

LA FORMULA DEI RISULTATI DI SUCCESSO

di
Jack Canfield

► Newsletter

► Chi è Canfield

► Corso



Newsletter n. 1

5 Novembre 2010

La Formula dei Risultati

**L'economia è la stessa per tutti.
Ma è il modo in cui TU reagisci agli eventi finanziari
a determinare i tuoi risultati.**

$$E + R = RE$$

**Eventi esterni +
Reazione agli eventi =**

Risultati Effettivi

Tra breve scoprirai come applicarla
al meglio...

Nell'attuale fase economica, nonostante si parli di "risalita", viviamo ancora in un forte clima di incertezza.

E' il caso di prendersi una pausa per riflettere su ciò che stiamo vivendo?

Ci stiamo muovendo lungo la direzione desiderata?

Quando accade qualcosa che sembra così lontano dal tuo quotidiano, è possibile che tu ti senta spaesato. E anche quando pensi di avere tutto sotto controllo ed essere il padrone del tuo successo, ci sono avvenimenti che possono sgretolare le tue convinzioni.

Inevitabilmente in tempi di crisi tutti noi ci troviamo faccia a faccia con delle difficoltà.

Con questo, non pretendo certo di essere un economista!

Sono convinto però di una cosa... Il concetto alla base è che ogni **Risultato Effettivo (RE)** ottenuto nella tua vita (che sia successo o insuccesso, ricchezza o povertà, benessere o malattia, gioia o frustrazione) è la conseguenza non solo dell'**evento in sé (E)** ma anche di come **reagisci (R)** ad esso.

Fai la scelta giusta!

Sei i tuoi attuali risultati non ti soddisfano, scegli tra le alternative quella giusta per te.



Scelta n. 1:



Attribuire la colpa per la mancanza dei tuoi risultati effettivi (RE) agli eventi esterni (E)

Se qualcosa nella tua vita non va, puoi incolpare l'economia, il clima, la mancanza di soldi, la mancanza di educazione, il razzismo ed ogni altro pregiudizio, l'amministrazione, tua moglie o tuo marito, l'atteggiamento del capo, la mancanza di sostegno e così via.

Non c'è dubbio che tutti questi fattori esistano. Ma se fossero dei fattori determinanti per il successo, come spiegare le centinaia di persone che hanno affrontato le stesse circostanze eppure ce l'hanno fatta?

Quante volte intraprendiamo una nuova attività **partendo col piede sbagliato**? Già convinti di una sconfitta, ci limitiamo con pensieri ed abitudini distruttive. Invece di educare noi stessi al successo ci fermiamo agli aspetti banali della nostra vita, **perdiamo tempo** in chiacchiere, non chiediamo ciò che realmente vogliamo, mentendo persino a noi stessi. E poi ci domandiamo perché le nostre vite non funzionano.



Scelta n. 2:

Cambiare il tuo modo di reagire agli eventi (R) fino ad ottenere i risultati effettivi che desideri. (RE)

L'uomo è un animale abitudinario e **il cambiamento spesso ci spaventa**. Siamo così radicati nelle nostre abitudini da non cambiare mai i nostri modi di fare e di pensare, anche quando ci accorgiamo che questi non ci portano da nessuna parte.

Al contrario, cambiare il proprio modo di vedere le cose, avere il controllo dei propri pensieri, atteggiamenti e comportamenti è possibile oltre che molto produttivo.

Pensa ad un rimprovero del tuo superiore. Puoi reagire in 2 modi: sentirti arrabbiato, frustrato, incompreso e di conseguenza incapace di rimetterti al lavoro e produrre risultati richiesti

Oppure puoi vedere il rimprovero come uno **stimolo** per riflettere sulle tue competenze e **fare meglio** in futuro.

Non sono le condizioni esterne e le circostanze che ci frenano – siamo noi!

Sei tu che scegli che interpretazione e quindi che direzione dare a quello che ti succede.

Circostanze Esterne: scegli da che parte stare.

● Scelta 1

Hai presente quelle giornate in cui il traffico è fermo, e quello che è normalmente un viaggio di 1 ora diventa di 2-3 ore?

C'è chi vive questa situazione con umore 'nero': iniziano i primi nervosismi, i primi sospiri e segnali che la pazienza se ne sta andando... pian piano il tutto si accentua durante il viaggio fino a trasformarsi in rabbia e a diventare occasione di litigio con la persona accanto o la prima che capita a tiro.

Che il viaggio sia verso la meta della vacanza o di ritorno verso casa, con quale umore pensi arriveranno a destinazione le persone che vedono il traffico come una situazione catastrofica?

Secondo il rapporto Citalia 2009 nelle città italiane gli automobilisti passano in media ogni anno due settimane della loro vita, chiusi nell'abitacolo dell'automobile.

A Roma, a quanto pare città della "coda eterna", ogni automobilista trascorre in media 74 minuti al giorno nel traffico...

Un buon motivo per scegliere bene...

● Scelta 2

Pensa ora ad un modo 'alternativo' di vivere questa identica situazione. Avvia un dialogo interiore tipo: "Questo non è un problema. Non voglio permettere a questa situazione di farmi provare emozioni sgradevoli. Perché dovrei? :-) Voglio trovare un modo per investire bene questo tempo, senza dover 'sopportare' i momenti che passano come se mi stessero derubando. Voglio rilassarmi, visto che son bloccato qui e non posso fare altro. Ho un sacco di musica in macchina. Ho il mio telefono cellulare per contattare gli amici che non riesco mai a sentire. Ho anche diversi libri che avevo portato con me. Se voglio, posso trovare il modo di star bene. Anzi... magari ora mi affaccio al finestrino e faccio amicizia con il mio vicino/a di macchina :-)

Non lasciare che le condizioni esterne diventino variabili decisive nel determinare il tuo umore. Gestisci le tue percezioni ed emozioni.

Sei tu a poter fare la vera differenza!



RICORDA:
**TU hai il potere di delineare
il Tuo destino.**

E' stato il modo in cui ognuno ha reagito agli eventi esterni (traffico in tilt) che ha fatto la differenza.

E' stato il reagire con pensieri **negativi** o pensieri **positivi**, recarsi al lavoro preparati o impreparati che ha creato esperienze completamente differenti.



Ancora una volta, è stata tutta una questione di atteggiamenti e di comportamenti.

A parità di evento, il risultato che otterrai dipende dal modo in cui reagisci ad esso.

Se riesci a governare la tua reazione agli eventi, noterai che i tuoi risultati saranno sempre più in linea con ciò che desideri.

*Ti piacerebbe approfondire questi temi ?
Partecipa al Corso con Jack Canfield*



CLUB MONDIALE
della Formazione

Jack Canfield - Vicenza 25 Febbraio 2011 - UNICA DATA IN ITALIA !

Questo appuntamento formativo è organizzato dal **Club Mondiale della Formazione**, progetto che nasce dalla collaborazione tra Hi-Performance - dal 1996 specializzata nell'organizzazione di eventi formativi internazionali - e Mirco Gasparotto - Presidente Arroweld Italia - con l'obiettivo di mettere a disposizione di un ristretto numero di aziende - all'avanguardia per mentalità e strategie di business - una selezione dei migliori formatori presenti nel panorama mondiale.

Per maggiori info visita www.clubmondialedellaformazione.it