

El secreto de las personas exitosas

Por Cristina Jáuregui

Las personas que tienen éxito, no es porque tienen buena suerte, es porque tienen buenos hábitos.

Tendemos a creer que los que tienen buenos trabajos, una red de amigos entrañables, buena salud, una pareja estable, dinero es porque nacieron con estrella, que tienen buena suerte, como si ellos no tuvieran nada que ver en el asunto, como si ellos no trabajaran en sus vidas para que les vaya bien.

Pero, ¿que crees? no es así, ellos sí tienen mucho que ver con su “buena suerte” ellos tienen muy buenos hábitos cotidianos.

Aquí los hábitos que la gente con éxito realiza.

1- Tienen metas claras, planean a donde quieren llegar, tienen una visión clara del camino que van a recorrer, estudian las rutas y responsabilidades que tienen que asumir para lograr llegar a sus metas.

No se dan por vencidos y siempre están estableciendo nuevas metas.

2- Se comprometen con mejorar, se mantienen enfocados, no pierden el tiempo, saben que el tiempo es oro, se informan sobre el mundo que les rodea, sus pares, sus competencias, estudian a fondo sobre su profesión y siempre están al día.

3- Cuidan su salud, comen bien y hacen ejercicio regularmente. Van al médico cuando es necesario..

4- Fortalecen sus lazos familiares y de amistad, saben de la importancia de tener relaciones sanas y se juntan con personas que tienen sus mismos valores y gustos similares, hacen buenas alianzas laborales que benefician a todos, entienden la importancia de ganar-ganar.

A donde van establecen conexiones, saben hacer “Networking”

5- Mantienen un sano equilibrio, hacen las cosas con moderación, no se van a los extremos, entienden que todo exceso es malo, trabajan, pero también se dan tiempo para descansar y divertirse.

6- Las personas exitosas no dejan las cosas para mañana, no procrastinan, terminan lo que empezaron y respetan los tiempos suyos y de los demás.

7- Tienen una actitud positiva frente a los desafíos, apuestan por el triunfo, cuando se enfrentan a un fracaso, saben que es una oportunidad de aprendizaje y crecimiento, no se quedan atrapados en los pensamientos derrotistas, son creativos y buscan alternativas, son resilientes.

8- Tienen finanzas sanas, saben que es importante tener un ahorro y no tienen miedo de utilizarlo si es necesario, organizan sus gastos y no tienen deudas.

9- Tienen regulación emocional, no dejan que sus reacciones sean automáticas y optan por tener pensamientos positivos en lugar de negativos.

10- Dedican tiempo de su día a la lectura, una persona educada, tiene más posibilidades de que las puertas se le abran. Eligen bien y con conciencia qué programas ver en la televisión.

11- Saben que el secreto está en escuchar, respetan otros puntos de vista y no están cerrados a la crítica constructiva. Por lo general tienen maestros y mentores con los que intercambian ideas y les ayudan a crecer.

Te invito a que lo intentes por 30 días, que hagas lo que ellos hacen y me digas si cambió tu suerte.

Esto es para ti que siempre estás del otro lado leyéndome.