

# Punti rossi

Ciò che mi manca, che temo, che penso di non riuscire a fare, una visione ansiogena del futuro, le mie debolezze, i miei insuccessi ...

Un punto rosso può essere un ottimo inizio per raggiungere un punto verde, a patto di esaminarlo con attenzione ma senza indugiare troppo



# Punti verdi

Sono le mie risorse, ciò che posso attivare, sono  
là davanti a me, dentro di me, intorno a me : le  
mie forze, i successi ottenuti, ciò che è a mia  
disposizione, una visione positiva e realistica del  
futuro ...



# Insuccessi

Sto vivendo un insuccesso, mi sento bloccato,  
non sono stato all'altezza, bisogna che capisca  
come evitare che si ripeta ...



# Insuccessi

Questo insuccesso è per me un'occasione per capire ciò che voglio davvero, quali sono i miei talenti, i miei valori e come possono essermi di aiuto la prossima volta...



# Tentativi falliti

Ci ho provato ma non ha funzionato ...



# Tentativi riusciti

Quando è stata l'ultima volta che mi sono impegnato a fare qualcosa e che ho avuto successo, o che ha fatto la differenza ? Per quale motivo?



# Problema

Analizzerò il problema per comprenderlo in dettaglio, credo che così saprò come risolverlo.  
Voglio cercare le cause principali !



# Opportunità

In definitiva, quale opportunità straordinaria mi offre questo problema ?





# Impossibile

Lo so già, è impossibile cominciare qualsiasi cosa.  
Sono già stati fatti numerosi tentativi e qui non è  
possibile !



# Si può fare

Cosa si può fare, iniziare in questa situazione ? Se  
ci fosse una cosa semplice da cui cominciare,  
quale sarebbe, tenendo conto dei vincoli che ho !



# Cosa manca

Mi mancano risorse, budget, tempo, persone,  
idee, successi, competenze....



# Cosa è disponibile

Cosa ho a disposizione : risorse, budget,  
competenze, mie e di chi mi circonda ?



# Minaccia

Devo tener conto di tutte le minacce per  
proteggermi



# Opportunità

Qual è l'opportunità straordinaria che questa minaccia rappresenta per me ?



# Frustrazione

Bisogna che pensi a come uscire da questa frustrazione. Voglio esaminarla fino in fondo, pensarci su per uscirne ...



# Aspirazione

Questa frustrazione è un'ottima occasione per chiedermi qual è davvero l'ambizione che mi ispira e che si cela dietro la frustrazione, l'irritazione





# Problema

È necessario analizzare il problema in profondità  
per comprenderlo ed eliminarlo



# Devianza positiva

In quali situazioni il problema si manifesta meno facilmente, con meno frequenza o minore importanza? Qual è il contesto che riduce l'impatto del problema ?



# Pessimismo

Mi sto concentrando sulle ragioni per cui non ce la faremo ... ciò che manca, cosa penso di non poter fare, quali sono i limiti o quelli che penso siano i limiti ...



# Ottimismo

Quali sono i motivi che spiegano che ce la faremo? Cosa ti dà motivo di sperare?



# Debolezze

Non sono abbastanza innovativo, realistico,  
strutturato, paziente, empatico, veloce,  
organizzato, creativo ecc ...



# Talenti/Forze

Quali sono i miei talenti/i miei punti di forza che possono fare davvero la differenza e rendere innocue le mie debolezze ?



p+  
positive  
transformation  
WHAT YOU FOCUS ON GROWS

# Una visione ansiosa del futuro

Prevedo un avvenire difficile, vedo gli ostacoli, i  
miei limiti e la mancanza di risorse disponibili.  
Non ce la faremo ...



positive  
transformation  
WHAT YOU FOCUS ON GROWS

# Una visione ispiratrice del futuro

Una visione ispiratrice del futuro intensamente  
desiderato e radicato nel meglio del presente e in  
ciò che di meglio si può immaginare del futuro

