

Relazione sul motivation seminar con Matt Traverso

di Giacomo D'Alterio

Responsabile del Centro di Educazione Ambientale W.W.F. di Villaricca (NA)

Parola chiave:

Focus, che sta per attenzione o meglio concentrazione

L'attenzione verso gli obiettivi per raggiungere i risultati deve essere chiara, semplice ed efficace.

Si deve passare dalla confort zone all'azione, la confort zone è la zona di comodo dove vige la routine, la sistematicità, la familiarità, la sicurezza e la certezza per approdare poi in una zona di azione o di rischio.

La qualità della nostra vita è data dalla qualità della nostra comunicazione.

Nella comunicazione conta per il 55% il non verbale, per il 38% il paraverbale e soltanto per il 7% il verbale.

Bisogna essere convinti delle proprie azioni e puntare dritti a razzo verso l'obiettivo / outcome, Seneca diceva non c'è vento favorevole per il marinaio, che non sa dove andare. Nel raggiungere l'obiettivo il conflitto diventa inevitabile, ma bisogna saperlo gestire.

La flessibilità e l'elasticità devono essere sempre utilizzati per la soluzione dei problemi e il perseguimento dei risultati.

Bisogna cambiare l'attitudine, l'atteggiamento e l'approccio per la soluzione dei problemi per raggiungere poi gli obiettivi, che ci siamo posti.

Dalla consapevolezza in noi stessi si passa poi alla responsabilità, dare risposte con sensibilità.

L'obiettivo principale è quello di elevare gli standard di vita, è ciò è possibile modificando le proprie convinzioni, per perseguire delle strategie ben definite, che porteranno a strumenti e questi a modelli.

La persistenza e la determinazione per raggiungere i risultati devono essere una costanza della vita.

Eistein diceva l'immaginazione è dieci volte più importante della conoscenza.

L'essenziale non è tanto l'obiettivo raggiunto, ma come diventiamo quando vogliamo raggiungerlo.

La congruenza e la coerenza tra quello che siamo realmente e quello che realizziamo devono essere una costante di vita, l'onestà con noi stessi ci liberano dalle ragioni.

L'eccellenza si raggiunge soltanto quando c'è coerenza tra le nostre credenze e i nostri comportamenti e atteggiamenti.

Dobbiamo essere una persona, soltanto una persona.

FASI DI CRESCITA PERSONALE

- 1) sistema di valutazione
- 2) interpretazione o significato
- 3) emozioni, stati d'animo e sensazioni
- 4) forza delle decisioni
- 5) azioni
- 6) risultati
- 7) la nostra vita

Un vero leader deve:

- 1) saper prendere le decisioni;
- 2) essere congruente;
- 3) anticipare le sfide e le difficoltà.

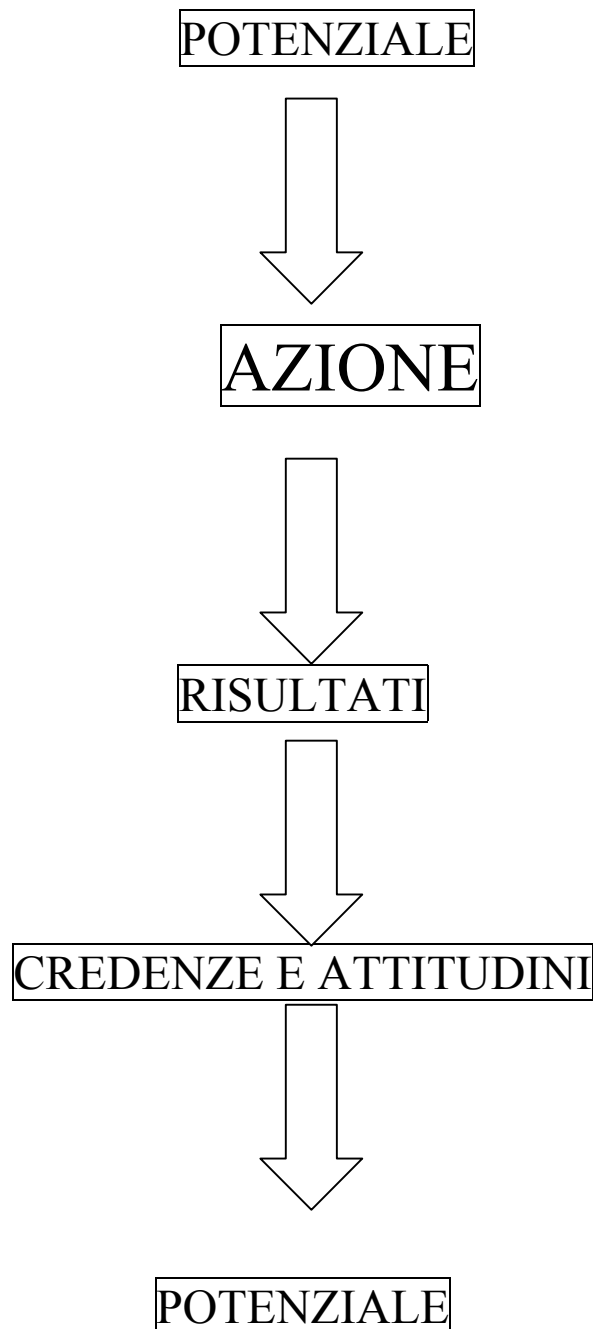
Il vantaggio competitivo si raggiunge quando si riescono ad anticipare i periodi di turbolenza.

Bisogna essere concentrati, avere fiducia in se stessi e avere disciplina, bisogna essere persistenti.

I problemi devono diventare le nostre opportunità. Non esistono fallimenti, ma soltanto risultati negativi ed errori indispensabili, che ci serviranno in futuro per raggiungere i nostri obiettivi.

La gestione ottimale del tempo si verifica quando rispondo alla domanda: cosa voglio? Non bisogna aver paura di sbagliare, la cosa fondamentale non è quello che voglio, ma quanto lo voglio.

CICLO DEL SUCCESSO



Dobbiamo avere in mente il risultato in anticipo, questo viene alla mente due volte, la prima quando pensiamo, la seconda quando lo raggiungiamo.

La formula suprema del successo

- 1) il risultato, che deve essere chiaro e specifico;
- 2) le ragioni, lo scopo e le motivazioni;
- 3) l'azione, il potere esplosivo deve essere unificato, l'imparare diventa azione.

E' importante far parte di gruppi e/o associazioni con persone brillanti ed intelligenti nel proprio interno.

4) l'acutezza sensoriale alla vita, coinvolgimento costante e incessante con azioni proattive;

5) il cambiamento e il ricambio, provare e riprovare finché non raggiungiamo il risultato.

La crescita personale supera di gran lunga il guadagno personale.

Il fine ultimo non è la conoscenza fine a stessa, ma l'azione, essere e poi fare.

Bibliografia e fonti:

Anthony Robbins, Appunti di un amico, Full Vision

Anthony Robbins, Come ottenere il meglio da sé e dagli altri, Edizioni Bompiani

Anthony Robbins, Come migliorare il proprio stato mentale, fisico, finanziario, Edizioni Bompiani

Paul Zane Pilser, Unlimited wealth

Paul Zane Pilser, God wants you to be rich