

¿Cómo hacer fácil lo difícil?

¿Crees que podrías ponerte unas zapatillas de punta y bailar sobre ellas como si fueses aire?

¿Tal vez podrías colocarte frente a una multitud y hacer que toda ella se contagie de tu entusiasmo con tu discurso?

¿Puedes subirte a una bici y dar dos vueltas en el aire como si nada?

Ellos sí pueden, algunas personas sí que pueden ¿qué hay de distinto entre ellos y tú?

Averigua cómo hacer fácil lo difícil:

1. Todos ellos saben que para **dominar una disciplina** sobre todo **es necesario practicar, practicar y practicar.**
2. Como ya dijimos anteriormente debes **confiar en ti y en tus posibilidades sin limitaciones**, ellos lo hacen.
3. El reto no es ser mejor que el de al lado, sino **superarte a ti mismo**, cada día un poquito más: **confiar + practicar= mejorar= superar.**
4. **Aceptan las críticas:** aquellas personas que son excepcionales en su disciplina no tienen miedo a la crítica, sólo ven en ella **una oportunidad para mejorar**, son capaces de transformarla en un reto.
5. Igual pasa con **los errores** que puedan cometer durante el aprendizaje, asumen que **son parte del proceso y generan soluciones.**
6. No pierden el tiempo: **procrastinar no es una peculiaridad de quienes pueden presumir de ser los mejores.**
7. Tienen **un plan:** elaborado con **pequeñas metas** que finalmente les llevan al destino decidido.
8. **No se rinden:** siempre hay una posibilidad y sueñan con ella con frecuencia. **No pierden su objetivo de vista.**
9. Saben que implicarse y comprometerse consigo mismos

conlleva perder algunas cosas, lo saben y lo aceptan, porque han decidido ganar otras.

- 10. ¡Disfruta! Todos aquellos que llegan a ser los mejores en su disciplina tienen un leitmotiv común: Disfrutar, con el proceso o los resultados que obtienen de su trabajo. Si no te sientes motivado por ninguno de estos aspectos tal vez debas plantearte un análisis de tu situación o un cambio en tu vida.**

¿Y tú? ¿Quieres ser el mejor?

¿Crees que puedes hacerlo mejor? Haz que lo difícil sea fácil.

Cristina Carmona: Psicóloga en Murcia