

¿Cómo saber gestionar los errores?



1º. Cambia el foco

El problema de cometer un error, es tener la creencia de que es "terrible".
A veces caemos en el error de tener una visión catastrófica de las cosas.
Por lo que cambia el foco, el error es avance.

2º. Cuida tu lenguaje interno

La mayoría de personas tienden a hablarse mal, se culpabilizan de TODO. Las personas tienden a volverse demasiado AUTOCRÍTICAS, su lenguaje es destructivo, perdiendo así una visión más realista de las cosas

3º. Pasos para gestionar bien un error.



Atención a lo que suma.

En la mayoría de casos, el problema es que nos centramos más en lo negativo que en lo positivo.

Cuando nos centramos en lo positivo, nos permitimos seguir generando, y avanzando. Por lo que el éxito está más cerca que el fracaso.