



Cansado de Estar Entediado?



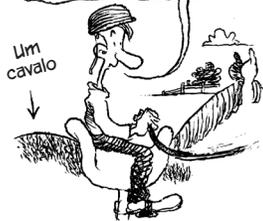
Quando você está crescendo, tem ocasiões em que se sente entediado. E quando isso acontece, existe a tentação de ficar esperando que alguém apareça com grandes ideias para tornar esse tempo mais interessante e emocionante.

Mas, pense um pouco: Você está crescendo, e com a idade vem a responsabilidade de cuidar de si mesmo. Você precisa começar a aprender a usar seu próprio tempo sabiamente.

Não pode depender sempre dos seus pais, professores e amigos para tornarem sua vida mais divertida. Precisa procurar formas de sair da rotina do tédio por si próprio! Há muitas coisas para fazer -- hobbies que pode adotar, habilidades que pode aprender, projetos para fazer, basta um pouco de planejamento.



Se eu conseguir encontrar a ignição, estarei pronto. ...



O Ciclo do "Estou Entediado"



Requer auto motivação para sair do ciclo do "estou entediado", e isso vem de assumir responsabilidade por si mesmo. Têdio é uma desculpa fácil quando você não está satisfeito ou feliz. Antes de rotular a vida ou atividades de entediadas, você deveria se perguntar se está se esforçando para encontrar algo para fazer. Está simplesmente sentado, esperando que apareça alguém com um plano que você goste? Ou está agindo e pensando em atividades construtivas que possa fazer, e que seus amigos talvez gostem também? Isso é tomar iniciativa!



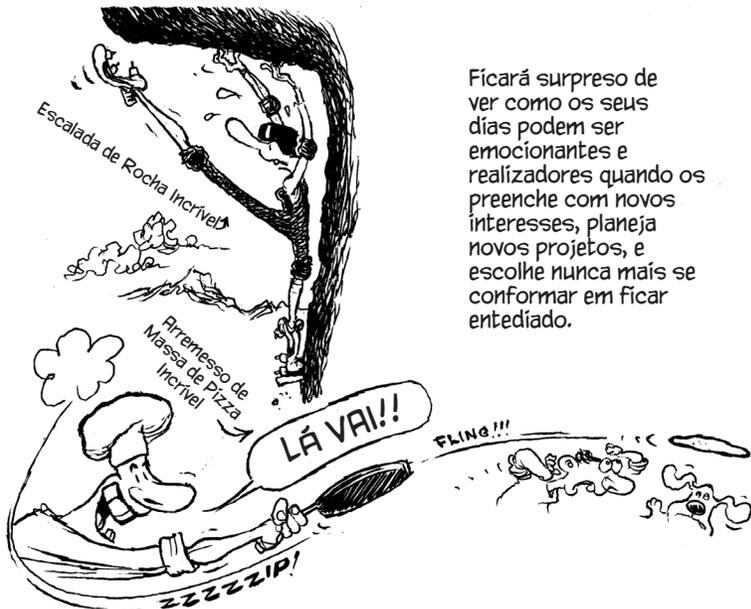
Por que estou INFELIZ? POR QUE estou infeliz?
 Vou lhe dizer por que estou infeliz! Estou infeliz
 por que eu ... ah! ... porque ... eu ... um ... deixa
 ver ... o que eu estou percebendo. ... é porque ...
 AH SIM!! É porque ESTOU ENTEDIADO! ...

Caio



Sente-se e faça uma lista de todas as coisas que gosta de fazer ou gostaria de experimentar. Não se deixe limitar pelas coisas que acha que nunca conseguirá fazer.

Quando tiver feito a sua lista de atividades e projetos que gostaria de experimentar, mostre-a para os seus pais para ver se tem alguma coisa que poderia começar a fazer imediatamente. Talvez não consiga fazer todas as coisas na sua lista, mas dentro do possível, verá que existem muitas atividades e projetos novos que tem condições de fazer. Procure formas de preencher esses momentos "entediantes", e em breve verá que esses momentos são cada vez mais escassos!



Ficará surpreso de ver como os seus dias podem ser emocionantes e realizadores quando os preenche com novos interesses, planeja novos projetos, e escolhe nunca mais se conformar em ficar entediado.

Samanta escreve sua lista de sugestões de Destruidores do Tédio



LISTA DE COISA "A FAZER"

- Fazer sopa gostosa de marshmallows
- Descobrir nova estrela (dar nome da mãe)
- Dividir um átomo
- Rastreamento noturno com acessório de visão noturna
- Aprender Yiddish
- Descobrir