

我已經這麼努力了
為什麼狀況仍然無法改變？

我這麼可愛，為什麼要上班



到目標最近的距離不一定是直線，
Make it happen的能力！

Askats Yang

Success



what people think
it looks like

Success



what it really
looks like

你可能會這麼想

- 我需要再調整方法
- 親師溝通要再多與家長合作
- 等級太高，我無法打怪
- 八字不合，沒有緣份



你以為的教育現場







歡迎來到真實世界

門框上面怎髒髒的?

咦

原來.....

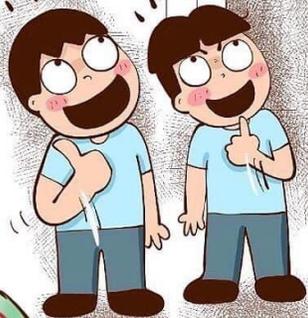
對男生來說,教室門框存在的意義是.....

老師經過



啊~啊~ 看我的!

這次高喔 厲害喔



309
早被打上的班級牌

馬上! 立刻!

把門框給我擦乾淨!



老師又柯南上身了!



誰推我!!

誰戳我!!

嘿嘿



請下北月早日繼木.....



真相永遠只有一個!

又要辦案了.....



35+N



恐龍家長

她養的

小恐龍



被踐踏的我

誰說小學老師下班
就回家睡覺的呀？

越忙越胖的人



【教養不正經】

從期初走向期末 你的心情如何變化？







當你想放棄時
想想當初為何
堅持到這裏

如果不堅持，
到哪都是放棄！



只要不失去希望，就一定能夠夢想成真

没有期待
就不会失望

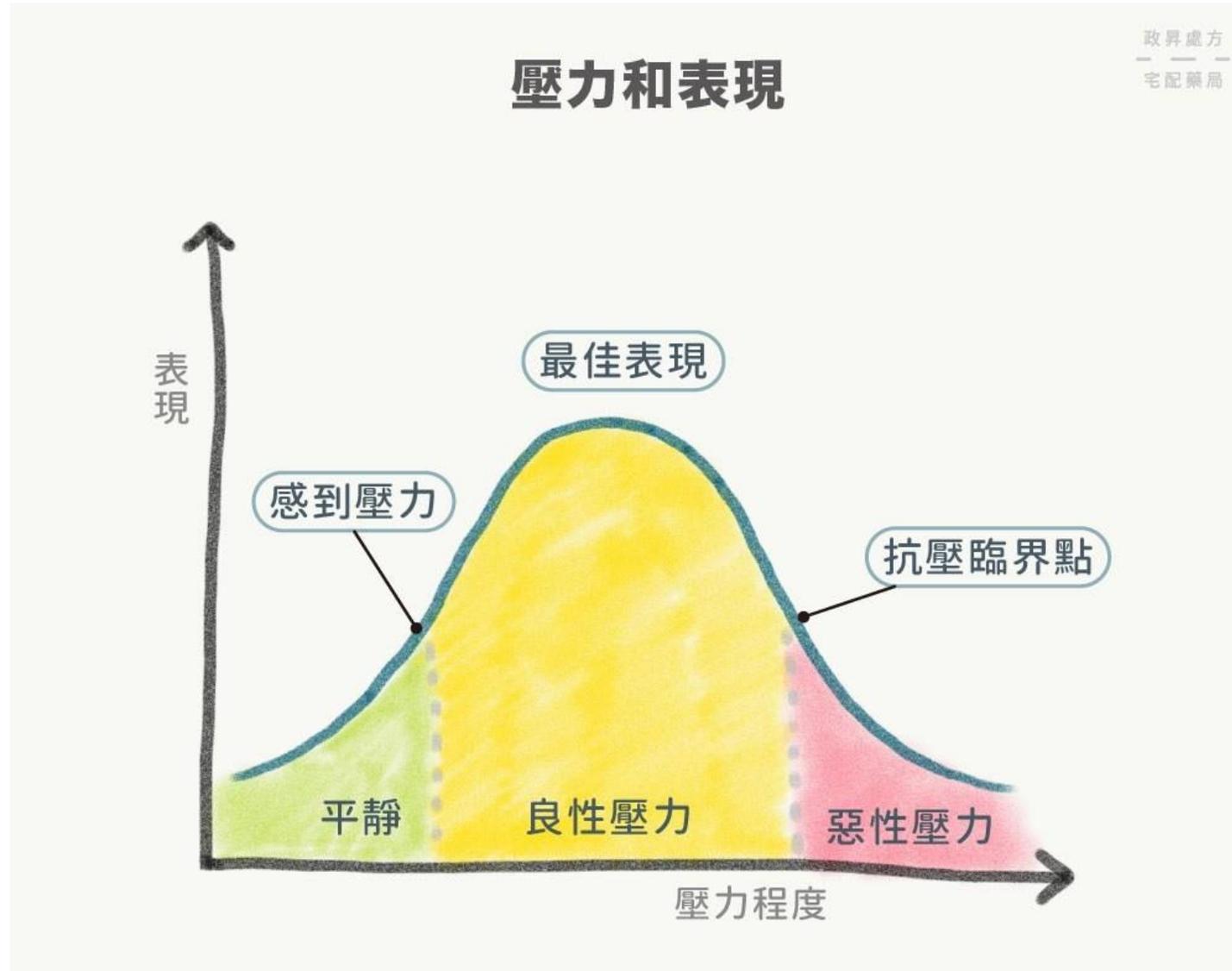


默念

人生
充滿希望



做自己的「hold住哥」和「hold住姐」



Take care
of
yourself



轉換
環境



誠實面
對自己

遠離
手機



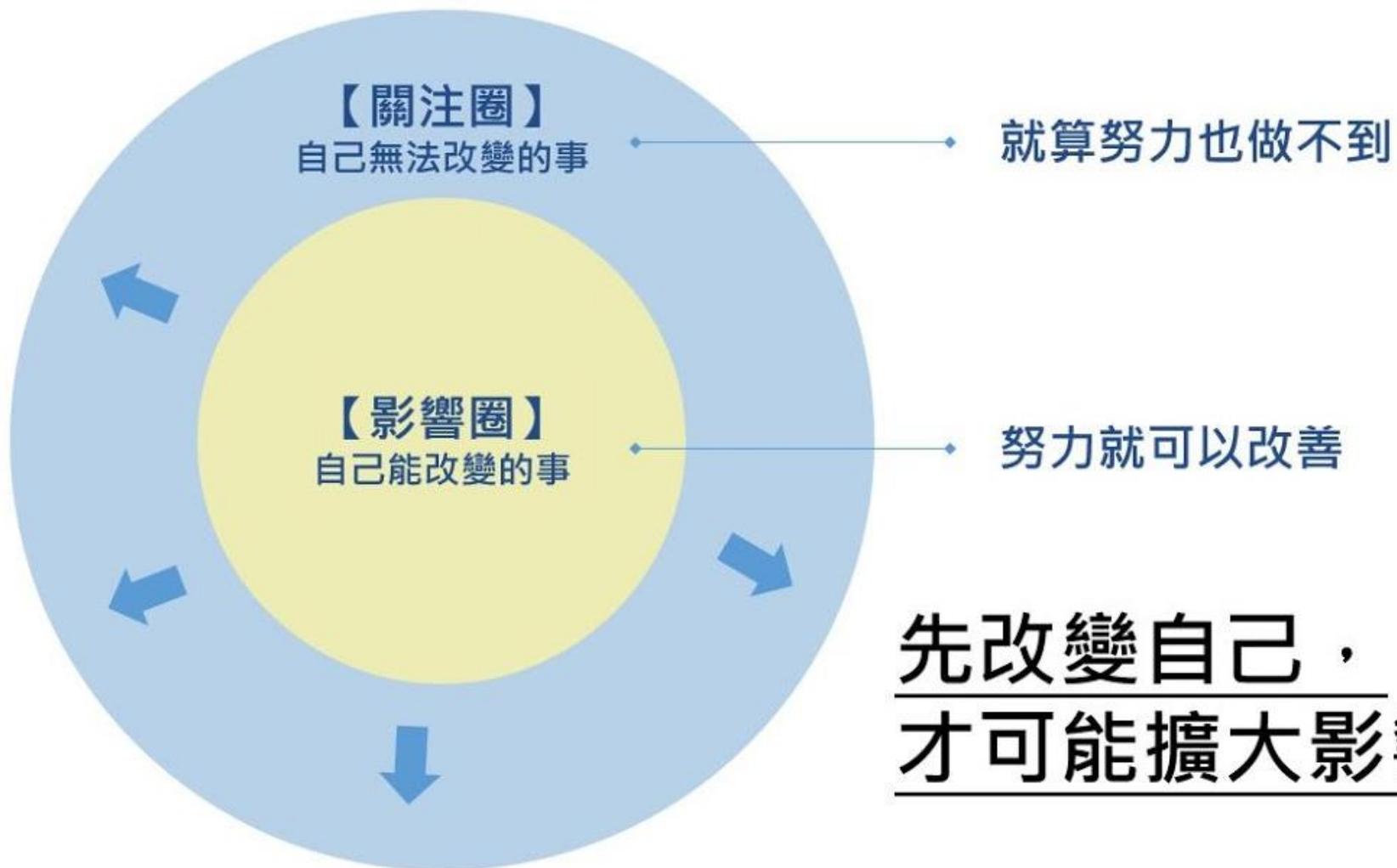
運動



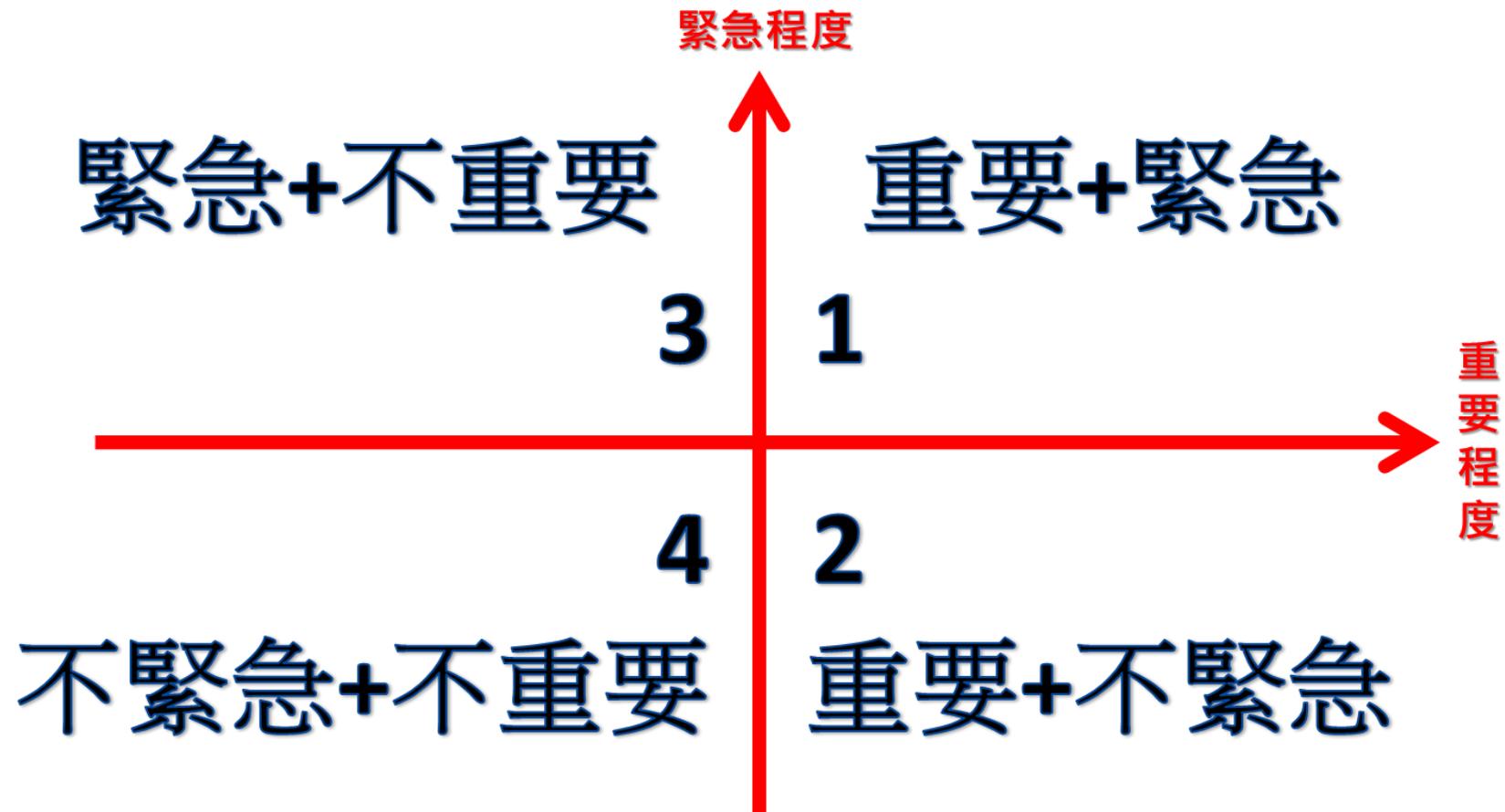
吃飽
睡好



心法1 – 做你能做的



心法2-分析事件



時間四象限管理法



時間四象限管理法



急迫 ← → 不急迫

重要



不重要



- 1**
- 緊急狀況
 - 迫切的問題
 - 要在期限內完成的計畫、會議或工作

- 2**
- 準備工作
 - 預防措施
 - 價值觀的澄清
 - 長期的規畫
 - 人際關係的建立
 - 必要的休閒
 - 增進自己的能力

- 3**
- 干擾、電話
 - 某些重要信件、報告
 - 不重要的會議
 - 許多迫在眉睫的急事
 - 符合別人期望的事

- 4**
- 浪費時間的事
 - 瞎掰閒聊
 - 花過多的時間看電視
 - 「逃避現實」的活動

心法3—先確認目標，再決定反應



1. 做你能做的

2. 分析事件

3. 確認目標再反應