

Lluís Soldevila, *consultor-formador d'habilitats directives*



VÍCTOR-M. AMELA

IMA SANCHIS

LLUÍS AMIGUET

Tinc 43 anys. Sóc de Barcelona. Sóc consultor-formador d'habilitats directives i d'actituds d'alt rendiment. Estic casat amb Elisabeth, sense fills. Sóc apolític, sense creences religioses. Faig classes a Esade sobre direcció de sistemes d'informació

“Sovint diem: ‘Ja veurem què passa...’. No! Fes que passi!”



KIM MANRESA

Tres ‘A’ per a l’èxit
Enginyer superior en informàtica per la UPC i graduat per l’Iese Business School, Soldevila va treballar durant quinze anys com a directiu –a set països– del Deutsche Bank. Va obrir la filial tecnològica del grup a Nova York, va veure caure Lehman Brothers, va sentir la pressió sobre les seves espatlles... i va esclatar: va haver de cridar a una ambulància per ser ingressat a l’hospital per un infart que era pura ansietat. Després d’aquest tràngol va decidir canviar la seva vida i dedicar-se a la formació: va crear un mètode per estimular actituds d’alt rendiment, com detalla al seu manual *Éxito se escribe con ‘A’* (Profit), que presenta avui (www.lluissoldevila.com).

Què és l’èxit?
Aconseguir el que vols. I només tu pots decidir què vols, definir el teu objectiu. La tasca més difícil de la vida!

Saber què vull...

El 1953 es va fer un estudi en una aula d’estudiants de Yale: se’ls va preguntar si tenien una llista d’objectius. I només la tenien un 3% d’alumnes.

I això va resultar significatiu?

Vint-i-cinc anys després es va analitzar aquests alumnes: tots els del 3% havien tingut èxit.

Com triar l’objectiu idoni?

Que sigui específic, mesurable, que depengui del teu esforç, que t’il·lusioni..., i marca’t una data per aconseguir-ho.

A llarg termini o curt?

Pots tenir objectius d’avui a una setmana, un mes, un any... i a deu anys!

I després, què?

Actua: l’únic fracàs és no intentar-ho!

Però ens despitsem molt...

Prioritza! Hi ha tasques prescindibles.

I així assoliré l’èxit?

Sabent que *èxit* s’escriu amb A, sí.

Amb A?

Amb tres A: Autoconeixement, Actitud i Acció. Equivalen a voler (què vols?), saber (què saps?), i fer: actua!

Expliqui’m millor aquestes tres A...

La primera A, autoconeixement, consisteix a definir què vols, els teus objectius: te l’he explicat abans. La segona A, actitud..., és l’ingredient secret!

Per què?

Ho va apuntar Viktor Frankl: “El dolor és inevitable, el patiment és opcional”. La vida et reparteix unes cartes, però tu les jugues!

Això és actitud?

És el que depèn de tu: el dia que decideixes que res no podrà amb tu, tot va bé! Veus el món com vols veure’l. El vas creant tu.

Posi’m exemples.

Un amic meu va saber que a l’estiu hi hauria una plaga de mosquit-tigre... i va encarregar als xinesos milers de braçalets de citronella, que els foragita. Es va forrar!

Actitud eixerida.

L’altre dia vaig arribar de matinada a un hotel d’Andorra i necessitava wi-fi. Vaig provar de connectar-me: no funcionava. Només hi havia un bidell jove de guàrdia. Li vaig preguntar, em va donar indicacions, vaig fracassar. Em vaig desesperar, era ur-

gent connectar-me...! L’hi vaig dir al bidell...

I es va desentendre...

Va pujar a l’habitació, va seure davant l’ordinador durant vint minuts...

Bravo!

I em va connectar! No tenia cap obligació, podia haver-me deixat tirat. Però l’actitud bona que té el portarà a l’èxit. D’entrada, jo vaig parlant bé d’aquest hotel.

Digui aquí quin és, sisplau.

L’Husa Cèntric, a l’avinguda Meritxell.

Cinc cèntims més sobre l’actitud?

Sí: pots tonificar-la, muscular-la!

Com?

Abans d’adormir-te, al llit, recrea mentalment alguna acció del dia, el que sigui...

He trepitjat una caca de gos.

Bé, repassa actituds possibles davant això: “mala sort”, “bona sort”, “arribaré tard”, “qui l’ha posat?”, “mataré l’amo del gos”...

I què guanyo amb això?

Exercites el teu cervell en modular actituds diverses: fes-ho 21 dies consecutius i sabràs adoptar automàticament l’actitud idònia.

M’ha parlat d’una tercera A: acció.

Hi ha una frase que no suport: “Ja veurem què passa...”. Què dius? Fes que passi! Si no actues, per què t’ha de passar cap cosa bona? Si fas coses, passen coses!

Actitud i acció.

Com més bona actitud, més èxit..., si actues.

Trobar feina, per exemple?

La millor manera de tenir el que vols... és fabricar-t’ho. Jo estava amargat... i m’he fabricat el meu mètode formador d’actituds.

Quina actitud és la pitjor?

La d’inventar excuses: en això som boníssims! Qui vol fer alguna cosa, troba la manera; qui no vol, troba l’excusa. Jo aconseguixo que els meus alumnes s’avergonyeixin de recórrer a una excusa.

Ha tingut algun referent, models?

Dos caps meus. Un és Jim Horth: ens penalitzava si ens quedàvem a l’oficina més tard de les set del vespre. L’altre, Josep Amores, es va marcar un objectiu a deu anys: produir una pel·lícula. I ho va fer!

Van aplicar les tres A?

I van saber focalitzar: van encaixar el que saben, el que els agrada i les oportunitats de mercat. Si t’il·lusiona el que fas, rendiràs! A les empreses hi ha molt zombi.

I vostè els desperta?

Sí, si apliquen el meu mètode: el DAFO (identificar debilitats, amenaces, fortaleces, oportunitats) personal. Dedicat a conrear les teves fortaleces!

Un últim exemple?

Messi: és un nan coix. Baixet i amb una cama dolenta... I què fa? Reforça la seva fortaleça: la capacitat de driblar gràcies a la seva baixa estatura, i el dispar amb la seva cama esquerra, la bona. No dilapida temps entrenant joc aeri o amb la dreta... Tu detecta en què pots ser el millor... i fes-ho!

VÍCTOR-M. AMELA



Promoció vàlida a les Comunitats de Catalunya, Balears, Extremadura, Madrid i a les províncies d’Àvila, Ciudad Real, Cuenca, Guadalajara, Palència, Salamanca, Segòvia, Toledo, Valladolid, Zamora i a Andorra.

MUNDO DEPORTIVO T’OFEREIX EN EXCLUSIVA LES
TOVALLOLES DE BANY DEL BARÇA
ARA, EL TEU BANY SERÀ BLAUGRANA

3 TOVALLOLES
PER NOMÉS
9’95€

CARTILLA
DISSABTE
I DIUMENGE
1/2
DE MARÇ

2 TOVALLOLES MITJANES
(45 x 85 cm)

+ 1 TOVALLOLA GRAN
(70 x 130 cm)



PRODUCTE OFICIAL
FCBARCELONA

GRAN QUALITAT I GROSSOR:
COTÓ 100% DE 400 gr/m²

ESCUT I FCBARCELONA BROTATS

**MUNDO
DEPORTIVO**

mundodeportivo.com