

Неудачи как ресурс

Бывает, что в жизни что-то идет не так, как нам хочется. О чем-то мы быстро забываем, а что-то остается в нашей памяти надолго. И даже несмотря на то, что все давно прошло, наши актуальные условия изменились, мы продолжаем вспоминать об этом снова и снова. В ситуацию «здесь и сейчас» мы приносим неприятный для нас опыт проживания неуспеха. И тут же возникает вопрос, для чего мы это делаем? И ответ может быть разный.

Для кого-то неудача будет являться оправданием. Если уж один раз не получилось, то нечего пытаться и второй. При этом не только своя собственная неудача может являться оправданием для бездействия, но и чужая. Нам же всем хорошо известно выражение «учиться на чужих ошибках». Это может восприниматься, как «не пытайся сделать то, что сделал другой». Люди сами отнимают у себя шанс на положительный исход.

Другой взгляд на неудачи – это воспринимать неудачи, как опыт и возможность научиться новому. И здесь важно принять, что тогда мы не знали и не могли знать конечный результат развития событий. Но теперь мы знаем, как все может обернуться и в следующий раз поступить по-другому.

Неудачи показывают нам нашу зону роста, те места, где нам недостает знаний или навыков. Также мы можем увидеть и другие аспекты ситуации, которые не учли до этого и принять их во внимание, что определенно будет способствовать улучшениям последующих попыток. Такой подход к пониманию неудач открывает в своем роде ресурс для изменений и движения вперед.

Но не любая неудача – это опыт. Можно раз за разом совершать ошибки, но не учиться на них. Чтобы неудача обернулась полезным опытом и больше не повторялась нужно провести анализ случившегося.

Стоит спросить себя:

- что привело к неудаче? Какие именно действия?

- Что помешало поступить по-другому?

- Готовы ли вы в следующий раз действовать иначе?