

Como Aprender Ving Tsun

Dificuldade: Falta de Tempo para praticar

O mundo está cada vez mais acelerado e quanto mais a tecnologia avança, menos tempo temos.

Organização e Prioridade.

- Utilize uma agenda para listar todas as suas tarefas e compromissos diários.
- Distribua suas tarefas e compromissos na ordem de prioridade.

Caso ainda assim, fique com pouco tempo, realoque uma tarefa ou compromisso de baixa prioridade para outro dia e utilize esse tempo para a prática da sua Arte Marcial.

Falta de um Professor ou Mestre Qualificado na sua modalidade de Arte Marcial

Escassez de Profissionais de Artes Marciais habilitados. Agravo no caso de modalidades específicas, como por exemplo Ving Tsun.

Faça um pesquisa a procura de Profissionais habilitados na sua modalidade de Arte Marcial em seu bairro ou cidade.

- Como superar
 - Não existindo esse Profissional próximo, tem 2 opções:
 - Aprender/Praticar outra modalidade de Arte Marcial.
 - Entrar em contato com um Profissional da modalidade que deseja e viajar de tempos em tempos para aprender/praticar e corrigir a técnica.

- 1 vez por semana
- 1 vez a cada 15 dias
- 1 vez por mês
- 1 vez a cada 6 meses
- 1 vez por ano
- Cursos, Workshops, Seminários
- Utilizar materiais didáticos como livros e videos

Falta de um local apropriado para praticar

O tempo que você dedica ao praticar sua Arte Marcial na academia, escola, dojo, Mo Gun, etc, não é suficiente. Você precisa praticar também fora da escola.

Organização!

- Como superar
 - Fazer um inventário de coisas que não usa há muito tempo para doar/vender.
 - Arrumar o espaço liberado para a prática da sua modalidade de Arte Marcial.

Falta de motivação para iniciar e manter a prática

Problema forte e maior causa da desistência da prática das modalidades de Artes Marciais. Começa-se com grande energia porém conforme o tempo passa, a energia diminui até a desistência.

- Como superar
 - Lembrar o porquê decidiu iniciar a prática da sua Arte Marcial.
 - O que o levou a procurar por esta modalidade de Arte Marcial?
 - Quais são seus objetivos ao praticar sua Arte Marcial?
 - O que você quer atingir ou conseguir com essa prática?
 - Quais são os benefícios que obterá ao praticar sua modalidade de Arte Marcial?

Falta de recursos financeiros para praticar (\$\$\$)

O custo de vida cada vez mais alto faz com que priorizemos outras coisas em detrimento ao nosso desejo de iniciar e manter a prática da nossa Arte Marcial

Organização!

- Como superar
 - Fazer um orçamento doméstico.
 - Descobrir despesas que podem ser...
 - Evitadas
 - Diminuídas
 - Cortadas
 - Conseguir receita extra
 - Fazer hora extra no seu emprego
 - Prestar algum serviço extra
 - Desenvolver alguma outra atividade remunerada

Falta de apoio da família para praticar

Devido ao pouco tempo que disponibilizamos para estar com a família por causa do trabalho, estudo, etc, nossa Arte Marcial pode ser encarada como mais uma forma de concorrência pela nossa atenção

- Como superar:
 - Conversar com a família e deixar claro que a prática da Arte Marcial também é de grande importância para você.
 - Se esforçar para equilibrar seu tempo e atenção para a família, a prática da Arte Marcial e outros fatores da sua vida