



Mike Bundrant, ekspert NLP nie "odkrywa Ameryki", twierdząc, że o tym, czy z sukcesem wprowadzisz zmianę w życiu, decyduje twoja motywacja. Natomiast ciekawe są jego refleksje wskazujące na przyczyny dla których chcemy się zmieniać. Przytacza je portal [www.zwierciadło.pl](http://www.zwierciadło.pl)

Okazuje się, że najmniejsze sukcesy mają ludzie, którzy chcą wprowadzać w życiu zmiany, uciekając przed przeszłością. Nie patrzą się oni w przyszłość, tylko cały czas reagują na to, czego nie chcą z przeszłości, z którą się jeszcze tak naprawdę nie pożegnali. Dlatego ciągle przywołują swoje dawne doświadczenia.

Równie niewiele osiągają osoby, które do zmian motywują się zewnątrznie, czyli chcą, żeby zmieniły się okoliczności, otoczenie w jakim funkcjonują. Taka motywacja powoduje, że są w stanie permanentnej walki z losem. A że walka powoduje jeszcze więcej walki, w pewnym momencie są już tak zmęczeni i sfrustrowani, że się poddają, nie osiągnąwszy zamierzonego celu.

Sukcesy na swoim koncie odnotowują natomiast ci, którzy motywują się wewnątrznie. Ich intencją jest zmiana siebie na głębokim poziomie. Na przykład, chcą czuć się pewnie za sprawą poczucia własnej wartości lub pracują nad poczuciem wewnętrznego bezpieczeństwa. Potrafią oni odwrócić się już od lęków przeszłości i dążyć do wizji samych siebie w przyszłości. Nie naciskają też na nikogo innego, tym samym nie powodując oporu. Biorą odpowiedzialność jedynie za siebie, tym samym skutecznie koncentrując uwagę.

## **Droga do życiowego sukcesu. Jak skutecznie motywować się do zmiany?**

Wpisany przez  
Pon, 06 sty 2014

---

Badania na jakie powołuje Mike Bundrant się wskazują, że o tym, czy z sukcesem wprowadzisz zmianę w życiu, decyduje twoja motywacja. Dlatego warto dobrze się zastanowić, z jakiego powodu chcemy zmiany.

*Źródło: [www.zwierciadło.pl](http://www.zwierciadło.pl)*