

БӨЛІМ: ЖАЛПЫ РУБРИКА

Күнделік жүргізудің маңыздылығы

ЖАРИЯЛАНДЫ
26.02.2024СІЛТЕМЕ
https://bilimger.kz/150232/

Әлімбет Жанель

9^а сынып

JOO High School Alatau

Күнделік жүргізу — бұл жеке өмірімізден шығатын тәжірибе — бұл өзін-өзі көрсету және жеке даму үшін құнды құрал. Біздің ойларымызды, тәжірибемізді және эмоцияларымызды құжаттау әрекеті бізге өз өміріміз туралы түсінік алуға мүмкіндік береді.

Күнделік біздің саяхатымызды көрсететін айна ретінде қызмет етеді, қиындықтарды анықтауға және жетістіктерді атап өтуге көмектеседі. Бұл біздің эмоцияларды білдіретін қауіпсіз кеңістікке айналады. Жазбаша сөз арқылы біз санамыздың қыр-сырын аша отырып, айқындыққа ие боламыз.

Оның үстіне күнделік — сенімді естелік банкі. Ол өткінші сәттерді түсіріп, болашаққа деген мақсатты біле тұруымызды сақтайды. Қуаныш кезінде ол ризашылықты еске салады, ал қиындықтар кезінде ол қиыншылықтарды қалай жеңгенімізді көрсететін төзімділік көзіне айналады.

Күнделік жүргізудегі жүйелілік өзін-өзі тәртіпке келтіреді және зейінділікке тәрбиелейді. Бұл интроспекцияға арнайы уақыт бөлуді ынталандырады, өзін-өзі тереңірек байланыстырады. Сонымен қатар мақсат қоюға және уақыт өте келе жеке өсуді бақылауға көмектеседі.

Негізінде, күнделік жүргізудің маңыздылығы өткен күндердің жазбасы ғана емес, сонымен қатар бізді өміріміздің күрделі пейзаждары арқылы бағыттайтын компас.

ҚМ АА Куәлік нөмірі: **KZ45VPY00102718** — ҚР Мәдениет және Ақпарат министрлігі

© 2026 **Bilimger.kz** Ақпараттық-танымдық білім порталы. Барлық мазмұн авторлық құқықпен қорғалған.