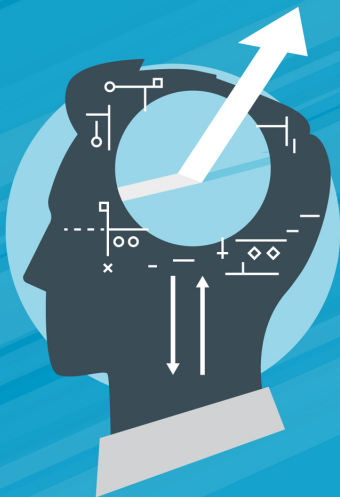


MENTALIDAD DE CRECIMIENTO



*7 Secretos Para Destruir Tu Mentalidad
Fija Y Aprovechar Tu Psicología Del Éxito*

TIMOTHY WILLINK

Timothy Willink

Mentalidad De Crecimiento

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=51381548

Mentalidad De Crecimiento: 7 Secretos Para Destruir Tu Mentalidad Fija Y

Aprovechar Tu Psicología Del Éxito:

ISBN 9788835402848

Аннотация

¿Qué le impide el éxito que tanto desea? ¿Es su mentalidad o sus habilidades? Continúe leyendo... Se necesita mucho más que un conjunto de habilidades de inversión. Todos los millonarios tienen algo en común: una fuerte mentalidad construida para el éxito, con autodisciplina y concentración. La mayoría de las veces ni siquiera nos damos cuenta, pero nuestros propios pensamientos nos frenan. Tenemos la voluntad y la capacidad de soñar, y sin embargo nos preguntamos por qué no podemos tener más éxito. La respuesta a esto es el tipo de pensamientos que producimos. Si en el fondo no creemos que podemos hacerlo, entonces nunca lo haremos. Para lograr avances en cualquier área de tu vida, debes comprometerte con la mentalidad de crecimiento. Una mentalidad fija te dejará igual 5 años más tarde que hoy. El progreso es la felicidad. Este libro "Mentalidad de Crecimiento" se sumerge profundamente en tu mente. ¿Qué le impide el éxito que tanto desea? ¿Es su mentalidad o sus habilidades? Continúe leyendo... Se necesita mucho más que un conjunto de habilidades de inversión. Todos los millonarios tienen

algo en común: una fuerte mentalidad construida para el éxito, con autodisciplina y concentración. La mayoría de las veces ni siquiera nos damos cuenta, pero nuestros propios pensamientos nos frenan. Tenemos la voluntad y la capacidad de soñar, y sin embargo nos preguntamos por qué no podemos tener más éxito. La respuesta a esto es el tipo de pensamientos que producimos. Si en el fondo no creemos que podemos hacerlo, entonces nunca lo haremos. Para lograr avances en cualquier área de tu vida, debes comprometerte con la mentalidad de crecimiento. Una mentalidad fija te dejará igual 5 años más tarde que hoy. El progreso es la felicidad. Este libro "Mentalidad de Crecimiento" se sumerge profundamente en tu mente. Te enseña como cambiar tus pensamientos y los moldea para atraer las cosas que quieres en tu vida. "Una vez que tu mentalidad cambie, todo lo de afuera cambiará junto con ella". – Steve Maraboli La gente exitosa tiene una cosa en común. Están evolucionando todos los días. Como dice el dicho: "si no estás creciendo, estás MURIENDO". La característica número 1 entre los millonarios de Fortune 500, es su actitud Kaizen, o "mejora constante e interminable". Una vez que aprendas a dominar tus pensamientos, y a moldear tus pensamientos en una mentalidad de crecimiento, tus sueños se sentirán más cercanos que nunca. No dejes que tus pensamientos te retengan. Si no crees en ti mismo, ¿quién lo hará? El primer paso hacia el éxito es la confianza y el enfoque en tus objetivos. No subestimes el poder de tus pensamientos. Este será el mayor descubrimiento de tu vida, el poder dentro de ti mismo. Actúa ahora haciendo clic en el botón "Comprar ahora" o "Añadir al carrito" después de desplazarte a la parte superior de esta página. P.S. ¿Qué te detiene? En la vida, la mayoría de la gente se detiene ya sea por su miedo o su pereza. Recuerda, la mejor inversión que puedes hacer es en ti mismo. Invierte el tiempo y el

precio de menos de un café para dar un gran salto en tu vida ⚡, riqueza, amor y felicidad. ¡Actúa ahora!

Содержание

DESCARGO DE RESPONSABILIDAD	8
INTRODUCCIÓN	10
CRECIMIENTO VS. MENTALIDAD FIJA	16
Конец ознакомительного фрагмента.	20

Timothy Willink

**Mentalidad De Crecimiento:
7 Secretos Para Destruir Tu
Mentalidad Fija Y Aprovechar
Tu Psicología Del Éxito**

MENTALIDAD DE CRECIMIENTO

**7 SECRETOS PARA DESTRUIR TU
MENTALIDAD FIJA Y APROVECHAR
TU PSICOLOGÍA DEL ÉXITO**

TIMOTHY WILLINK

Traducido por

ARTURO JUAN RODRÍGUEZ SEVILLA

© Copyright 2019 by Timothy Willink – Todos los derechos reservados

Ninguna parte de este libro puede ser reproducida de ninguna forma sin el permiso escrito del autor. Los revisores pueden citar breves pasajes en las reseñas.



[Creado con Vellum](#)

DESCARGO DE RESPONSABILIDAD

Ninguna parte de esta publicación podrá ser reproducida o transmitida en forma alguna o por ningún medio, mecánico o electrónico, incluidas la fotocopia o la grabación, o por ningún sistema de almacenamiento o recuperación de información, o transmitida por correo electrónico sin el permiso escrito del editor.

Si bien se ha hecho todo lo posible por verificar la información proporcionada en esta publicación, ni el autor ni el editor asumen responsabilidad alguna por los errores, omisiones o interpretaciones contrarias al tema aquí tratado.

Este libro es sólo para fines de entretenimiento. Las opiniones expresadas son sólo del autor y no deben tomarse como instrucciones expertas de los mandos. El lector es responsable de sus propias acciones.

La adhesión a todas las leyes y regulaciones aplicables, incluyendo las licencias profesionales internacionales, federales, estatales y locales, las prácticas comerciales, la publicidad y todos los demás aspectos de hacer negocios en los Estados Unidos, Canadá o cualquier otra jurisdicción es responsabilidad exclusiva del comprador o lector.

Ni el autor ni el editor asumen responsabilidad alguna en

nombre del comprador o lector de estos materiales.

Cualquier desaire percibido de cualquier individuo u organización es puramente involuntario.

INTRODUCCIÓN

A menudo oímos que deberíamos descartar nuestra "mentalidad fija" y abrirnos al crecimiento en su lugar. Normalmente, mucha gente presta poca atención a este consejo y lo atribuye a la misma clase de jerga inútilmente positiva, que no tendrá ningún efecto en nuestras vidas a largo plazo. Sin embargo, el poder de una mentalidad de crecimiento a menudo significa la diferencia entre una persona que puede alcanzar sus objetivos y alguien que siempre se queda corto. Así que, por mucho que oigamos todas estas palabras, ¿qué significan realmente? ¿Cuál es la verdadera diferencia entre crecer siempre, y estar atado al suelo sobre el que se camina?

En la mayoría de los medios que consumimos, podemos ver el estereotipo de un personaje genial que no se deja atar por las ideas de lo que debemos y no debemos ser, cómo debemos y no debemos actuar. Algunas personas demonizan este tipo de personas y criminalizan el acto de rebelarse contra el estándar establecido para nosotros. Otros, sin embargo, sienten que puede haber algo en la teoría de que todo lo que hacemos y sabemos está mal. Son estas personas, que rechazan nuestra realidad y sustituyen su propia interpretación de la misma, las que encuentran más fácil adaptarse a una mentalidad de crecimiento.

Sin embargo, no es necesario ser un genio loco para adaptar una mentalidad de crecimiento en su vida cotidiana. Todos y

cada uno pueden beneficiarse del desarrollo de una mentalidad de crecimiento, y derrotar su mentalidad fija es un cambio que beneficiará a cada tipo de persona, cada personalidad, todos los ámbitos de la vida, en todo lo que hacen. No es fácil salir del pozo emocional de una mentalidad fija, pero se puede hacer con un poco de determinación.

Otro estereotipo que vemos en tantos medios, que es representado —aunque dramatizado— por gente real a nuestro alrededor, es el clásico ejemplo del cínico. Tienen algún tipo de evento en su pasado o con su vida que les ha afectado negativamente; sienten como si todo lo que hacen les llevara de vuelta al mismo punto en el que empezaron. El cínico es también un fatalista, siempre creyendo que algo que le sucede está siempre fuera de su control y que todo lo que hace está destinado a fracasar o ser derrotado por la voluntad de alguien más. A veces, personas como esta se molestan por los optimistas que no piensan de la manera que lo hace el cínico.

Mientras que el cínico está tan a menudo desilusionado con el mundo que parece que ha renunciado a hacer cualquier esfuerzo, el excéntrico optimista formatea la forma en que el mundo funciona de acuerdo a los demás, en su propia percepción y planes. Sus planes para el mundo, para ellos, son la forma exacta en que creen que los eventos reales que siguen caerán. A menudo, no hay absolutamente nada que impida a un excéntrico optimista apoderarse del mundo y, en los mundos de Thoreau, "chupar la médula de la vida".

El cínico es el epítome y la encarnación de una mentalidad fija, mientras que el excéntrico optimista experimenta el pico de lo que ahora consideraríamos una mentalidad orientada al crecimiento. Entender la diferencia aplicable entre estos dos tipos de personas también puede ayudar a identificar dónde se cae en ese mismo espectro de crecimiento para fijarse.

Esto no quiere decir que alguien con una mentalidad fija nunca pueda lograr nada. Mientras que los ejemplos más extremos experimentan esa intensa sensación de derrota, la mayoría no. La mayoría de la gente de hoy en día que experimenta una mentalidad fija simplemente sigue lo que se le ha enseñado la mayor parte de su vida. Si no tienes éxito ahora, sería mejor que te rindieras e intentaras algo completamente diferente.

Debido a la forma en que funciona la mayoría de los sistemas educativos, parece que priorizamos la eficiencia de la futura fuerza de trabajo por encima de educar a los niños y verlos crecer en esa fuerza de trabajo. El estudiante que tiene éxito inmediatamente es recompensado más que el estudiante que fracasa una y otra vez antes de tener éxito, aunque el primer niño no haya aprendido nada en el proceso.

Las personas que tienen una mentalidad fija no siempre se sienten atascadas en un lugar, pero pueden sentir que no tienen margen de mejora, o que les cuesta entender el concepto de crecimiento personal. Esto es normal para muchos niños, pero aquellos individuos que se convierten en adultos con este sentimiento pueden tener problemas para progresar en cualquier

parte de su vida. Esto incluye el trabajo, la educación superior, o incluso su vida amorosa.

Después de todo, ¿por qué querría estar con una pareja que parece no tener ninguna ambición de mejorar y cambiar?

No nos entendemos mucho en estos días. El mundo es tan acelerado y, para muchos, eso es extremadamente abrumador. El ajetreo de la vida diaria es simplemente demasiado para que muchas personas lo manejen sin ayuda de otros. Esas otras personas son muy diferentes a ti. Ya sea que tengan una mentalidad de crecimiento o no, son diferentes a ti y se comportan de manera diferente a ti. Por lo tanto, a veces tienes que encontrarte en el medio con las personas que amas. Hacer ese esfuerzo para comprometerse y cambiar la forma en que piensas, aunque sea un poco, para ellos, significará el mundo para ellos y para ti. Ese pequeño cambio puede causar una cadena de eventos que cambie para siempre la forma en que percibes el mundo. Ese pequeño cambio también puede terminar dando un giro completo, y ayudar a la persona que cambió un poco, para empezar. Es una parte muy importante de nuestra evolución diaria.

Hablando científicamente, los humanos ya han terminado de evolucionar por ahora. De acuerdo con cualquier libro de biología que se lea, no hemos tenido ninguna evolución drástica en un tiempo. Sin embargo, la raza humana siempre cambia un poco. Cada persona en la Tierra, le guste o no, lo sepa o no, hace esos mismos pequeños cambios a lo largo de su vida para

acomodarse a las elecciones que hace y a la gente con la que se rodea. Es difícil hacer todos esos cambios tan repentinamente, así que en su lugar tienen lugar durante un enorme periodo de tiempo. Por supuesto, incluso las personas con mentalidades muy fijadas hacen esos pequeños cambios a menudo. Hacen estos cambios porque no reconocen realmente que están ocurriendo. Si un amigo muy cercano tuyo tiene un cierto hábito divertido, puedes cogerlo sin notarlo. Esa pequeña adaptación social es el tipo de cosa que hacemos durante toda nuestra vida para mantenernos al día y entender el mundo. No importa cuánto pienses que nada de lo que haces es permanente, muchas de esas adaptaciones sociales te siguen a lo largo de toda tu vida. Aunque la mayoría de estos cambios ocurren en nuestra infancia o cuando somos bastante jóvenes, nadie se resiste al cambio.

Y la verdad es que todavía estamos evolucionando cada día en la edad adulta. No importa en qué parte de tu vida estés, o hacia dónde te dirijas, siempre estás cambiando, y esperemos que siempre lo hagas. Este cambio es lo que te permite aprender más sobre ti mismo y la gente con la que te rodeas, y te permite aumentar tu calidad de vida dependiendo de cómo te adaptes a esas cosas. Cambiamos todos los días. Si no cambiamos, el mundo cambia con nosotros, y siempre nos quedamos atrás. Si no quieres quedarte detrás de la gente que te importa, lee más y entiende más sobre ti mismo y lo que significa entender una mentalidad de crecimiento, y cómo implementarla en tu mundo personal.

Gracias,

Xabier K. Fernao

CRECIMIENTO VS. MENTALIDAD FIJA

Ahora que hemos repasado algunos de los ejemplos clásicos de personas que exhiben una mentalidad intensamente fija o una muy orientada al crecimiento, ¿cuál es la diferencia real entre esas dos, y dónde podemos verlas en la vida cotidiana en lugar de en una novela?

En pocas palabras, alguien con una mentalidad fija es alguien que exhibe muchas actitudes derrotistas/fatalistas, que siente que nada de lo que hace es permanente y que por mucho que lo intente, su habilidad acumulada nunca será suficiente para igualar a las personas con talento. Las personas con una mentalidad fija a veces pueden tener una autoestima bastante baja y tal vez no confíen en sus habilidades y capacidades. Sienten que todo lo que hacen está destinado a fracasar y ser derrotados por alguien con un talento natural. La mentalidad fija no está necesariamente deprimida, sino que es alguien que no siente que sus talentos puedan cambiar o desarrollarse.

Debido a que crecemos en un mundo rodeado de personas que se las arreglan solo con su talento, no es irrazonable pensar que muchas personas se sienten desalentadas por estos individuos que no tienen que trabajar por la fama o la atención de los demás. Si eres una persona que quiere desesperadamente practicar un

deporte profesional, y eres alguien que practica implacablemente día tras día, lo último que necesitas es que te muestre alguien que haga lo mínimo y compense su falta de trabajo con puro talento.

Ver a alguien así puede ser realmente exasperante, pero no te desanimes por lo que otra persona hace para tratar de eclipsarte. A menudo, las personas que empiezan a volar solo por el talento solo navegan sin problemas para el comienzo de su carrera. Más tarde, si esas mismas personas no desarrollan también buenos hábitos de trabajo y buenas habilidades, se estrellan y se queman.

Alguien que muestra una mentalidad de crecimiento tiene más confianza en sí mismo y en sus habilidades, descubre que es más capaz de tomar decisiones claras y racionales que no están nubladas por su juicio, y normalmente se guía más por la esperanza de mejorar que por la rabia que siente hacia las personas a las que se les da la ventaja natural en la vida.

Alguien con una mentalidad de crecimiento sabe que es más que capaz de crecer y mejorar siempre. Saben lo difícil que puede ser, pero saben que la recompensa por el esfuerzo es el crecimiento en sí mismo, y la satisfacción que viene con ese crecimiento.

Alguien con una mentalidad de crecimiento tampoco es necesariamente talentoso. La diferencia entre la mentalidad de crecimiento y la fija no es que la persona con la mentalidad de crecimiento tenga talento, sino que la persona con la mentalidad de crecimiento quiere trabajar duro para poder sentirse satisfecha y conocer su propio crecimiento, en lugar

de medir su crecimiento junto al de las personas que ya tienen mucho talento. Esta persona sabe cómo sentirse más segura de sus propias capacidades, a diferencia de la mentalidad fija, que tan a menudo siente la necesidad de probarse a sí misma ante los que la rodean, por temor a encontrarse con que se está quedando atrás con respecto a sus compañeros. Este miedo lleva a la mentalidad fija a luchar con uñas y dientes por todo. Aunque esto es una mejora a su manera, su mejora de una manera no saludable, este tipo de "mejora" no inspira. No está inspirado de ninguna manera por una motivación para tener éxito y crecer dentro de uno mismo. En cambio, hay poco crecimiento en absoluto. No importa cuánto crecimiento físico ocurra dentro de esa persona, no hay un crecimiento mental o psicológico real. Sin ese desarrollo emocional, el desarrollo físico es efectivamente inútil a largo plazo.

Ese es el crecimiento real que importa, especialmente con respecto a una mentalidad fija o de crecimiento —se trata de cómo creces en tu cabeza y en tu corazón—. Aunque esto suena a cliché, la parte más importante de crecer como persona a lo largo de tu vida es crecer en tu interior.

Una mentalidad fija puede crecer físicamente, puede crecer enormemente, físicamente, pero nunca crecerán tanto en el interior. Una mentalidad fija es justamente eso, fija, por lo que tiene menos posibilidades de cambiar o evolucionar, creciendo en una nueva y mejor versión de sí misma.

La mentalidad de crecimiento es la persona que busca

mejorarse a sí misma constantemente, que siempre es capaz de ser mejor y de ayudar a mejorar a los demás. Son más propensos a situaciones difíciles porque fueron criados para ser autosuficientes y capaces. Los que están más seguros de sí mismos y más abiertos al crecimiento son también a menudo los individuos más exitosos en sus esfuerzos.

Parte de si un niño crece naturalmente con una mentalidad fija o de crecimiento depende del tipo de padres que tuvo. Si ese niño puede haber tenido padres que son más fatalistas, es más probable que tengan ese mismo tipo de actitud. Lo ideal sería que un niño tuviera padres que lo fomenten todo por sus esperanzas y sueños y que los animen a perseguir sus deseos. Con este tipo de crianza, más niños pueden adoptar una perspectiva más esperanzadora.

Una mentalidad de crecimiento hace que un niño sea capaz de socializar con otros, alguien que puede ser competitivo y aún así perder de manera justa, y alguien que puede cooperar con muchos tipos de personas diferentes. Una mentalidad fija es la de alguien que tiene un enfoque mucho más negativo de la competencia, más a menudo un mal perdedor, y por lo general tiende a atar su autoestima a su estatus entre sus compañeros.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.