

s i m p l i c i t y b u s i n e s s

"IL POTERE DELLE DOMANDE È LA BASE PER TUTTO IL PROGRESSO UMANO"
INDIRA GANDHI

Gli anni di attività come coach e formatrice mi hanno insegnato l'incredibile importanza delle domande che ogni giorno ci poniamo e come queste, in modo a volte impercettibile, influenzino le nostre vite.

Se non ci prendiamo un po' di tempo per noi, per chiederci cose come "cosa voglio?", "cosa non va?" o "come sto?" e non ci diamo poi il tempo per rispondere, come possiamo trovare nuovi modi per migliorare la nostra vita professionale e le nostre relazioni?

Ho raccolto per te alcune delle domande che negli oltre 10 anni di attività ho usato e tuttora uso coi miei clienti e che sono quelle che più di altre hanno portato al successo le persone con cui ho lavorato!

Considera queste domande spunti per iniziare il tuo viaggio di miglioramento professionale.

Tieni sempre con te un quaderno...un diario, nel quale scrivere le tue risposte e non solo, puoi prendere nota dei tuoi pensieri, dei tuoi stati d'animo, dei tuoi sogni e delle eventuali intuizioni profonde. Potresti fare lo stesso semplicemente seguendo i tuoi pensieri, senza utilizzare carta e penna, ma finiresti per perderti nei meandri dell'intelletto. Scrivere i nostri pensieri ci aiuta a semplificare, ad alleggerire la mente e a prendere una certa distanza dalle nostre preoccupazioni. Questo, a sua volta, ti porterà a osservare tutto da una prospettiva diversa.

È arrivato il momento di iniziare. Buon lavoro!

CHI SEI OGGI ?

La vita è composta di momenti e quel che fa la differenza tra una persona realizzata e una persona che non riesce ad esprimere i propri talenti e le proprie qualità sta in come quei momenti vengono vissuti.

Ora ti invito a rispondere per scritto a ciascuna delle seguenti domande.

Questo è l'inizio del percorso.

Ogni grande progetto inizia da un attento bilancio della persona che si è e di ciò che si è fatto fino a oggi.

Solo con un chiaro punto di partenza si può passare all'effettiva pianificazione di un futuro sempre più radioso.

1. Quale è stato il tuo più importante risultato fino a oggi?
2. Perché è stato il più importante?
3. Qual è stata la decisione migliore che hai preso?
4. Quale parola useresti per descrivere la tua vita professionale fino a oggi?
5. Qual è stata l'esperienza che ti ha insegnato di più?
6. Cosa ti ha fatto capire di te?
7. E degli altri?
8. Qual è stata l'azione più altruista che hai fatto nella tua vita professionale e che hai svolto con più amore?
9. Quali cose realizzate fino a oggi ti rendono maggiormente felice?
10. Quali sono state le 3 persone che hanno avuto l'impatto maggiore su di te?
11. In che modo lo hanno avuto?
12. Qual è stato il rischio più grande che hai corso negli ultimi anni?
13. Che cosa hai imparato da questo?

CHI SEI OGGI ?

14. Cosa avresti voluto sentirti dire in ambito professionale ma nessuno ti ha mai detto?
15. Perché avresti voluto sentirtelo dire?
16. Quale complimento avresti voluto fare in ambito professionale e a chi lo avresti fatto?
17. Perché non l'hai fatto?
18. Hai questioni lavorative in sospeso?
19. Che impatto hanno sulla tua vita?
20. Perché non le chiudi?
21. Vorresti dire qualcosa a qualcuno ma non l'hai mai fatto?
22. Che impatto hanno sulla tua vita?
23. Perché non glielo dici?

CHI VUOI ESSERE DOMANI?

Adesso è il momento di iniziare con la fase di creazione della tua nuova vita professionale. Fa che sia eccezionale, sii coraggioso, esprimi ciò che desideri realmente, sii sempre sincero con te stesso. Se ti attieni scrupolosamente a queste premesse creerai le condizioni ideali per rendere la tua vita meravigliosa e ricca di successi.

In Giappone si usa un termine difficilmente traducibile in italiano: KAIZEN e significa “COSTANTE E CONTINUO MIGLIORAMENTO”. Questo è quello che ho in mente durante ogni mia sessione di Life e Business Coaching e il mio sogno è che anche tu, nel progettare il tuo futuro, assuma lo stesso impegno nel migliorare continuamente e costantemente.

Ti invito a rispondere a queste nuove domande proprio con questo spirito.

1. Qual'è il tuo obiettivo più grande, quello che ti darebbe più soddisfazione?
2. Come hai in programma di raggiungerlo?
3. Quale consiglio ti daresti per iniziare al meglio?
4. Quale attività richiederebbe davvero molto impegno, ma è quella che più ti avvicinerrebbe alla tua meta finale?
5. Cosa pensi di fare per migliorare i tuoi risultati economici?
6. Cosa ti renderebbe davvero molto felice realizzare?
7. Cosa intendi fare affinché questo diventi reale?
8. Quale importante atto di generosità vuoi fare nei prossimi mesi?
9. Cosa vuoi cambiare o migliorare te stesso? Come hai pensato di farlo?
10. Cosa vuoi imparare di nuovo nei prossimi 6 mesi?

CHI VUOI ESSERE DOMANI?

11. Quale pensi che sarà il tuo più grande rischio da qui a un anno? Come ti stai preparando a questa eventualità?
12. Dal punto di vista lavorativo cosa hai deciso di cambiare o migliorare?
13. Quale tuo talento nascosto vuoi sviluppare nei prossimi 6 mesi?
13. Nella tua vita qual è la fonte di maggiore gioia e felicità?
14. Come farai ad averne di più?
15. Chi o che cosa, oltre a te stesso, sei maggiormente propenso ad amare e ad aiutare da qui a un anno?
16. Quale parola sarà il tema centrale dei tuoi prossimi 6 mesi?

Fantastico!! Ottimo Lavoro!

Hai gettato le migliori basi per coltivare e far germogliare i semi del tuo successo professionale, ti faccio i miei più sinceri complimenti!

Adesso che hai risposto a queste domande sarai più focalizzato e concentrato nella direzione che ti permetterà di creare e vivere una vita professionale ricca di soddisfazioni.

Dipende solamente da te, questo è il momento di passare all'azione!

Richiedi una sessione discovery gratuita "Simplicity Business", ti aiuterà a:

- # Scoprire cosa vuoi davvero "fare da grande"
- # Capire che cosa vuoi esattamente ottenere dal tuo business
- # Identificare gli ostacoli da superare per ottenerlo
- # Fare chiarezza sui tuoi prossimi passi verso il successo

Richiedi la sessione gratuita "Simplicity Business"!

Chiamami al 393.3338919 o scrivimi una e-mail all'indirizzo es@elisascagnetti.com

A tra poco!

La tua coach

Elisa