

HLB@SCHOOL

classroom
adventures...
EXPLORE • ENGAGE • EMPOWER

JULAI 2024
EDISI 5

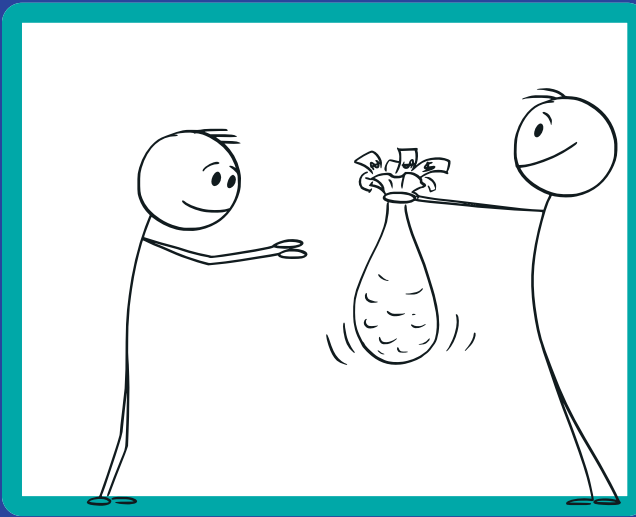




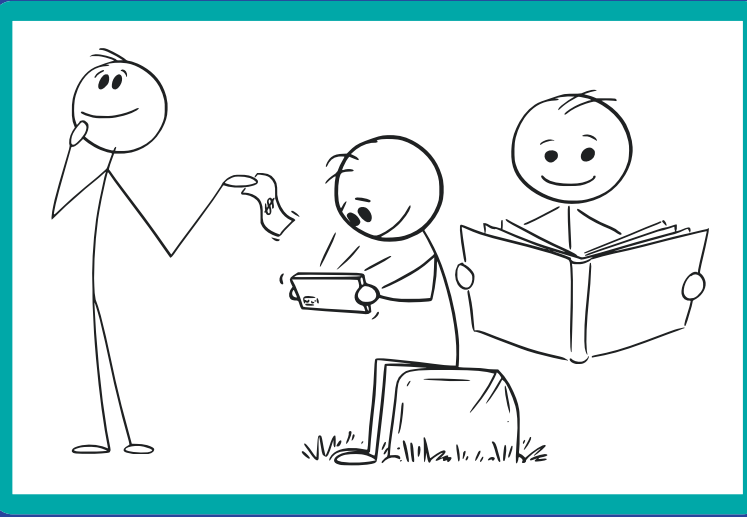
PENANGGUHAN KEPUASAN

MENGAPA MENUNGGU MEMBAWA GANJARAN

Berikut merupakan sebuah cerita untuk membantu anda memahami maksud penangguhan kepuasan



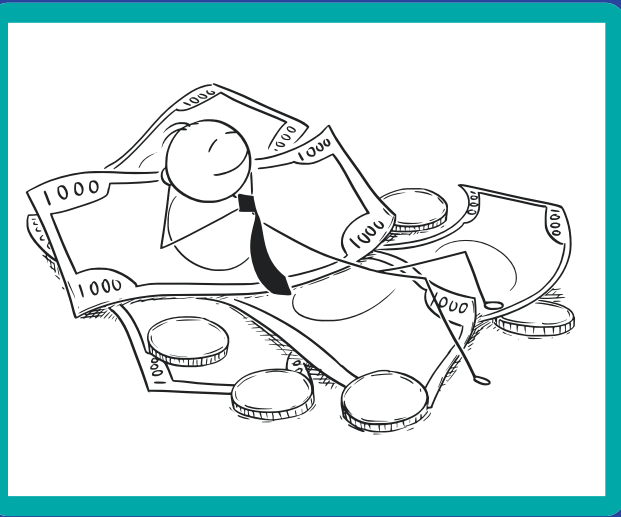
Nenek Lila memberikan wang sebanyak RM50 kepada Lila dan berjanji akan menggandakannya kepada RM100 jika Lila berjaya menyimpan wang tersebut selama seminggu.



Lila teringin untuk membeli mainan baru, namun dia memutuskan untuk bersabar dan menyimpan duit tersebut. Dia menyibukkan diri dengan membaca buku dan bermain permainan video.



Setelah seminggu berlalu, kesabarannya membuahkan hasil. Nenek Lila memberikannya RM100 untuk mengajar Lila nilai menyimpan wang dan menangguhkan keinginan.



Lila telah mempelajari bahawa terdapat ganjaran yang lebih besar jika dia bersabar.

MENGAPAKAH MENUNGGU ITU PENTING?

Mencapai Matlamat Yang Lebih Besar: Apabila anda menangguhkan keinginan, anda boleh menyimpan wang untuk membeli sesuatu yang lebih istimewa seperti basikal baru atau konsol permainan video, berbanding dengan jika anda berbelanja untuk sesuatu yang tidak kekal lama.

Membina Disiplin Diri: Menunggu mengajar anda tentang kawalan diri yang akan membantu anda dalam pelbagai aspek kehidupan, seperti belajar untuk peperiksaan atau menyimpan wang untuk masa hadapan.

Membuat Keputusan Yang Lebih Baik: Dengan memikirkan apa yang anda benar-benar inginkan dan sama ada ia berbaloi untuk ditunggu, anda belajar membuat pilihan yang lebih bijak.

CONTOH-CONTOH MENANGGUH KEINGINAN

Menabung untuk Membeli Basikal: Anda ingin membeli sebuah basikal baru yang berharga RM200. Daripada membeli mainan atau makanan ringan setiap minggu, simpan wang saku anda. Selepas beberapa bulan, anda akan mendapat wang yang cukup untuk membeli basikal, dan ia merupakan satu pencapaian yang perlu dibanggakan.

Merancang untuk Keluar: Anda merancang untuk pergi ke taman hiburan bersama kawan-kawan. Daripada membeli alat permainan video atau gula-gula, simpan wang anda. Anda tidak perlu bimbang tentang kehabisan wang untuk menikmati semua permainan dan makanan semasa berada di taman hiburan.

Menabung untuk Masa Depan: Anda ingin menabung untuk sesuatu yang istimewa, seperti kem musim panas atau gajet. Setiap minggu, anda menabung sebahagian daripada wang saku anda. Lama-kelamaan, simpanan anda bertambah dan anda pasti teruja kerana telah mencapai matlamat.

BAGAIMANA UNTUK MENANGGUH KEPUASAN?

Menetapkan Matlamat: Tentukan keinginan anda dan tetapkan matlamat untuk menabung agar boleh mendapatkannya. Keinginan anda mungkin adalah alat mainan baru, keluar dengan kawan-kawan, atau menabung untuk masa depan.

Membuat Perancangan: Tentukan jumlah simpanan mingguan atau bulanan yang diperlukan untuk mencapai matlamat anda. Catat dan pantau perkembangan anda.

Elak Godaan: Jauhkan diri anda dari tempat atau laman web yang boleh membuatkan anda membeli sesuatu yang tidak perlu.

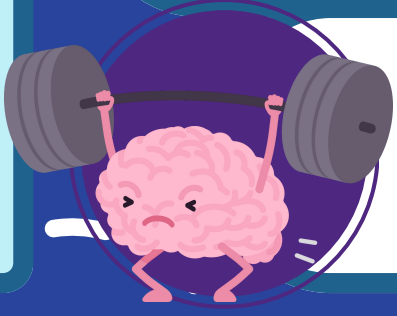
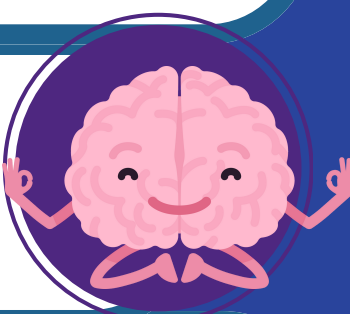
Ganjaran Diri: Raikan diri sendiri apabila anda berjaya mencapai matlamat! Namun, perlulah berpada-pada supaya tidak menjejaskan usaha keras anda dalam menabung.

3 TIPS UNTUK MENGAWAL DIRI DENGAN LEBIH BAIK:



Berfikir sebelum berbelanja: Sebelum membeli sesuatu, tanyalah diri jika ia benar-benar perlu atau sekadar keinginan. Adakah ia akan memberikan anda kebahagiaan yang berpanjangan?

Amalkan Kesedaran: Fahami perasaan dan dorongan anda. Apabila anda rasa terdorong untuk membeli sesuatu, ambil sedikit masa untuk memikirkan pilihan anda.



Cari Alternatif: Cari aktiviti berkos rendah sebagai alternatif untuk berbelanja. Anda mungkin menemui hobi atau minat baru!

Ingatlah bahawa menangguhkan keinginan adalah seperti menanam benih. Ia mungkin mengambil sedikit masa untuk tumbuh, namun ganjarannya berbaloi. Jadi jika anda tiba-tiba rasa terdorong untuk berbelanja, fikirkan tentang apa yang anda benar-benar inginkan dan sama ada berbaloi untuk anda menunggu. Anda mungkin terkejut melihat hasilnya!