

**COSTRUIAMO IL NOSTRO  
FUTURO**

**INSIEME**

**WORKSHOP  
NOVARA, 27/28 NOVEMBRE '21**

*Simone Beso*

**BUSINESS & SPORT COACH**

**COSTRUIAMO IL NOSTRO  
FUTURO**

# INSIEME



Più il contesto diventa complesso, più avremmo bisogno di fermarci a riflettere e comprendere in che direzione andare. Tuttavia accade spesso l'opposto: non riusciamo a fermarci, corriamo, disperdiamo energie, non ci chiediamo se stiamo seguendo davvero la strada migliore.

Il workshop è innanzitutto l'occasione per fermarsi e riflettere con gli stimoli giusti, con gli strumenti che possono aiutare e con persone che come noi, sono impegnate nello stesso percorso.

In attesa di conoscerci personalmente e dedicarci del tempo prezioso, ti invio un bel esercizio utile e propedeutico al corso.

# COSA CREDI? COSA CREDONO?

## 10 DOMANDE PER CONOSCERSI

Prendi carta, matita e gomma per cancellare.

Non preoccuparti della forma ma bada al contenuto, prenditi una mezz'ora o anche più se puoi. Anche in momenti diversi. L'importante è che tu rifletta e scriva serenamente senza disturbi esterni.

Ascolta della musica che ti piace.  
Vai in un posto dove sei tranquilla o tranquillo.  
Scrivi, cancella, riscrivi, ricancella.

Sii sincera. Sii sincero.

Ci vediamo presto, Simone.





# 10

## DOMANDE PER CONOSCERSI

- 1) Quali credenze hai che potrebbero trattenerti?
- 2) Pensa alle persone con cui lavori bene... Con chi ti piace lavorare?
- 3) Ti trovi più a tuo agio lavorando in gruppo, oppure da solo? Quale impostazione di lavoro ti rende più produttivo/a?
- 4) Quali sono le tue passioni? Cosa ti rende veramente felice nella vita? Identifica le tue passioni.
- 5) Qual è il tuo hobby? Se potessi non lavorare cosa faresti?
- 6) Quali sono i tuoi talenti. In cosa sei bravo? Se avessi chiesto a cinque amici, cosa identificherebbero come le tue doti più importanti?
- 7) Ci sono delle persone che ammiri? Cosa ti ispira e ti motiva?
- 8) Quali sono le tue debolezze?
- 9) Per cosa sei grato?
- 10) Per cosa sei felice oggi?

"Quando pensiamo,  
pensiamo a ciò che è  
possibile.

**La capacità di  
pensare** a ciò che è  
possibile è un dono  
**prezioso:**  
vuol dire che  
sappiamo **guardare  
al di là del nostro  
naso"**

*[Johnson Laird]*

