

CHAMPS DE MINE OU CHAMPS MENTAUX

DÉTERMINER LA DIFFÉRENCE ENTRE LES DEUX ET CRÉER UN MOYEN DE GAGNER.

Écrit Par : Tom Shay - Profits Plus Solutions, Inc
profitsplus.org

Surmonter un obstacle; aller du point A au point B; avec chaque personne à qui vous donnez une leçon, n'est-ce pas ce que vous aidez votre élève à surmonter?

Certains obstacles sont physiques tandis que d'autres sont mentaux. Souvent, le plus gros défi consiste à déterminer de quel obstacle il s'agit. Même la légende du baseball, Yogi Berra, a eu du mal à distinguer les deux comme il a dit: «Quatre-vingt dix pour cent est mental et l'autre moitié est physique».

Dans le cadre de cet article, nous classons les obstacles physiques en tant que champs de mines et les obstacles mentaux en tant que champs mentaux. Explorons chacun d'eux et partageons des idées sur la façon de les surmonter.



Le champ de mines décrit dans un livre sur la tactique militaire ou vu dans un film de guerre est un objet physique contenant un puissant explosif. Une série de mines sont cachées dans le sentier pour empêcher une personne ou un véhicule d'atteindre ce point B. Les mines sont couvertes et ne peuvent donc pas être vues et sont nombreuses dans l'espoir que l'une d'entre elles sera amené à sauter et à détruire le véhicule ou à tuer une personne.

La première personne dans le champ de mines a pour tâche de détecter et de marquer l'emplacement de chaque mine. Elle utilise la technologie, une formation spécialisée ou un chien dressé pour l'aider à trouver les mines individuelles.

Fait avec succès, cette première personne traverse le champ de mines.

La tâche de traverser le champ de mines est beaucoup plus facile pour les individus suivants. Ces personnes observent où la première personne a placé des balises pour noter l'emplacement des mines. Elles suivent les traces et les balises pour traverser dans des zones dégagées de mines.

Cependant, les chances de survie ne dépendent que du premier individu capable de trouver et de marquer toutes les mines, ainsi que de la capacité de l'individu subséquent à suivre les instructions de la première personne.

Le champ mental ne se présente pas aussi clairement. Nous devrions d'abord regarder ce que le point B est et ensuite déterminer s'il est réalisable ou devrait être réalisable.

Alors que chacun de nous a des limites à ses rêves et à ses objectifs, un vieux proverbe turc dit: "Un imbécile rêve de richesse alors qu'un homme sage rêve de bonheur." À titre de motivation, reconnaître que quelque chose est impossible est la première étape pour rendre cela possible.



Pour qu'un champ mental soit vaincu, nous reconnaissons qu'il existe 15 éléments que nous vous suggérons d'évaluer lorsque vous vaincrez le champ mental.

Cela commence par être passionné. (Composante n ° 1) Comme le dit l'expression, «le voulez-vous tellement que vous pouvez le goûter?» Le désir de réussir brûle-t-il en vous? Si vous pouvez vous connecter avec passion, beaucoup des composants restants se mettront en place.

Quoi que vous deviez surmonter, est-ce que d'autres personnes voient votre passion? Est-ce que les autres disent: «S'il y a quelqu'un qui peut le faire, vous êtes cette personne?» Être cette personne indique que vous avez des liens avec d'autres personnes. (Composante n ° 2) Pendant que ces personnes vous demandent comment vous vous en sortez, encouragez-les à continuer de vous interroger sur vos progrès. Voyez leur demande comme un renouvellement de votre passion pour atteindre l'objectif.



Recevoir ces questions et ces encouragements signifie que vous devriez être une personne sociable (composante n ° 3). Tandis que l'aspect social ajoute à votre renouvellement, être sociable rendra votre défi agréable. Imaginez-vous en train d'escalader une paroi rocheuse. Le fait que des personnes vous encouragent et applaudissent lorsque vous atteignez le sommet rendra le défi beaucoup plus agréable simplement parce que ceux-ci font partie de la tâche avec vous.

L'individu sociable reconnaîtra qu'il y a peu de choses qu'il peut réaliser entièrement par lui-même. Dans chaque effort physique, le participant bénéficie des individus qui sont là pour l'aider à réussir. Ayez une équipe (composante n ° 4). En tant que professionnel de golf, vous êtes une partie importante de l'équipe de chacun de vos élèves.

En regardant ceux qui utilisent vos compétences en tant qu'enseignant, vous avez probablement une grande estime pour ceux qui sont intenses et déterminés dans leurs efforts pour apprendre (Composante n ° 5). De même, il vous sera peut-être difficile de déployer tous vos efforts pour aider l'individu qui aborde l'apprentissage d'une manière très nonchalante.

Être sociable et avoir une équipe vous procure des avantages, et cela devrait profiter à ceux qui vous entourent. Votre accomplissement peut et doit inspirer ceux qui observent votre travail pour surmonter votre champ mental. (Composante n ° 6)

Bien que cela puisse vous sembler autrement, vous n'êtes pas la seule personne confrontée à un champ mental. En fait, la seule personne qui ne fait pas face à un champ mental est soit décédée, soit très complaisante dans son approche de la vie. Très probablement, vous ne pouvez aider ni l'une ni l'autre. Cependant, l'écrasante majorité d'entre nous est confrontée à un ou plusieurs champs mentaux.

La façon dont vous vous conduisez face à votre état d'esprit peut être un exemple pour les autres. Vous pouvez soutenir les autres tout au long de leur parcours dans leur état d'esprit (Composante n ° 7)

En lisant cet article, vous pouvez avoir un défi particulier à l'esprit; que ce soit celui sur lequel vous travaillez actuellement ou celui qui fait partie de votre vie depuis longtemps.

Prenez un moment pour dresser une liste des nombreux défis que vous avez rencontrés dans votre vie.

À quel point ce nombre est-il important? Plus ce nombre est élevé, plus vous avez décidé d'intensifier et de défier la norme. La vie commence à la fin de votre zone de confort.

En regardant le nombre de défis, combien de fois avez-vous réussi et combien de fois avez-vous échoué? Les échecs avec ces champs mentaux ne sont des échecs que lorsque vous avez cessé d'essayer de réussir.



Si un échec vous oblige à réexaminer le champ mental et que vous décidez d'essayer à nouveau, c'est un bon échec. Votre champ mental doit avoir eu une combinaison de succès et d'échecs (composante 8).

Si toutes vos tentatives pour surmonter le champ mental aboutissent au succès, vous ne rencontrez probablement pas assez de défis. Pensez à jouer sur un parcours où vous excellez toujours. A quel point deviendriez-vous bon? Certainement pas aussi bien que lorsque vous jouez sur un parcours qui vous met au défi.

En reconnaissant que dans votre vie, vous n'allez pas arriver au point où tous vos champs mentaux sont surmontés, vous devez vous assurer que vous avez suffisamment de champs mentaux réalistes et irréalistes devant vous (composante n ° 9).

Il y a de nombreux détails auxquels vous devez être attentif lorsque vous vous adressez à votre champ mental. Le premier de ce groupe est votre analyse du pourquoi et de la façon dont le champ mental existe (Composant n ° 10). Souvent, la solution au champ mental se trouve dans votre analyse en trouvant la «composante défectueuse».

Votre prise en charge du champ mental trouvera du succès dans la compréhension et la mise en pratique des bases de la technique. Regardez ceux à qui vous enseignez. Au fur et à mesure que vous améliorez leur jeu, ne le faites-vous pas en améliorant leur approche des bases? (Composant n ° 11).

Votre champ mental doit être traité de la même manière.

“Ne pas prendre de décision est prendre une décision.”

“Paralysie par l'analyse.”

Bien que ces deux citations soient applicables à certaines personnes, l'approche d'un champ mental avec l'intention de prendre une décision (composante 12) vous permettra de trouver une solution. Un enseignant a un jour commenté: «Je ne peux pas vous aider si tout ce que vous avez est un morceau de papier vierge.»

Adresser votre champ mental sera plus gratifiant si cela implique un sacrifice de votre part. Par exemple, notre fils économisait de l'argent pour payer une bague de fiançailles. En cours de route, il a posé des questions concernant un petit 401k amassé grâce à un emploi qu'il avait eu pendant l'été et sur la

pertinence d'utiliser ces fonds. La suggestion donnée était que l'anneau et l'expérience de donner l'anneau signifieraient davantage pour eux deux s'il devait se sacrifier. (Composante n ° 13) Évitez la dépense spéciale pour vous faire plaisir; assumer une mission secondaire qui permettra de gagner de l'argent supplémentaire. Quand la bague sera payée, vous apprécierez vos efforts et vos sacrifices.

La composante 14 est une leçon tirée du film «Smokie et le bandit». Jackie Gleason y joue le rôle du shérif Buford T. Justice, qui a relevé tant de défis dans ses efforts pour arrêter Smokie, joué par Burt Reynolds.

Il y a une scène où un autre défi l'arrête. Buford ôte son chapeau, le tape sur le bas de sa voiture en ruine et dit: «Junior, je n'arrive parfois pas à croire la merde qui m'arrive.»

C'est une expression que l'auteur de ces lignes a souvent utilisée pour s'adresser à ses champs mentaux. Tout comme j'ai été surpris par une solution qui ne fonctionnait pas ou par un aspect mental que je ne connaissais pas ou auquel je ne pensais pas, je dois considérer cela comme une défaite temporaire ou un moment qui me permet de trouver un pas de côté vers la solution.

La scène dans le film était drôle et en me la rappelant, je me répète ses paroles. Maintenant il est temps de faire ce changement ou de faire un pas de côté.

Quand allez-vous commencer à vous attaquer au champ mental? Cette pensée même est la composante n ° 15. Décider du moment où commencer est le plus grand défi pour résoudre votre champ mental. Soyez "maintenant". Avancez en écrivant votre état d'esprit et tout ce que vous savez à ce sujet. Ensuite, prenez une décision concernant votre champ mental et commencez à travailler. La victoire est à portée de main.

