Sukces

Psychologia | Artykuły / Jakub Lewandowski, wykładowca programu MBA

Czym jest sukces?
A może to pytanie należy zadać inaczej? Czym dla mnie jest sukces?
No właśnie. Każdy dąży do osiągnięcia celu, a więc sukcesu. Dlaczego więc tak wiele w nas frustracji i niezadowolenia?

TREŚĆ ARTYKUŁU:

Czym jest sukces?
A może to pytanie należy zadać inaczej? Czym dla mnie jest sukces?
No właśnie. Każdy dąży do osiągnięcia celu, a więc sukcesu. Dlaczego więc tak wiele w nas frustracji i niezadowolenia? Być może nie zdefiniowaliśmy, dla własnych potrzeb, słowa sukces.

Słownik języka polskiego podaje następujące definicje sukcesu:
1. „pomyślny wynik jakiegoś przedsięwzięcia, osiągnięcie zamierzonego celu:

2. „zdobycie sławy, majątku, wysokiej pozycji itp.

Jesteśmy tylko ludźmi, rządzą nami emocje i z pewnością większość z nas definiuje sukces dokładnie tak, jak zostało to przedstawione w punkcie drugim. Sława, majątek, realizacja projektów w pracy, pochwały od szefa, awanse, podwyżki, premie, wakacje w ciepłych krajach, nowy samochód... Sukces zaczyna mieszać się nam z bogactwem, zmianą poziomu życia. Dlaczego, kiedy usłyszymy ten magiczny wyraz, oczami wyobraźni przenosimy nasz skromny dobytek do 300 metrowego domu z basenem? Być może dlatego, że ciągła pogoń za lepszym bytem zmusiła nas do zapomnienia o tym, że nawet najmniejsza, pozornie nieważna, zrealizowana przez nas sprawa ma prawo zostać nazwana sukcesem. Niewielu z nas kojarzy sukces na przykład z minimalnym wynagrodzeniem, z posprzątaniem mieszkania czy z odwiedzeniem dawno niewidzianych krewnych.

Warto skupić się na punkcie pierwszym słownikowej definicji sukcesu – pomyślny wynik jakiegoś przedsięwzięcia, osiągnięcie zamierzonego celu.
Aby uwierzyć w siebie, w swoje możliwości fizyczne i intelektualne, należy przyjrzeć się swojemu życiu z

perspektywy innej osoby – jesteśmy dla siebie zbyt surowi! Każdy z nas niemal codziennie odnosi sukces!! Oto kilka prostych przykładów:

– Przypomnij sobie moment, w którym pierwszy raz samodzielnie ugotowałeś obiad. Było trudno, stresowałeś się, korzystałeś z porad „doświadczonych" znajomych, z książek kucharskich. A dziś? No właśnie – nic prostszego, zaczynasz nawet szukać inspiracji w kuchni włoskiej, czy francuskiej. Oznacza to, że z poziomu amatora stałeś się niemal profesjonalistą!
– Rzucenie palenia!! To ogromny sukces i bardzo trudna walka! Nagradzaj się za każdy dzień bez papierosa!!
– Zrzuciłeś nadprogramowe kilogramy? Brawo! Wiesz już, że na własny sukces pracowałeś sam, a efekty, które widać gołym okiem, podziwiać może teraz każdy!
– Osiągnąłeś kolejny poziom znajomości języka obcego nie wychodząc z domu? Wiesz, że udało Ci się tego dokonać, dzięki wytrwałości i samozaparciu – a więc sukces!!

Dostrzegajmy nasze małe sukcesy!!! To nie tylko wzmocni naszą samoocenę, ale podniesie poziom kreatywności i otworzy nas na kolejne wyzwania! Nie ma lepszej drogi do samorealizacji!
––
Jakub Lewandowski – wykładowca programów MBA, prezes firmy PASJA Grupa Dobrych Trenerów, Coach, Trener