MILLAISIA TAITOJA URHEILUN JA MUUN ELÄMÄN VÄLILLÄ TASAPAINOILEVALTA URHEILIJALTA VAADITAAN?

Kerätty URHEAn oppilaitostapaamisessa:

- Pitkäjänteisyyttä
- Taitoa tehdä suunnitelmia, ennakoida
- Kykyä tuottaa kirjallista materiaalia
- Oma-aloitteisuutta, aktiivisuutta
- Taitoa prioriosoida: Mikä on tärkeää, mikä on kiireellistä, milloin teet loput?
- Sosiaalisia taitoja, kykyä tulla toimeen erilaisten ihmisten kanssa
- Rohkeutta tunnistaa, käsitellä ja puhua omista asioistaan
- Itsearviointitaitoja: Missä olen hyvä, mitä minun pitää oppia lisää, missä tarvitsen tukea?
- Taitoa asettaa realistisia tavoitteita, seurata omaa etenemistä ja tarkistaa tavoitteita
- Muutoskykyisyyttä, joustavuutta
- Kykyä organisoida, delegoida ja pyytää apua
- Itsekuria: Hoitaa myös ikävät ja vaikeat asiat
- Itsetuntemusta, oman jaksamisen seuraamista, rohkeutta ottaa välillä omaa aikaa