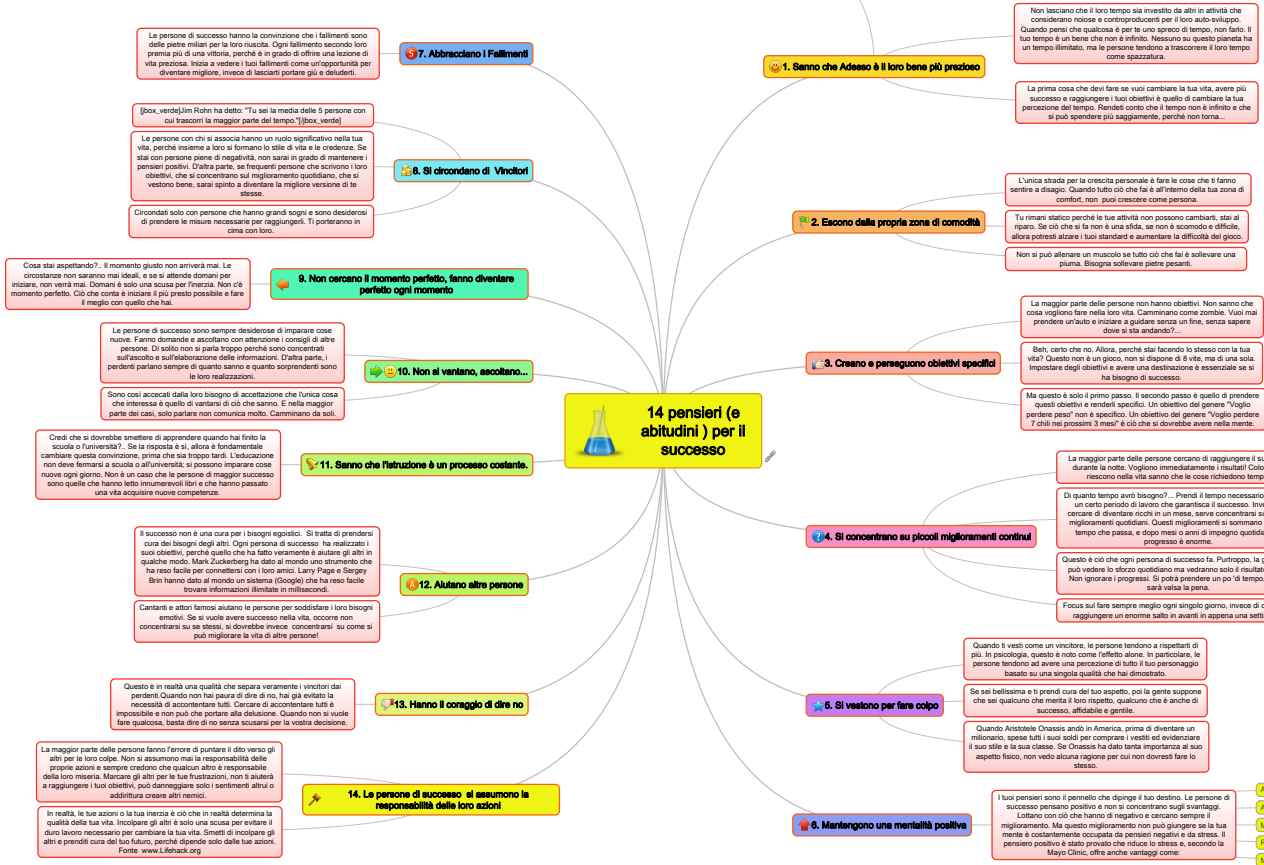


14 pensieri (e abitudini) per il successo

Qual'è la differenza tra i vincitori ed i perdenti?.. Perché alcune persone sono così di successo nel raggiungere i loro obiettivi, mentre altri non riescono?.. La causa è nella loro mentalità, nelle loro credenze e nelle loro abitudini.

14 cose che le persone fenomenali e di successo pensano e fanno in modo diverso. La tua mente è la prima chiave di volta per il successo. Il secondo sono le azioni quotidiane, il terzo le abitudini quotidiane.



1. Sanno che Adesso è il loro bene più prezioso

Non lasciano che il loro tempo sia investito da altri in attività che considerano noiose e controproducenti per il loro auto-sviluppo. Quando pensi che qualcosa è per te uno spreco di tempo, non farlo. Il tuo tempo è un bene che non è infinito. Nessuno su questo pianeta ha un tempo illimitato, ma le persone tendono a trascurare il loro tempo come appartatura.

La prima cosa che devi fare se vuoi cambiare la tua vita, avere più successo e raggiungere i tuoi obiettivi è quello di cambiare la tua percezione del tempo. Renditi conto che il tempo non è infinito e che si può spendere più saggiamente, perché non torna.

2. Escono dalla propria zona di comfort

L'unica strada per la crescita personale è fare le cose che ti fanno sentire a disagio. Quando tutto ciò che fai è all'interno della tua zona di comfort, non puoi crescere come persona.

Tu rimani statico perché le tue abilità non possono cambiarti, sei al riparo. Se ciò che si fa non è una sfida, sei non è scomodo e difficile, allora potresti alzare i tuoi standard e aumentare la difficoltà del gioco.

Non si può allenare un muscolo se tutto ciò che fai è sollevare una piuma. Bisogna sollevare pietre pesanti.

3. Creano e perseguono obiettivi specifici

La maggior parte delle persone non hanno obiettivi. Non sanno che cosa vogliono fare nella loro vita. Camminano come zombi. Vani ma prendono un'auto e iniziano a guidare senza un fine, senza sapere dove si sta andando?...

Beh, certo che no. Allora, perché stai facendo lo stesso con la tua vita? Questo non è un gioco, non si dispone di il vite, ma di una sola. Impostare degli obiettivi e avere una destinazione è essenziale se si ha bisogno di successo.

Ma questo è solo il primo passo. Il secondo passo è quello di prendere questi obiettivi e renderli specifici. Un obiettivo del genere "Voglio perdere peso" non è specifico. Un obiettivo del genere "Voglio perdere 7 chili nei prossimi 3 mesi" è ciò che si dovrebbe avere nella mente.

4. Si concentrano su piccoli miglioramenti continui

La maggior parte delle persone cercano di raggiungere il successo durante la notte. Vogliono immediatamente i risultati! Coloro che riescono nella vita sanno che le cose richiedono tempo.

Di quanto tempo avro bisogno?.. Prendi il tempo necessario. Non c'è un certo periodo di tempo che garantisca il successo. Invece di cercare di diventare ricchi in un mese, sarei concentrarsi su piccoli miglioramenti quotidiani. Questi miglioramenti si sommano come il tempo che passa, e dopo mesi o anni di impegno quotidiano, il progresso è enorme.

Questo è ciò che ogni persona di successo fa. Purtroppo, la gente non può vedere lo sforzo quotidiano ma vedranno solo il risultato finale. Non ignorare i progressi. Si potrà prendere un po' di tempo, ma ne sarà valsa la pena.

Focus sul fare sempre meglio ogni singolo giorno, invece di cercare di raggiungere un enorme salto in avanti in appena una settimana.

5. Si vestono per fare colpo

Quando ti vesti come un vincitore, le persone tendono a rispettarli di più. In psicologia, questo è noto come l'effetto alone. In particolare, le persone tendono ad avere una percezione di tutto il tuo personaggio basato su una singola qualità che hai dimostrato.

Se sei bellissima e ti prendi cura del tuo aspetto, poi la gente suppone che sei qualcuno che merita il loro rispetto, qualcuno che è anche di successo, affidabile e gentile.

Quando Aristotele Onassis andò in America, prima di diventare un milionario, spese tutti i suoi soldi per comprare i vestiti ed evidenziare il suo stile e la sua classe. Se Onassis ha dato tanta importanza al suo aspetto fisico, non vedo alcuna ragione per cui non dovresti fare lo stesso.

6. Mantengono una mentalità positiva

I tuoi pensieri sono il pennello che dipinge il tuo destino. Le persone di successo pensano positivo e non si concentrano sugli svantaggi. Lottano con ciò che hanno di negativo e cercano sempre il miglioramento. Ma questo miglioramento non può giungere se la tua mente è costantemente occupata da pensieri negativi e da stress. Il pensiero positivo è stato provato che riduce lo stress e, secondo la Mayo Clinic, offre anche vantaggi come:

- Aumento della durata di vita
- Assenza i tassi di depressione
- Migliora il benessere psico-fisico
- Riduzione del rischio di morte per malattie cardiovascolari
- Migliore controllo durante i disastri ed i periodi di stress

7. Abbracciano i Fallimenti

Le persone di successo hanno la convinzione che i fallimenti sono delle pietre miliari per la loro riuscita. Ogni fallimento secondo loro premia più di una vittoria, perché è in grado di offrire una lezione di vita preziosa. Inizia a vedere i tuoi fallimenti come un'opportunità per diventare migliore, invece di lasciarti portare giù e deluderti.

8. Si circondano di Vincitori

[box_verde]Jim Rohn ha detto: "Tu sei la media delle 5 persone con cui trascori la maggior parte del tempo." [box_verde]

Le persone con chi si associano hanno un ruolo significativo nella tua vita, perché insieme a loro si formano lo stile di vita e le credenze. Se stai con persone piene di negatività, non sarai in grado di mantenere i pensieri positivi. D'altra parte, se frequenti persone che scrivono i loro obiettivi, che si concentrano sul miglioramento quotidiano, che si vedono bene, sarà spirito a diventare la migliore versione di te stessa.

Circondati solo con persone che hanno grandi sogni e sono desiderosi di prendere le misure necessarie per raggiungerli. Ti porteranno in cima con loro.

9. Non cercano il momento perfetto, fanno diventare perfetto ogni momento

Cosa stai aspettando?.. Il momento giusto non arriverà mai. Le circostanze non saranno mai ideali, e se si attende domani per iniziare, non verrà mai. Domani è solo una scusa per l'inerzia. Non c'è momento perfetto. Ciò che conta è iniziare il più presto possibile e fare il meglio con quello che hai.

10. Non si vantano, ascoltano...

Le persone di successo sono sempre desiderose di imparare cose nuove. Fanno domande e ascoltano con attenzione i consigli di altre persone. Di solito non si parla troppo perché sono concentrati sull'ascolto e sull'elaborazione delle informazioni. D'altra parte, i perdenti parlano sempre di quanto sanno e quanto sorprendenti sono le loro realizzazioni.

Sono così accessibili dalla loro bisogno di accettazione che l'unica cosa che interessa è quello di vantarsi di ciò che sanno. E nella maggior parte dei casi, solo parlare non comunica molto. Camminano da soli.

11. Sanno che l'istruzione è un processo costante.

Credi che si dovrebbe smettere di apprendere quando ha finito la scuola o l'università?.. Se la risposta è sì, allora è fondamentale cambiare questa convinzione, prima che sia troppo tardi. L'educazione non deve fermarsi a scuola o all'università, si possono imparare cose nuove ogni giorno. Non è un caso che le persone di maggior successo sono quelle che hanno letto innumerevoli libri e che hanno passato una vita acquisire nuove competenze.

12. Aiutano altre persone

Il successo non è una cura per i bisogni egoistici. Si tratta di prendersi cura dei bisogni degli altri. Ogni persona di successo ha realizzato i suoi obiettivi, perché quello che ha fatto veramente è aiutare gli altri in qualche modo. Mark Zuckerberg ha dato al mondo uno strumento che ha reso facile per connettersi con i loro amici. Larry Page e Sergey Brin hanno dato al mondo un sistema (Google) che ha reso facile trovare informazioni illimitate in millisecondi.

Cantanti e attori famosi aiutano le persone per soddisfare i loro bisogni emotivi. Se si vuole avere successo nella vita, occorre non concentrarsi su se stessi, si dovrebbe invece concentrarsi su come si può migliorare la vita di altre persone!

13. Hanno il coraggio di dire no

Questo è in realtà una qualità che separa veramente i vincitori dai perdenti. Quando non hai paura di dire di no, hai già evitato la necessità di accontentare tutti. Cercare di accontentare tutti è impossibile e non può che portare alla delusione. Quando non si vuole fare qualcosa, basta dire di no senza scusarsi per la vostra decisione.

14. Le persone di successo si assumono la responsabilità delle loro azioni

La maggior parte delle persone fanno finta di puntare il dito verso gli altri per le loro colpe. Non si assumono mai la responsabilità delle proprie azioni e sempre credono che qualcun altro è responsabile della loro miseria. Mancare gli altri per le sue frustrazioni, non si aiutano a raggiungere i tuoi obiettivi, può danneggiare solo i sentimenti altrui o addirittura creare altri nemici.

In realtà, le tue azioni o la tua inerzia è ciò che in realtà determina la qualità della tua vita. Incapitare gli altri è solo una scusa per evitare il duro lavoro necessario per cambiare la tua vita. Smetti di incolpare gli altri e prenditi cura del tuo futuro, perché dipende solo dalle tue azioni. Fonte: www.lifehack.org