La importancia de la actitud según Víctor Küppers (Opinión)

25, noviembre

¡Hola! ***El pasado 14 de noviembre asistimos a una conferencia de Víctor Küppers que se celebro en el Palacio de Congresos de Málaga organizada por Mentes Expertas.***

La conferencia se titulaba: "Vivir con entusiasmo" y nos dio unas pinceladas de lo importante que es nuestra actitud ante las circunstancias que nos ocurren en nuestro día a día.

Víctor Küppers es Doctor en Humanidades y está Licenciado en Administración y Dirección de Empresas, trabaja como consultor y formador en la Universidad Internacional de Cataluña y en la Universidad de Barcelona.

Su trabajo como profesor lo compagina dando conferencias por toda la geografía española a empresas de reconocido prestigio como Inditex, Repsol, PepsiCo, CaixaBank, BBVA, El Corte Inglés... y un largo listado.

Ha publicado tres libros: El efecto actitud*,* Vivir la vida con sentido *que va ya por su 15 edición y* Vender como cracks*.*

En Bodegas La Aurora pensamos que este tema es fundamental para progresar, tanto a nivel personal como profesional, tanto para la empresa, como para las personas que la conforman y por esto, asistimos a esta conferencia y compartimos en este artículo los 6 puntos que compartió Víctor en su conferencia de forma resumida.

Antes de comenzar, queremos agradecer a Víctor su gran amabilidad para con nosotros, su trato humilde y generoso al aceptar un pequeño detalle por el tiempo que nos dedicó. Le hemos preguntado posteriormente si le había gustado nuestro vino y las palabras textuales han sido: Expectacular!!!! Gracias, gracias, gracias!!!! Para nosotros es un verdadero orgullo y placer recibir estas palabras de alguien como Víctor, así que: ¡Gracias, gracias, gracias Víctor por ser como eres!

¿Qué es la actitud?

La actitud es nuestra forma ser y la podemos trabajar al 100%.

Víctor tiene una formula que refleja muy bien la importancia de la actitud en una persona.

V = (C + H) x A

Valor persona = (Conocimientos + Habilidades) x Actitud

Para todo en esta vida es importante tener conocimientos, una formación reglada, autoformación, para todo en esta vida es importante la habilidad o experiencia que tengas en el campo o área en la que quieres trabajar, pero lo importante de la fórmula es que la c, suma, la h, suma, pero la a, multiplica.

La actitud que toma una persona ante determinadas situaciones hace que esa se resuelva de una mejor o peor manera.

La actitud que una persona toma ante un comentario de un compañero, de su jefe, de su empleado, determinará como será esa relación.

La actitud es la forma en la que hablamos, nos comportamos, pensamos hacia las personas que nos rodean, por esto es muy importante trabajarla.

Tu actitud te convierte en la persona excelente que eres o en la persona mediocre que también puedes llegar a ser.

En la conferencia, Víctor explico 6 puntos para trabajar la actitud:

1. Vivir alegre

Tú decides siempre tu estado de ánimo, o al menos puedes intentarlo. Cuando te sientas desanimado, haz una lista de 20 cosas que tienes buenas. Todo el mundo tiene 20 cosas buenas.

El que tiene un padre y una madre con salud, no sabe lo que tiene.

El que tiene un hijo sano, no sabe lo que tiene.

El que tiene una pareja que lo aguanta, no sabe lo que tiene.

La persona que puede llegar a final de mes con dignidad, pagando todos sus impuestos y es capaz de mantener a su familia, debe dar gracias a dios, por lo afortunado que es.

Debemos ser conscientes que en la vida existen dos tipos de situaciones, dramas y circunstancias a resolver.

Un drama es un fallecimiento de un ser querido, un drama es, el diagnostico de una enfermedad incurable hacia ti o hacia un ser querido, un drama es, tener más de 50 años, estar en paro con dos hijos en casa, hipoteca y sin expectativas de encontrar trabajo.

Toda la persona que no tenga un drama, tiene la obligación moral de ir alegre y ayudar a los que están en esas circunstancias.

2. Ser buena persona

Vivimos en una sociedad en la que todo el mundo va a lo suyo, nadie se preocupa por nadie y menos aún se valora el trabajo de los demás.

Una de las cualidades más importantes es ser buena persona, no hacer daño y ayudar en la medida de lo posible a las personas que te necesitan, desarrollar la bondad, la empatía, la amabilidad, la educación...

La amabilidad, la educación, pueden ayudar mucho, hay dos palabras que con el tiempo quitaran del diccionario por falta de uso: “Por favor” y “Gracias”.

Aprender a ser amable ayuda mucho a ser buena persona, porque cambia la actitud de la persona

con la que tratas y, por consiguiente, la tuya. Si además, acompañas a estas palabras de una sonrisa, lo más normal es que el resultado sea recíproco y la sensación muy placentera.

Prueba a hacerlo, cuando pidas algo, añádele por favor y cuando te lo den, da las gracias por ello con una sonrisa en la boca siempre.

3. Salir del bucle

Es muy difícil intentar pensar en otra cosa cuando algo te sale mal o no te sale como lo tenías planificado, entonces tu cabeza empieza con el bucle, esto sucede cuando no paras de darle vueltas una y otra vez a lo mismo.

Existe lo que denominan los expertos en psicología positiva como el desahogo razonable.

Es importante y necesario para tu persona hablar de lo sucedido, expresarlo, pero, hasta un cierto tiempo.

Es contraproducente estar siempre quejándose de lo mismo, de lo que no funciona, ver nada más que lo malo, enfocarse siempre en lo negativo.

Por eso es importante, parar y reflexionar, decidir dejar de darle a esa situación tanta importancia para que esté ocupando tus pensamientos todo el tiempo.

4. Cuidar lo más importante

Lo más importante es saber que lo más importante, sea lo más importante.

Si analizas este juego de palabras, verás que tiene sentido.

Si te paras a pensar, qué es lo más importante en tu vida, coincidirás con la mayoría de personas.

Padres, hermanos, hijos, pareja, amigos y seres queridos.

Hay una regla que se cumple siempre, planta que no riegas, planta que muere.

Lo mismo ocurre con las relaciones personales, porque en esta vida no hay cosas importantes, en esta vida hay relaciones importantes, pero como la mayoría del tiempo vamos en bucle, vamos detrás de lo urgente, no nos damos cuenta de lo que es, verdaderamente importante.

No valoramos lo que tenemos, hasta que lo perdemos.

Así que cuida lo que es más importante antes de que sea tarde.

5. Pasión e ilusión

La pasión y la ilusión son dos cualidades fundamentales para desarrollar una buena actitud.

Cuando pones toda la pasión y la ilusión en algo, tarde o temprano lo conseguirás.

Cuando pones toda la pasión y la ilusión en algo, te saldrá mucho mejor.

Cuando pones toda la pasión y la ilusión en una relación, nunca te sentirás culpable pase lo que pase, porque lo has dado todo. Ya sea, personal o profesional.

6. Sé agradecido

Vivimos en Montilla, Córdoba. Tenemos el mar a una hora y pico, tenemos la nieve a la misma distancia. Tenemos sierra, tenemos ríos preciosos, parajes únicos…

Tenemos viña, con la que producimos vinos espectaculares, con una misma variedad, la Pedro Ximénez, somos capaces de hacer hasta 6 tipos de vino diferentes.

Tenemos olivos, que producen en estos momentos un aceite extraordinario.

Tenemos muchas cosas por las que estar agradecidos y no es responsable estar mirando hacia fuera y envidiar a nadie, cuando nosotros somos los que podemos dar envidia por todo lo que tenemos.

Solamente hace falta viajar un poco para ser consciente de la riqueza humana, gastronómica, histórica, cultural, patrimonial que tenemos en Córdoba.

Sé agradecido con lo que tienes siempre.

Desde Bodegas La Aurora esperamos que desde ahora tengas más en cuenta tu actitud, porque es lo más importante que tienes, para terminar, te dejamos una conferencia de Víctor en la que habla exactamente de esto, esperamos que te guste. ¡Muchas gracias por leernos y un saludo!

Si te ha gustado este artículo y quieres recibir los próximos en tu dirección de correo. Suscríbete.

*Por **Rafael Espejo**.*

Comentarios

Bodegas La Aurora - 02/07/2023 16:27

Hola Charbel,

Muchas gracias.

Saludos.

Charbel - 01/07/2023 06:37

Excelente resumen, gracias