

I 10 Formatori che mi hanno ispirato

... e 1 mentore



Ognuno di noi da solo è un'isola che ha bisogno degli altri per collegare i suoi pensieri ed il suo spirito all'universo, ed è allora che anche l'impossibile diventa possibile.

Pasquale Tardino

a Karina

*Un formatore è come una candela,
si consuma per illuminare la strada altrui.*

INDICE:

INTRODUZIONE

Steven Covey • Valori & Vita	pag 7
Napoleon Hill • Miglioramento Personale	pag 22
Dale Carnegie • Atteggiamento Mentale	pag 28
Philip Kotler • Marketing	pag 37
Mario Silvano • Vendite	pag 48
David Goleman • Leadership Emotiva	pag 59
Bryan Tracy • Motivazione	pag 74
Simon Sinek • Organizzazione Personale	pag 82
Robert Kiyosaki • La Filosofia del Denaro	pag 94
Tom Peters • Management	pag 106
Giovanni Carrara • Mentoring	pag 119
Strumenti di Gestione Personale	
1 Decalogo ed una Sfida per Te	pag 143
Ce la Puoi Fare	pag 146
Trova il Tuo Ikigay	pag 167
100 Buone Abitudini per Migliorare la Tua Vita	pag 174

Introduzione

Mi ritengo sostanzialmente un esploratore della conoscenza.

Ho sempre avuto una specie di bulimia nei confronti del sapere, non quello istituzionale a scuola, ma quello che derivava dalla pratica dell'ambiente circostante, soprattutto quello che mi portava ad una migliore comprensione dei pensieri e delle emozioni umane.

L'ho cercato da ragazzo nelle canzoni di Bob Dylan, Jim Croce, Jorma Kaukonen, Patty Smith, Guccini, De Gregori, Claudio Lolli e di tutto il cantautorato di quei controversi e magnifici anni '70.

L'ho poi cercato nei libri, il rifugio preferito per un ragazzo solitario come me, e lì la folgorazione con Richard Bach ed il suo Gabbiano Jonathan Livingstone. Io, uno studente incazzato che non riusciva a vedere un futuro davanti a sé, dibattuto tra la seduzione del posto fisso e dalla realizzazione di qualcosa che mi somigliasse maggiormente, ma che non sapevo neanche cosa fosse, che all'improvviso la storia di un gabbiano testardo lo spingeva su, su a volare dove osano le aquile.

E da lì è partito un viaggio dai classici greci e latini a Sant'Agostino, da Hesse a Castaneda, dalla Bibbia ad Osho, da Plank a Capra, da Dyer a De Bono, da Chopra a Redfield, da Sun Tzu a tanti altri autori, alcuni dei quali troveremo in questo viaggio che ti propongo.

Ma una lettura o la frequentazione di un seminario spesso porta le idee e le esperienze di qualcun altro, che seppur illuminando il percorso, non erano riferite al mio, come in questo caso al tuo, al contesto, all'età, alle certezze o alle confusioni interiori, alla pressione dell'ambiente.

Che fare? Per quel che mi riguarda, non avevo altra strada che sperimentare...sperimentare...sperimentare. Dovevo procedere per prove ed errori. E lì mi accompagnava sempre una vocina nella testa, quella di mio padre che diceva ad una moglie preoccupata: “lascialo fare, nostro figlio è in gamba ... lascialo fare”. Sentito da lui, che, come tutti i padri di un tempo, non mi riservava tante parole, che di nascosto credeva in me e mi sosteneva, era proprio il carburante “fiducia” di cui avevo bisogno.

Ed eccomi qui, una parte del percorso la scoprirai nelle prossime pagine. Ho avuto modo di scrivere ultimamente una serie di articoli su **“I 10 Formatori che mi hanno ispirato”** e li ho voluti raccogliere in questo compendio d'ispirazione manageriale, che potesse incoraggiare ognuno dei lettori a fare sintesi della propria esperienza e metterla a disposizione di altri coraggiosi, stimolandoli alla con-divisione di know how, di best practices che possano essere utili alla crescita personale e professionale.

Come Formatore, Coach ed Imprenditore, ho interagito con migliaia di persone, leaders, managers, collaboratori, studenti, atleti, liberi pro-

fessionisti, ad ognuno ho cercato di lasciare qualcosa di utile, sicuramente da ognuno ho preso qualcosa, perché alla fine credo che questa sia la vera ricchezza.

Si dice infatti, che noi siamo la somma di tutte le persone che abbiamo conosciuto o ascoltato o lette. È impossibile non esserne influenzati e costruire a poco a poco il nostro pensiero ed il nostro agire.

È per questo che amo profondamente il mio lavoro.

Essere un Formatore ed un Coach è stato e lo sarà per sempre una missione di vita. E se dopo essere stato ispirato da tanti, potrò ispirare anche una sola persona...

beh, ne sarà valsa la pena fare questo splendido viaggio che si chiama VITA!

... e sono ancora in viaggio

Sveglia il gigante che c'è in te. Nel profondo di ogni essere albergano sopiti poteri, che lo stupirebbero e che egli non ha mai sognato di possedere; forze che rivoluzionerebbero la sua vita, se destate e messe in azione.

Orison Sweet Mardem



STEPHEN COVEY

Cominciamo con Stephen Covey, dai più conosciuti come l'ottimizzatore dei quadranti del tempo di Eisenhower, per me un anticipatore del work life balance, dell'interdipendenza e l'armonia tra le persone ed i diversi ambiti della vita, contro i principi del No Pain, No Gain (nessun guadagno senza patire pene) spesso imperanti nel mondo del business e dello sport.



Stephen Covey (1932-2012) che ho avuto modo di conoscere ad uno dei più importanti Business Event, che organizzammo nel 2006 al palasport di Bologna, è stato un rinomato autore, docente e consulente americano, famoso per il suo libro "The 7 Habits of Highly Effective People" (I 7 Segreti per Avere Successo). Covey ha dedicato la sua carriera allo sviluppo delle persone e alla leadership efficace. Attraverso i suoi insegnamenti, ha ispirato milioni di individui in tutto il mondo a perseguire il loro massimo potenziale.

Avevo letto già da tempo i suoi scritti più importanti, ma quando l'ho conosciuto...il suo carisma ed il suo approccio gentile e competente

mi conquistò definitivamente.

Covey è stato un sostenitore del concetto di “vittoria dell’integrità”. Credeva che il successo duraturo dovesse essere costruito su fondamenta solide di carattere, principi e valori. La sua filosofia si basava sulla convinzione che la crescita personale e la realizzazione richiedano uno sforzo consapevole e la pratica quotidiana di abitudini positive.

Ho racchiuso in 10 azioni pratiche gli insegnamenti di Covey e come possiamo applicarli nella vita e nel lavoro per ottenere il successo e la realizzazione personale che desideriamo.

1. Sii proattivo: Prendi il controllo della tua vita

Il primo insegnamento di Stephen Covey riguarda la proattività.

Essere proattivi significa assumersi la responsabilità delle proprie azioni e decisioni, piuttosto che reagire passivamente alle circostanze esterne. La proattività richiede consapevolezza e una mentalità orientata alle soluzioni.

Per mettere in pratica questo insegnamento, rifletti su come puoi prendere il controllo della tua vita. Identifica gli aspetti che puoi cambiare e focalizzati su ciò che puoi fare, non perdendo tempo a pensare a ciò che...non puoi fare o che non è sotto il tuo controllo, per raggiungere i tuoi obiettivi. Sii il regista della tua vita e prendi decisioni consapevoli che ti porteranno verso i risultati che desideri realizzare.

2. Comincia pensando dalla fine: Definisci i tuoi obiettivi

Un altro insegnamento fondamentale di Stephen Covey è l'importanza di iniziare avendo il risultato finale desiderato già in mente.

Questo significa avere una chiara visione dei tuoi obiettivi e delle tue aspirazioni. Prima di intraprendere qualsiasi azione, immagina dunque quale vorresti che fosse il risultato e come ti sentirai quando l'avrai raggiunto. Questo ti porterà anche a fare una stima dello sforzo che dovrai compiere.

Per applicare questo principio, prenditi del tempo per riflettere su ciò che desideri davvero ottenere. Definisci i tuoi obiettivi a breve e lungo termine nelle diverse aree della tua vita, come carriera, relazioni, crescita personale, salute e benessere. Immagina vividamente come sarebbe raggiungere questi obiettivi e tieni sempre presente questa visione nella tua mente.

Un suggerimento pratico per implementare questo insegnamento è creare una mappa mentale o un quadro visione. Scrivi i tuoi obiettivi in modo chiaro e dettagliato, aggiungi immagini o citazioni che ti ispirano e metti il quadro in un posto visibile, come il tuo ufficio, la tua camera da letto o lo specchio del bagno.

Questo ti aiuterà a rimanere concentrato sulla tua visione e a prendere le giuste decisioni per raggiungere i tuoi obiettivi.

3. Metti prima le cose importanti: La gestione del tempo



Un aspetto chiave del pensiero di Stephen Covey riguarda la gestione del tempo. Egli sosteneva che per raggiungere la massima efficienza, è essenziale mettere prima le cose importanti nella nostra vita.

Spesso ci troviamo intrappolati in attività che sembrano urgenti ma non sono cruciali per il nostro successo a lungo termine.

Per applicare questo insegnamento, identifica le tue priorità e dedica il tuo tempo e la tua energia alle attività che sono in linea con i tuoi obiettivi principali. Imposta delle priorità giornaliere, pianifica le tue attività e impara a dire no a ciò che non è essenziale.

Lavora in modo intelligente, concentrandoti sulle attività che avranno un impatto significativo sulla tua vita.

4. Pensa vincente: Coltiva una mentalità di Abbondanza

Un altro insegnamento di Covey riguarda la mentalità vincente. Egli credeva che il modo in cui pensiamo, influenzi le nostre azioni e i nostri risultati. Coltivare una mentalità di abbondanza, piuttosto che una mentalità di scarsità, ci aiuta a vedere le opportunità, a sviluppare una visione positiva e a creare successo nella nostra vita.

Per mettere in pratica questo insegnamento, inizia a notare i tuoi pensieri e le tue credenze. Sostituisci i pensieri limitanti con affermazioni positive e potenzianti. Visualizza il successo e fidati che ci sono abbondanti opportunità nella tua vita: **lì fuori c'è tutto quello che ti serve per farti stare alla grandissima**, devi solo andare a prendertelo e per farlo ricorda, il modo in cui pensi influenzerà il tuo comportamento e determinerà i tuoi risultati. In definitiva sei tu che crei ciò che ottieni, a seconda del tuo atteggiamento di abbondanza, di abbastanza o di povertà.

5. Cerca prima di essere compreso:

Ascolto Empatico e Comunicazione Efficace

Un insegnamento chiave di Covey riguarda l'importanza di ascoltare **empaticamente** per comunicare in modo efficace. Spesso, siamo così concentrati sulla nostra necessità di essere compresi che dimentichiamo di ascoltare veramente gli altri.

Per applicare questo insegnamento, pratica l'ascolto attivo ed empatico. Focalizzati sul comprendere realmente le persone che incontri nella tua vita personale e professionale. Metti da parte le tue preoccupazioni e cerca di entrare in sintonia con le loro emozioni, esperienze e punti di vista.

Questo ti aiuterà a creare connessioni più profonde e a migliorare la qualità delle tue relazioni.

Inoltre, lavora sulla tua capacità di comunicare in modo chiaro ed efficace. Utilizza un linguaggio semplice e diretto, evita ambiguità e fraintendimenti. Focalizzati sull'esprimere i tuoi pensieri e sentimenti in modo rispettoso, mentre tieni presente il punto di vista dell'altro. La comunicazione aperta e autentica favorisce la comprensione reciproca e promuove la collaborazione e la creazione di relazioni significative.

6. Crea Sinergia: Collabora per il Successo Comune

L'insegnamento di Stephen Covey sulla sinergia mette in luce il potere della collaborazione e del lavoro di squadra. Egli credeva che, quando diverse persone si uniscono e mettono in comune le proprie competenze, si generi un valore maggiore rispetto a quanto ciascuna persona potrebbe ottenere da sola. Per applicare questo insegnamento, cerca opportunità di collaborazione e di creare sinergie nelle tue interazioni con gli altri.

Lavora su progetti comuni, condividi le tue competenze e sfrutta le differenze di prospettiva e di esperienza per raggiungere risultati superiori. La sinergia permette di ampliare le idee, di superare gli

ostacoli e di raggiungere risultati che altrimenti sarebbero fuori portata.

7. Affila la lama: Prenditi cura di te stesso

Un insegnamento fondamentale di Covey è l'importanza di prendersi cura di sé stessi. Affilare la lama (mitica la sua metafora del boscaiolo contenuta nelle 7 Regole del Successo) significa dedicare tempo ed energia per rinnovarsi fisicamente, mentalmente, emotivamente e spiritualmente. Spesso, ci impegniamo così tanto per gli altri e per i nostri obiettivi che ci dimentichiamo di dedicare attenzione e cura a noi stessi.



Un giorno un uomo stava camminando in un bosco quando incontra un boscaiolo intento a tagliare un albero. Il boscaiolo è affaticato: lavora da diverse ore ed ha molta fretta di finire il lavoro. L'uomo vedendolo tutto affaticato gli chiede allora che cosa stesse facendo.

Il boscaiolo notevolmente infastidito gli rispose che non aveva tempo di stare lì a parlare, doveva lavorare. Dopo un giro l'uomo ritornò al punto di prima e notò che il boscaiolo era sostanzialmente allo stesso punto in cui l'aveva lasciato e nota che la lama non tagliava bene.

Lo fa notare al boscaiolo, suggerendogli di fermarsi ad affilare la lama della sua ascia. Il boscaiolo stizzito risponde: «Non si rende conto che ho fretta? Non ho tempo di fermarmi per affilare la lama, devo abbattere questo albero al più presto».

Cosa vuol dire questa storia? Che non basta la volontà e l'impegno per essere efficienti, ma è **necessario avere gli strumenti più adatti per fare bene il proprio lavoro.**

Non solo: non si può pensare che, una volta dotatisi degli strumenti giusti, poi non si debba provvedere a mantenerli efficaci, "affilando la lama". Per strumenti non si devono intendere solo oggetti, ma, sono comprese anche le **capacità e le competenze**, che vanno **continuamente implementate ed aggiornate.**

Per applicare questo insegnamento, inserisci nella tua routine quotidiana delle attività che favoriscono il tuo benessere complessivo. Dedica del tempo al riposo e al recupero, alimentati in modo sano ed equilibrato, pratica attività fisiche che ti piacciono, coltiva le tue passioni e dedicati a momenti di riflessione e meditazione.

Prenderti cura di te stesso ti permette di essere al meglio per te stesso e per gli altri.

8. Pensa win/win, vincere-vincere:

Crea relazioni basate sulla cooperazione

Un altro insegnamento di Stephen Covey riguarda l'approccio vincere-vincere nelle relazioni interpersonali. Covey credeva che il successo autentico non si basasse sulla vittoria a spese degli altri, ma sulla creazione di relazioni basate sulla cooperazione e sul reciproco beneficio. Per applicare questo insegnamento, adotta una mentalità orientata alla cooperazione. Cerca soluzioni che soddisfino i bisogni e gli interessi di entrambe le parti coinvolte. Evita di cadere nella mentalità della competizione e dell'egoismo, metti il NOI, davanti all'IO.

Cerca opportunità in cui tutti possano trarre vantaggio e lavora per il bene comune. Questo ti aiuterà a creare relazioni durature e appaganti basate sulla fiducia e sulla reciproca crescita.

9. Rinnova te stesso: Crescita continua e apprendimento

Un insegnamento fondamentale di Stephen Covey riguarda la crescita personale e l'apprendimento continuo. Egli sottolineava l'importanza di investire costantemente in sé stessi per raggiungere il massimo potenziale.

Per applicare questo insegnamento, impegnati in un percorso di crescita personale e di apprendimento continuo. Leggi libri, partecipa a seminari, segui corsi e coltiva nuove competenze. Cerca opportunità di sviluppo sia nel tuo ambito professionale che personale. Ricorda

che la crescita personale è un processo continuo e che l'apprendimento è un investimento prezioso che ti arricchirà per tutta la vita... del resto "a vecchia a 90 anni seva ancora ferni e 'mparà".

10. Trova l'equilibrio: Vivi secondo i tuoi Valori

L'ultimo insegnamento di Covey (ma nell'applicarlo ricorda di cominciare dalla fine... e dunque proprio da questo) riguarda l'importanza di trovare l'equilibrio nella vita e di vivere secondo i tuoi valori. Covey sosteneva che il successo non può essere misurato solo in termini di risultati materiali, ma deve includere una sensazione di **soddisfazione e armonia interiore**.

Per applicare questo insegnamento, rifletti sui tuoi valori fondamentali e su come puoi vivere in linea con essi. Focalizzati sugli aspetti importanti della tua vita, come la famiglia, la salute, le relazioni, il lavoro e il tempo libero. Trova un equilibrio che ti permetta di dedicare tempo ed energia a ciò che è veramente importante per te.

Ricorda che l'equilibrio è personale e può variare da persona a persona. E quando le cose non vanno, fai semplicemente un check, perché da qualche parte avrai fatto qualche compromesso che ti ha allontanato dai tuoi valori ed allora non ti resterà che individuare quale, ripristinarlo e le cose cominceranno ad andare bene e tu ti sentirai al meglio.

In Conclusione

Abbiamo esplorato i 10 insegnamenti di Stephen Covey che possono portare al successo e alla realizzazione personale.

Abbiamo imparato l'importanza di essere proattivi, di iniziare cominciando dalla fine, di mettere prima le cose importanti, di coltivare una mentalità di abbondanza, di ascoltare empaticamente e comunicare efficacemente, di creare sinergie, di prendersi cura di sé stessi, di creare relazioni basate sulla cooperazione, di cercare la crescita continua e l'apprendimento, e di trovare l'equilibrio nella vita.

Ora è il momento di mettere in pratica questi insegnamenti nella tua vita. Fai un piccolo passo oggi stesso verso la tua realizzazione personale. Ricorda, come afferma saggiamente Covey, “Il successo non è definito dai risultati che ottieni, ma dagli sforzi che fai”.

Vuoi avere il libro completo?

<https://www.amazon.it/Formatori-che-hanno-ispinato-mentore/dp/B0CRVLCCKR>

Vuoi confrontarti direttamente con l'autore?

pasqualetardino@ramitalia.it
tel. 335435785