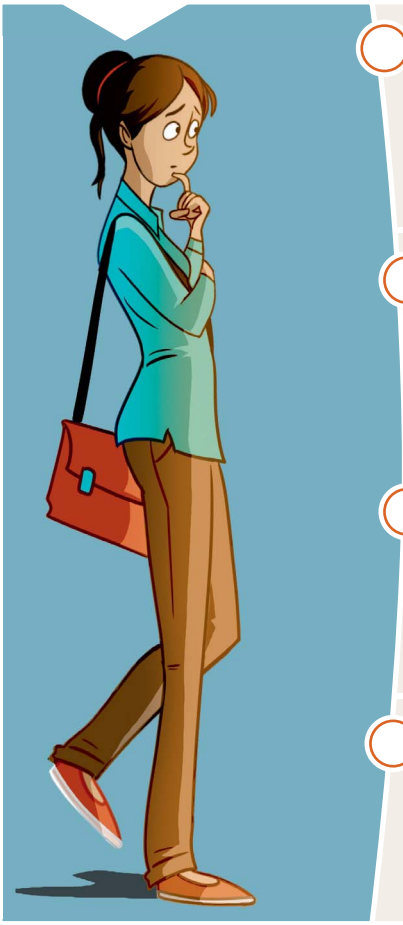
Πώς να Ξεπεράσεις την Τελειομανία

Οι τελειομανείς δεν αφήνουν πολλά περιθώρια για λάθη στη ζωή, με αποτέλεσμα να απογοητεύονται με τον εαυτό τους και με τους άλλους. Μήπως έχεις τάσεις τελειομανίας; Αν ναι, δοκίμασε τα παρακάτω.

1 ΠΡΟΣΔΙΟΡΙΣΕ ΤΟ ΠΡΟΒΛΗΜΑ

Διάλεξε τον τομέα στον οποίο είναι πιθανότερο να εκδηλώνεις σημάδια τελειομανίας.



○ **ΣΧΟΛΕΙΟ**
(Απογοητεύεσαι πάρα πολύ όταν δεν παίρνεις άριστα.)



○ **ΣΠΙΤΙ**
(Όταν τακτοποιείς το δωμάτιό σου, το καθετί πρέπει να είναι στην εντέλεια. Αν έστω και ένα πράγμα δεν είναι στη θέση του, αναστατώνεσαι.)



○ **ΦΙΛΙΕΣ**
(Δεν ανέχεσαι καθόλου τα λάθη των άλλων—ιδιαίτερα εκείνων τους οποίους θεωρείς δικούς σου.)



○ **ΑΛΛΟΙ ΤΟΜΕΙΣ**

_____

_____

Τώρα κάνε σκέψεις γύρω από τον τομέα της ζωής που προσδιόρισες.
Με ποιον τρόπο(-ους) εκδηλώνεις τάσεις τελειομανίας σε αυτή την πλευρά της ζωής σου;

_____

_____

_____

www.jw.org © 2017 Watch Tower Bible and Tract Society of Pennsylvania

2 ΧΑΡΑΞΕ ΚΑΙΝΟΥΡΙΑ ΠΟΡΕΙΑ

Η Αγία Γραφή λέει ότι «η σοφία που κατεβαίνει από πάνω είναι . . . λογική». (Ιακώβου 3:17) Σχετικά με την πλευρά της ζωής που προσδιόρισες προηγουμένως, πώς μπορείς να δείχνεις περισσότερη λογικότητα όσον αφορά αυτά που αναμένεις από τον εαυτό σου (ή από τους άλλους);

- **Αντί να**

_____

_____

- **θα μπορούσα**

_____

_____



3 ΔΙΑΛΕΞΕ ΕΝΑ ΕΔΑΦΙΟ

Ποιο εδάφιο ταιριάζει περισσότερο στην περίπτωσή σου;

- ○ «Να είσαι μετριόφρων καθώς περπατάς με τον Θεό σου».—Μιχαίας 6:8.
- ○ «Αν παρατηρούσες σφάλματα, Γιαχ, Ιεχωβά, ποιος θα μπορούσε να σταθεί;»—Ψαλμός 130:3.
- ○ «Δεν υπάρχει άνθρωπος δίκαιος στη γη που να κάνει συνεχώς το καλό».—Εκκλησιαστής 7:20.
- ○ «Όλοι έχουν αμαρτήσει και υστερούν ως προς τη δόξα του Θεού».—Ρωμαίους 3:23.
- ○ «Η λογικότητά σας ας γίνει γνωστή». —Φιλιππησίους 4:5.

Πώς μπορεί το εδάφιο που διάλεξες να σε βοηθήσει να καταπολεμήσεις την τελειομανία;

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

www.jw.org © 2017 Watch Tower Bible and Tract Society of Pennsylvania

4 ΔΙΑΛΕΞΕ ΕΝΑ ΠΡΟΤΥΠΟ

Ποιον θα διάλεγες *εσύ* ως πρότυπο λογικότητας, και γιατί;



«Όταν συνειδητοποιώ ότι γίνομαι τελειομανής, προσπαθώ να σκέφτομαι άτομα που θαυμάζω. Ένας λόγος για τον οποίο τα θαυμάζω είναι ότι με κάνουν να νιώθω άνετα δίπλα τους. Έτσι θέλω να νιώθουν και οι άλλοι για μένα, και αυτό μου δίνει ισχυρότερο κίνητρο να καταπολεμώ την τάση της τελειομανίας».—Άννα.



5 ΒΑΛΕ ΣΤΟΧΟ

Ποιον στόχο θα μπορούσες να βάλεις στον αγώνα σου κατά της τελειομανίας;

«Αν κάτι δεν πηγαίνει σύμφωνα με το αρχικό σχέδιο, πες στον εαυτό σου ότι έκανες το καλύτερο που μπορούσες. Εστίασε στα καλά πράγματα. Δες κάθε αποτυχία ως ευκαιρία να μάθεις».—Κάρα.

www.jw.org © 2017 Watch Tower Bible and Tract Society of Pennsylvania