

איך להתמודד עם הפסד

חמישה טיפים חשובים לכדורסלן בדרך להתמודדות נכונה עם הפסדים

1. קודם כל לדעת שלא תמיד תנצח- כך זה במשחק הכדורסל וכך זה במשחק החיים.
2. להוריד את הראש למעט זמן- זה מותר. לא להגזים עם זה.
3. ללמוד מהטעויות שלך ולא להאשים את עצמך בשום דבר. אשמה עצמית היא לא כלי לימוד.
4. ללמוד מהטעויות של החברים שלך ולדבר איתם על זה- ושוב, לא להאשים, לא להרוס, לא להעיר אלא להאיר- להיות תמיד בבנייה.
5. רגע אחרי שהבנת מה קרה- תחייך. תעלה למגרש ותחזור לעצמך.