

Aseptá Ku Bo No Ta Perfekto

Un perfekshonista no ta gusta hasi fout i komo resultado e ta kunsumí ku su mes i ku otronan. Bo tin tendensia di ta perfekshonista? Si ta asina, purba hasi e siguiente kosnan.

1 IDENTIFIKÁ E PROBLEMA

Na ki momento bo ta mas inkliná na mustra ku bo ta perfekshonista?



NA SKOL
(Si bo no haña e mihó punto, bo ta sinti bo hopi malu i desapuntá.)



NA KAS
(Ora bo ta drecha bo kamber, tur kos mester ta perfekto. Si tin ún kos chikitu ku no ta bon, e ta traha riba bo nèrvio.)



KU BO AMIGUNAN
(Bo no por soportá ora otro hende ta hasi fout, spesialmente bo amigunan di mas serka.)



OTRO MOMENTO

Awor pensa riba e momento ku bo a kaba di skohe. Den ki manera(nan) bo ta mustra ku bo ta perfekshonista den e aspektonan ei di bo bida?

2 KAMBIA BO MANERA DI PENSA

Beibel ta bisa ku “e sabiduria djariba ta . . . rasonabel.” (Santiago 3:17) Ora ta trata di e momentonan spesifiko ku bo a identifika mas ariba, kon bo por ta mas rasonabel den loke bo ta ferwagt di bo mes (òf di otronan)?

► Na lugá di

► Mi por



3 SKOHE UN TEKSTO DI BEIBEL

Ki teksto ta pas mas mihó ku bo situashon?

‘Kana humildemente ku bo Dios!’—Mikéas 6:8.

“Si abo, SEÑOR, tuma inikidatnan na kuenta, o Señor, ken lo por a keda para?”—Salmo 130:3.

“No tin hende hustu riba tera ku kontinuamente ta hasi bon.”—Eklelesiástes 7:20.

“Tur a peka i no por reflehá e gloria di Dios.”—Romanonan 3:23.

“Laga tur hende mira ki rasonabel boso ta.”—Filipensenan 4:5.

Kon e teksto ku bo a skohe por yuda bo pa no ta perfekshonista?

4 SKOHE UN 'ROLE MODEL'

Ken ta un hende rasonabel ku lo bo ke imitá, i dikon?



“Ora mi ripará ku mi ta hasi kos di perfekshonista, mi ta purba di pensa riba hende ku mi ta admirá. Un motibu ku mi ta admirá nan ta pasobra nan ta laga mi sinti mi bon rònt di nan. Asina mi ke pa otro hende pensa di mi i esei ta hasi mi mas determiná pa bringa kontra e tendensia pa ta perfekshonista.”—Anna.



5 PONE UN META

Ki meta bo por pone pa yuda bo bringa kontra e tendensia di ta perfekshonista?

“Si algu no bai manera bo a plania, bisa bo mes ku bo a hasi bo bèst. Focus riba loke ta bon. Mira tur fout komo un oportunitat pa siña algu.”
—Kara.