

Фраза, которую я вынес в заголовок – провокационная, но так ли это высказывание далеко от истины? В своей практике, достаточно часто, приходится сталкиваться с тем, что клиенты, которые хотят, чего-то добиться в жизни, и действительно многое для этого делают, порой начинают испытывать затруднения с мотивацией, в продолжении своего развития. Причём, объективно, добившись весомых результатов, они сами не понимают, как такое могло произойти.

На мой взгляд, одной из причин этого является обесценивание достигнутых результатов, как самим человеком, так и его окружением. Происходит это, порой, из-за того, что люди весьма склонны всё время поднимать планку своих достижений. Другими словами, достигнутый вчера результат уже ничего не значит, да реальность и время, иногда, диктуют очень жесткие правила, но всё же необходимо понимать, что то, что уже было приобретено является неременным условием продвижения вперед. Без осознания того, что всё это было получено путём вложения сил и времени, уже имеет значительную ценность, невозможно продолжать движение. Когда, такое случается человек начинает «буксовать» на месте. Из рассказа моего клиента: — «Я реально понял, что больше не хочу участвовать в этой гонке, тем более, что финиша не видно. И бороться с самим собой надоело, удовольствия не доставляет». В такой ситуации, я предлагаю клиентам представить, что они перенеслись во времени на десять лет назад и сравнить своё состояние тогда и сейчас, оценить то, что конкретно изменилось в их жизни за этот срок, и благодаря чему / именно, чему/ это произошло. Причём, чем мельче детали, тем лучше. Как правило, после такого сравнительного анализа, человек понимает, что то, чего он достиг за это время, является вполне существенным ресурсом. Остается, только решить вопрос, как, именно, клиент будет его использовать.

Не редко, люди склонны обесценивать свои результаты, которые были получены, в каких -либо совместных действий в коллективе. Это обычно происходит из-за того, что человеку сложно оценить свой вклад в общее дело. «Да, что там, я ведь сделал совсем не много.» — человек пытается, продемонстрировать свою, возможную скромность, но со временем это может вылиться в своего рода самогипноз. Итогом такого самовнушения, вполне, может стать развитие лени и жертвенности, при этом человек ещё и сам себя лишает мотивации.

В случаях, когда обесценивание исходит от людей близких, ситуация немного сложнее. Следует понимать, что снижение важности достижений до нуля или, даже, с уходом в минус, в большинстве случаев свидетельствует о том, что человеком пытаются скрытно манипулировать. Конечно, близкий человек может использовать такой подход, чтобы еще больше мобилизовать ваш потенциал, но тогда это будет выглядеть, как попытка указать на возможные ресурсы.

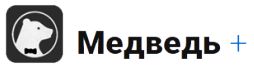
Любые достижения человека можно и нужно использовать для дальнейшего роста и развития, при этом не стоит игнорировать и забывать о удовольствиях / *какими бы они не были по размеру*/, которое доставляют уже достигнутые результаты.

Живите с радостью!

Антон Черных.

P.S. У меня есть для вас подарок, небольшое пособие по развитию уверенности в себе. Скачать его бесплатно можно по этой ссылке <https://medved-plus.ru/free-exempl/> и ещё я приглашаю вас на онлайн мероприятие <https://medved-plus.ru/free-webinar/>

Спасибо, что выбрали нас! Пишите на почту: antonch@medved-plus.ru У тебя нет достижений! Ты, веришь в это?



У тебя нет достижений! Ты, веришь в это?

Спасибо, что выбрали нас! Пишите на почту: antonch@medved-plus.ru У
тебя нет достижений! Ты, веришь в это?