

focus

i consigli di...

DI MICHELE MAINO

## Elena Zucchi

Pensare  
da vincitori**Sviluppare il desiderio.**

Non ci sono vincitori in assoluto: vince chiunque riesca a portare la propria vita nella direzione che desidera. Coltivare i sogni concentrandosi sul desiderio (e non sul bisogno) è il primo passo: un ottimo metodo per farlo è stilare ogni giorno una lista aggiornata dei nostri (veri) desideri.

**Trovare alleati.** Dentro di sé è necessario consolidare l'autostima e dare valore alle proprie capacità. Ma è anche importante trovarsi alleati esterni, amici pronti a sostenerci nei momenti critici e a condividere i nostri successi.

**Sapere perdere.** Gli errori non devono abbatteci, ma insegnarci a migliorare le nostre strategie. Per trovare coraggio è possibile organizzare delle "prove generali" dei nostri progetti in un ambiente amichevole, in cui ci sentiamo protetti, prima di fare sul serio... ■

**Elena Zucchi**, psicologa, specialista di sviluppo personale, insegna all'Università Milano-Bicocca. Ultimo libro: *Oltre il potenziale* (Franco Angeli)