очекујеш да ћеш постићи?

Млађа сестра ти је узела омиљени дукс. Опет! Без питања! Пре него што улетиш у њену собу и устремиш се на њу, сачекај неколико тренутака и пробај да се мало смириш. Онда постави себи ово једноставно питање: шта очекујеш да ћеш постићи?

Фокусирање на крајњи циљ може ти помоћи да пронађеш начин на који ћеш га постићи. Оно што планираш да урадиш (да нападнеш сестру што ти је узела дукс) можда изгледа привлачно, али да ли ће ти то помоћи да постигнеш циљ (да натераш сестру да те пита пре него што позајми твоју ствар)? Вероватно неће. Могло би се десити да ти она, баш из ината, још чешће узима ствари.

Можда је смирен разговор, у којем ћеш јој рећи да ћеш јој радо позајмити своје ствари под условом да те прво пита, једини прави начин. Решићеш проблем, избећи ћеш свађу и смањићеш количину стреса у свом животу.