

Come migliorarsi e raggiungere i propri obiettivi

Dario Silvestri è un imprenditore di successo e uno dei player più conosciuti nel mondo della global education.

Lavora con atleti e top player e mette a disposizione tutta la sua competenza e professionalità per offrire una vera trasformazione e una mentalità vincente

“Dovete capire che c'è qualcosa di eccezionale in voi, che vi piaccia o meno, e io sono qui per questo”.

Dario Silvestri è riconosciuto a livello internazionale come uno dei maggiori esperti nell'ambito del miglioramento della performance. È coach e ha creato un gruppo di aziende di rilievo sviluppando importanti collaborazioni e costruendo modelli innovativi, che gli consentono, con efficacia, di ottenere risultati in grande crescita da oltre 15 anni. Grazie alle sue capacità e carisma aiuta le persone a migliorare la propria vita e a raggiungere i propri obiettivi. Lavorano con lui atleti e top player ai massimi livelli come Giorgio Chiellini, ma anche grandi imprenditori e brand internazionali a cui ha fornito un supporto efficace per il raggiungimento dei risultati e il miglioramento della performance. Nel suo lavoro parte da un presupposto che sembra scontato ma non lo è affatto, anzi: “Lo dovete a voi stessi”. Spesso viviamo la nostra vita con il pilota automatico, facciamo tante cose e seguiamo uno schema che è costituito da limiti, paure, credenze e insegnamenti sia positivi sia negativi. Tutto questo è tenuto insieme da una 'super colla' che sono le abitudini. Il sintomo più evidente della necessità di cambiare è quando percepiamo di star facendo qualcosa che non ci rappresenta. Ma invece di sentire il malessere nel nostro percorso quotidiano, continuiamo a

ignorare i campanelli d'allarme perché l'abitudine è più facile da seguire. Da qui la necessità di cambiare mentalità e affrontare diversamente la vita. Per questo Silvestri, che oltre ad essere un imprenditore di successo è uno dei player che porteranno maggiore innovazione nel mondo della global education, mette a disposizione tutta la sua competenza e professionalità per offrire un cambiamento vero, capace praticamente di rivoluzionare l'approccio alle scelte che ogni giorno si devono compiere per arrivare ad avere una mentalità vincente.

“Se ogni giorno vi vedete uguali è un problema da affrontare. Anche perché nella vita ogni giorno non sarete uguali, il tempo passa e le cose cambiano. Se voi non cambiate non andrete da nessuna parte”, spiega. Il performance coach ed esperto del cambiamento elabora modelli innovativi ed efficaci, capaci di far incontrare la realtà accademica con quelle che sono le pragmatiche richieste e opportunità del mercato: un approccio da vero game-changer capace di utilizzare nuovi paradigmi in un mondo in cui la trasformazione digitale sta passando dall'essere una visione futuribile e

futuristica ad attualità tangibile e foriera di grandi risultati. Tra le sue imprese di successo, si distingue la formazione in ambito accademico internazionale in cui investe molte risorse. Per Silvestri la molla che fa scattare il cambiamento è la decisione di rompere con un presente che non rappresenta quello che siamo e che vogliamo. Una delle fasi più complesse è proprio capire cosa vogliamo e poi dove si sta andando. Due degli elementi che più ci ostacolano sono il tempo e le scuse. Spesso le scuse sono legate proprio alla mancanza di tempo e diventano un corollario delle nostre abitudini in cui noi finiamo per decidere cose che però non ci appartengono e che sono diventate catene di cui ci dovremmo liberare. Per cambiare bisogna accettare che è necessario fermarsi a riflettere. Uno degli strumenti più importanti per ottenere ciò che meritiamo è la mente, che può seguire in modo perfetto il programma sbagliato, come un computer. Quindi dobbiamo correggere il programma. Un altro argomento essenziale è la decisione: dobbiamo capire cosa vogliamo cambiare e solo dopo possiamo iniziare a farlo. Il blocco principale, invece, è la realtà esterna.



“Se ogni giorno vi vedete uguali è un problema da affrontare. Anche perché nella vita ogni giorno non sarete uguali, il tempo passa e le cose cambiano. Se voi non cambiate non andrete da nessuna parte”

Seguiamo i condizionamenti sociali, una ruota che porta distante da noi stessi e dalla nostra felicità. Dalla voglia di offrire strumenti pratici e concreti per realizzare questo cambiamento nasce un libro Best seller, *Il Potere del Cambiamento – Prepara la tua Mente per il Successo*, edito da Hoepli, che ha scalato tutte le classifiche e si è imposto anche come uno dei testi più venduti su Amazon. È un saggio che spiega alle persone come sviluppare il proprio potenziale e superare le difficoltà, per poter raggiungere il successo che meritano. Giorgio Chiellini, capitano della Juventus e della Nazionale Italiana, ha firmato la prefazione del libro. “Sono cambiato giorno dopo giorno con un unico grande obiettivo: migliorare costantemente me stesso”, sono le parole del difensore che racchiudono una grossa parte del segreto del suo successo. Si tratta di un manuale per affrontare e capire il cambiamento necessario nella nostra

vita, sia personale sia professionale, e si divide in sette passi. Un libro che serve a supportare il percorso che ogni persona si trova ad affrontare nella propria vita, relativo al cambiamento sia attivo sia passivo. “Tante volte dobbiamo cambiare qualche elemento per raggiungere obiettivi e successo, altre volte, invece, dobbiamo gestire gli impulsi che vengono da fuori e che spesso non siamo pronti ad affrontare”, commenta Silvestri. L'imprenditore, inoltre, partecipa a numerosi eventi in qualità di speaker e ha partecipato come ospite a diverse trasmissioni televisive andate in onda su emittenti nazionali come Tg3, Rai Sport e Rai 3 ed è apparso sui principali quotidiani come, tra gli altri, Corriere della Sera e La Stampa. Un aspetto importantissimo della sua esperienza professionale è l'attività di formatore con corsi in aula seguiti da migliaia di persone. “Se sei una persona ambiziosa, che vuole cambiare la propria vita o che ha delle ferite

che vuole rimarginare sicuramente gli insegnamenti di Dario fanno per te”, è uno dei feedback che il mental coach raccoglie più spesso dalle persone che hanno partecipato ai suoi eventi. Infine, condivide contenuti di valore attraverso i canali social e il sito dariosilvestri.com. Tra questi sicuramente c'è il podcast *Il Potere del Cambiamento*, che è possibile ascoltare su Spotify e iTunes che, crescendo di giorno in giorno, si classifica tra i più ascoltati in Italia. Ma anche un canale Youtube dove è possibile fruire di video motivazionali che accrescono la propria consapevolezza e spingono a riprendere in mano la propria vita. Un racconto dettagliato di come ripartire mettendo al centro la soddisfazione e la vittoria in un momento in cui tutto sembra schiacciato dalla cupezza di mesi difficili e dalle incertezze dei tempi che verranno. “Noi, con la nostra forza e con la nostra unicità potremo fare la differenza”.