

# Πώς να Κρατάς Ισορροπία Ανάμεσα στην Ψυχαγωγία και στις Ευθύνες

Γιατί είναι καλύτερα πρώτα να φροντίζεις για τις ευθύνες σου και μετά να απολαμβάνεις κάποιο είδος ψυχαγωγίας; Αυτό το φύλλο εργασίας θα σε βοηθήσει να βρεις την απάντηση.



**ΨΥΧΑΓΩΓΙΑ**



**ΕΥΘΥΝΕΣ**



Η άμμος συμβολίζει την ψυχαγωγία σου. Οι πέτρες συμβολίζουν τις ευθύνες σου—αυτά που πρέπει να κάνεις.



## Ποιο είναι το σημείο;

Αν γεμίσεις έναν κουβά με μεγάλες πέτρες και μετά προσθέσεις άμμο για να γεμίσεις τα κενά, θα χωρέσουν και τα δύο. Αλλά αν βάλεις πρώτα την άμμο, δεν θα χωρέσουν όλες οι πέτρες.



# Ποιες δραστηριότητες κάνεις πρώτα;

Κοίταξε τις εικόνες και σημείωσε το κουτάκι (Α ή Β) κάτω από τη σειρά δραστηριοτήτων που ταιριάζει καλύτερα σε αυτό που κάνεις εσύ.



**A**

☐

Βάζω πρώτα την «άμμο».



**B**

☐

Βάζω πρώτα τις «πέτρες».

### Τώρα, κάνε το εξής:

Γράψε τις ευθύνες που έχεις κάθε εβδομάδα.

---

---

---

---

---

Γράψε τα αγαπημένα σου είδη ψυχαγωγίας. Γράψε επίσης τα αθλήματα που σου αρέσει να παίζεις ή να παρακολουθείς.

---

---

---

---

---



Στη συνέχεια, γράψε ξανά όλα τα παραπάνω, ξεκινώντας από αυτά που θεωρείς πιο σημαντικά. Κατόπιν, σημείωσε για το καθένα αν είναι «άμμος» ή «πέτρες».



1	_____
2	_____
3	_____
4	_____
5	_____
6	_____
7	_____
8	_____
9	_____
10	_____



<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>



Σε ποια κατηγορία ανήκουν οι δραστηριότητες που έχεις βάλει στην κορυφή του καταλόγου σου; Στις ευθύνες ή στην ψυχαγωγία; Αν η ψυχαγωγία έρχεται πρώτη σε σχέση με τις ευθύνες σου, ίσως πρέπει να κάνεις μερικές προσαρμογές για να τα προλαβαίνεις όλα.

Αν ασχολείσαι πρώτα με τις ευθύνες σου, θα μπορείς να φροντίζεις για τα πιο σημαντικά πράγματα και να σου μένει χρόνος για ψυχαγωγία.

**«Να βεβαιώνεστε για τα πιο σπουδαία πράγματα».—Φιλιππησίους 1:10.**