Valuta. Analizza. Agisci.

Prenditi tutto il tempo che ti serve e rispondi con onestà.

1. VALUTAZIONE SINTETICA

Dai un voto da 1 a 10 a ciascuna delle seguenti aree (1= molto insoddisfatto, 10= pienamente soddisfatto).

Carriera/lavoro ___

Denaro/finanze ___

Salute/forma fisica ___

Relazioni (famiglia, amici, partner, colleghi) ___

Interessi/passioni ___

Spiritualità/valori/senso ___

2. PROBLEMA, RISCHI, OPPORTUNITÀ

Scegli l'area in cui hai ottenuto il punteggio più basso o su cui vuoi concentrarti.
Qual è il problema? Come influisce sulla tua vita a livello pratico, emotivo, economico, ecc.?

Se non risolvi questo problema, come pensi che sarà la tua vita tra 6 mesi, 1 anno, 3 anni, 30 anni? Rispondi in modo dettagliato.

Che cosa hai fatto finora? Cosa ha funzionato e cosa no?

Se non hai fatto nulla o non hai fatto abbastanza: perché? Quali benefici hai ottenuto dal tuo comportamento? (Es.: "Non ho dovuto espormi al rischio di un fallimento").

Quali benefici otterresti giocando davvero tutte le tue carte? Come cambierebbe la tua vita?

Lavorando su quest'area, su quali altre aree ci sarebbero delle ripercussioni positive? Perché?

3. PROSSIMI PASSI

Quale potrebbe essere il tuo prossimo passo per migliorare quest’area della tua vita? Cosa potresti tentare? Cos'altro? Cosa potresti smettere di fare?

Se decidessi di lavorare con me, cosa ti sarebbe particolarmente utile?

☐ Prospettiva imparziale: ottenere feedback e osservazioni da un punto di vista esterno.
☐ Chiarezza degli obiettivi: un aiuto nel definire meglio cosa vuoi.
☐ Pianificazione personalizzata: sviluppare un piano d'azione concreto e adatto a te.
☐ Responsabilità: avere qualcuno che ti aiuti a rimanere focalizzato e a rispettare gli impegni presi.
☐ Sblocco di credenze limitanti: identificare schemi mentali o paure che ti bloccano o rallentano.
☐ Accelerazione dei risultati: risparmiare tempo evitando errori comuni e agendo in modo mirato.
☐ Supporto emotivo: sentirti sostenuto durante il percorso di cambiamento.
☐ Espansione delle possibilità: vedere nuove soluzioni o opportunità che non avevi considerato.
☐ Altro: _____

Quali sono, invece, i dubbi o i timori che potresti avere riguardo al lavorare con me?

Identifica almeno tre motivi per cui potrebbero essere infondati.

Sei pronto a parlarne con me? Se sì, scrivimi un’email a daniel@danielpanizza.com.