

Unica o non
unica, questo è
il problema!

"Credo che ciascuna di noi abbia la sua definizione di successo ed è quella la direzione da seguire, perché solo il rispetto di ciò che siamo veramente può condurci alla realizzazione"

Ciao, sono Valeria Farina e posso essere una complice del tuo successo!

Da me non riceverai formule e ricette precostituite per costruire la tua professione, ma sarò al tuo fianco per sostenerti nel cammino.



*Ho preparato questo format
per guidarti in qualche
servizio alla ricerca della
tua unicità.*

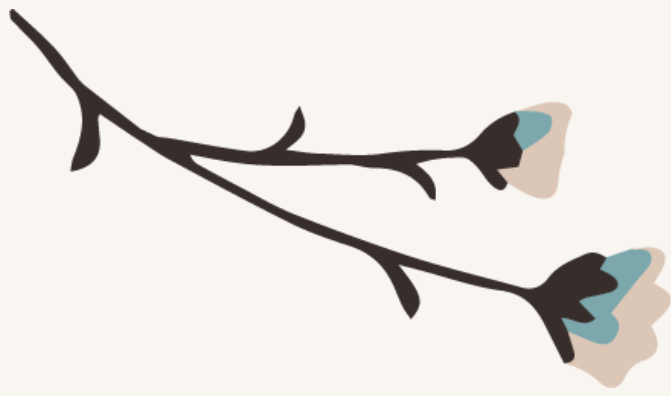
*Perché sono convinta che
lavorare con il bello aiuti
la creatività e l'umore.*

*Puoi stampare queste
pagine o semplicemente
tenerle davanti a te come
accompagnamento mentre
scrivi su un tuo quaderno.*

Buone riflessioni!

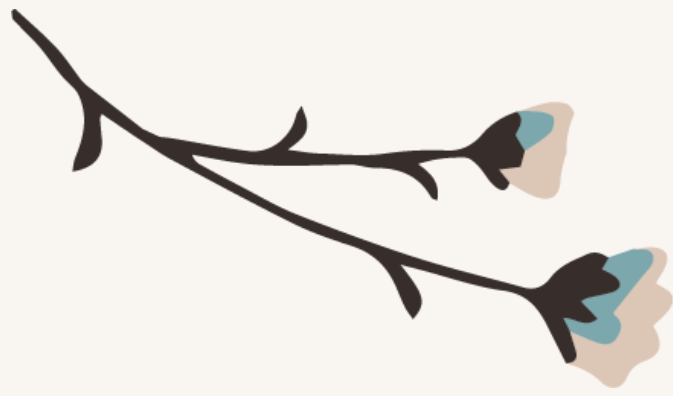
Valeria





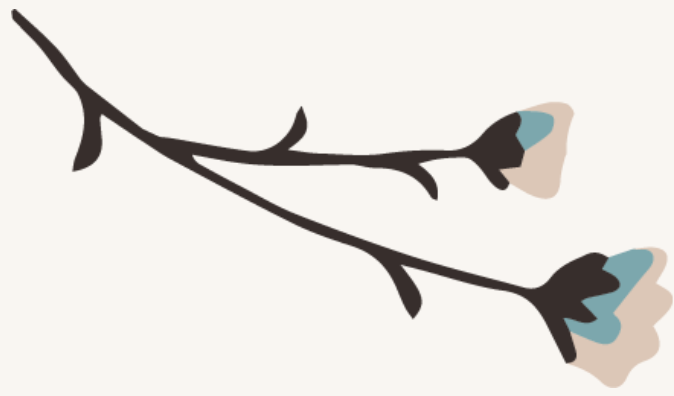
Se ripercorri
le fasi della
tua vita, quali
sono le cose
che amavi
fare, quelle
che ti
rendevano
viva?





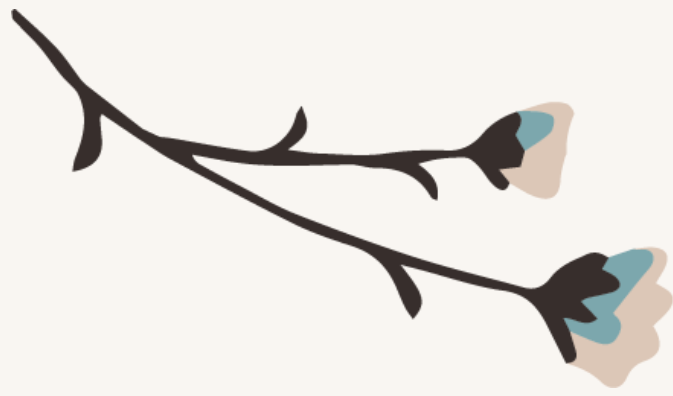
Inizia dalla te
bambina,
come
trascorrevi il
tuo tempo?
Cosa amavi
fare?





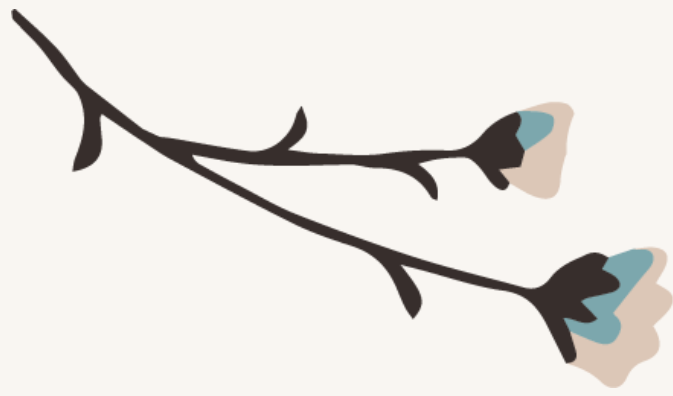
E pensando a
te da ragazza
quali erano le
attività che
preferivi?
Appena potevi
non vedevi
l'ora di...





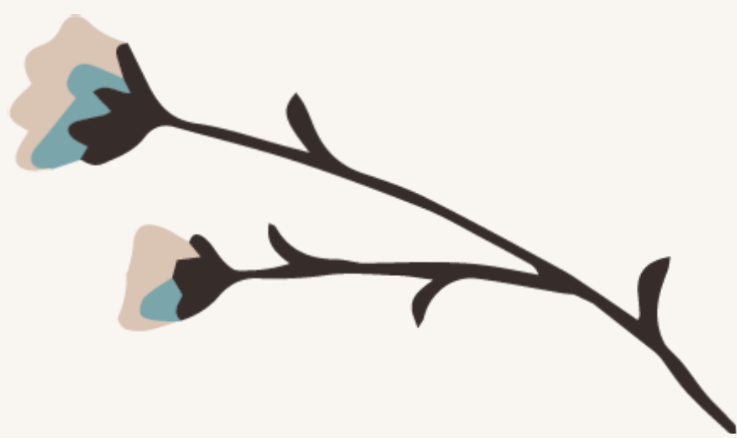
Veniamo alla
te donna.
Quali cose
riempiono la
tua vita di
energia?
Facendo cosa
ti ricarichi?

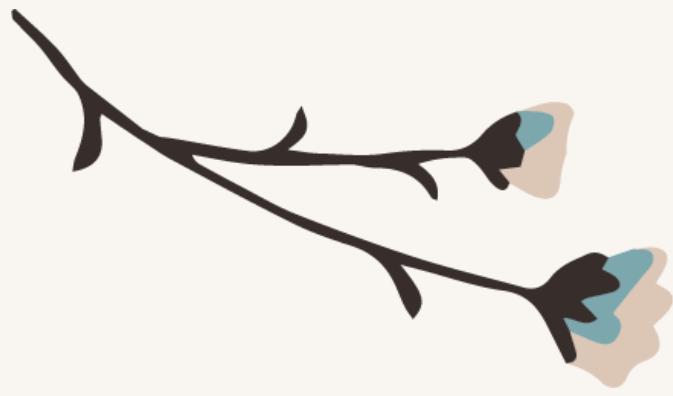




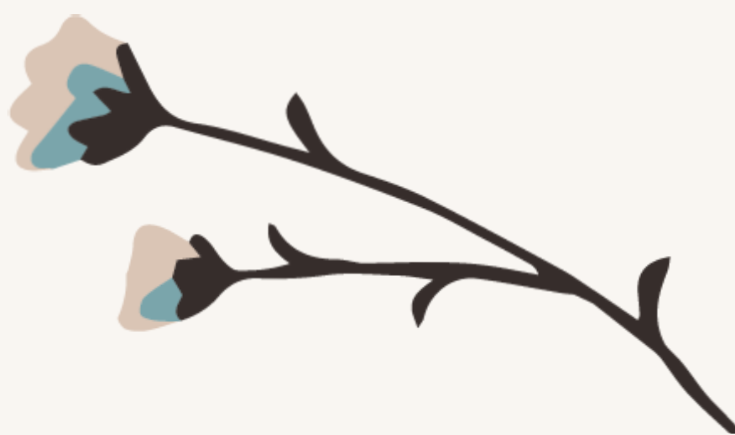
Ora
concentriamoci
su ciò che hai
imparato negli
anni.

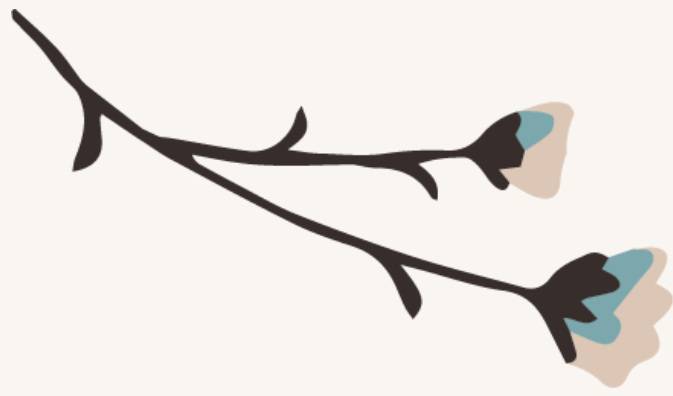
In questo caso
non
soffermarti
sull'aspetto
temporale.



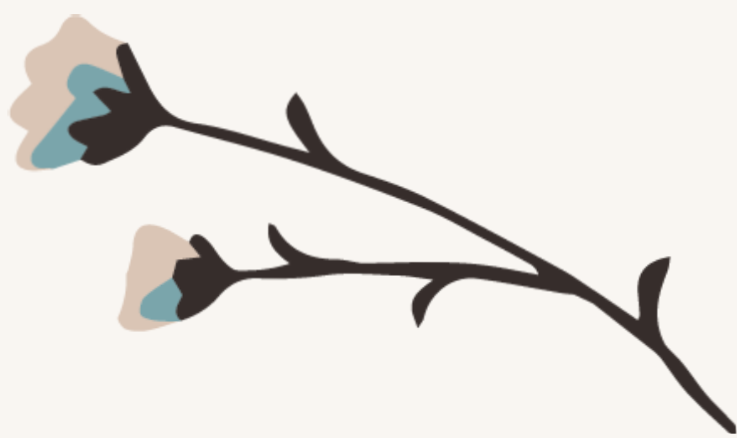


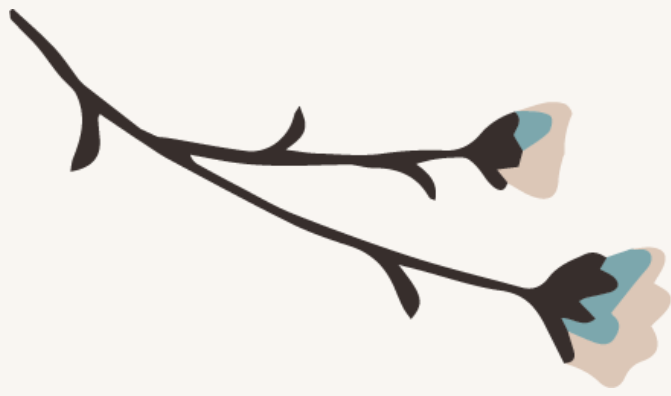
Inizia
semplicemente
ad elencare
quello che sai
fare, tutto
anche ciò che
non ti sembra
rilevante.



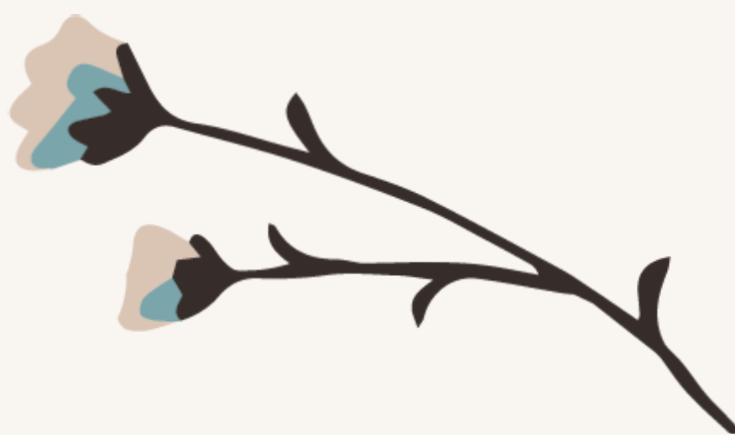


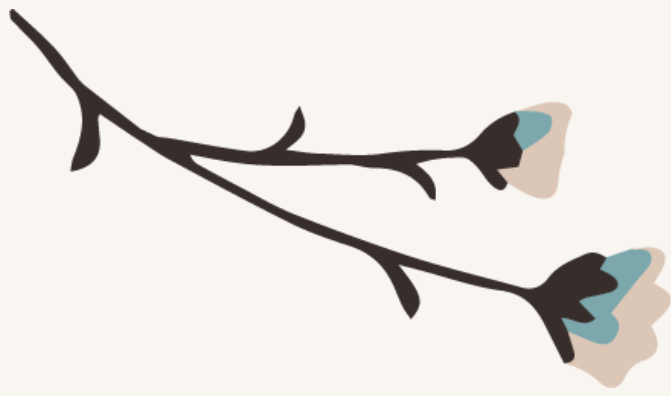
Ora scegli tre
o sei persone.
La prima, o le
prime due che
ti conoscono
da quando sei
bambina.





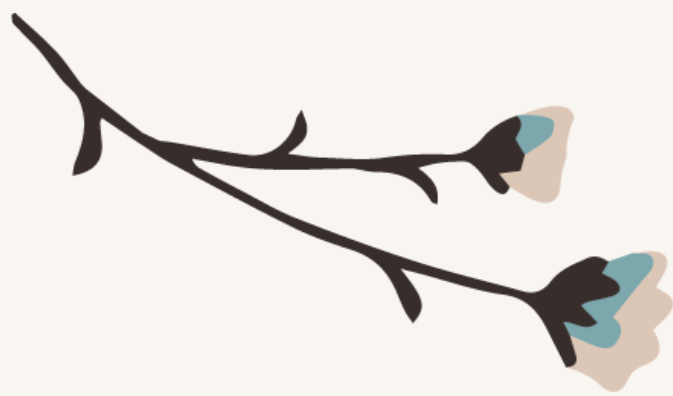
La seconda, o
le seconde due
che ti
conoscono dai
20 anni circa
in poi.





La terza o le
ultime due che
ti conoscono
solo
recentemente.

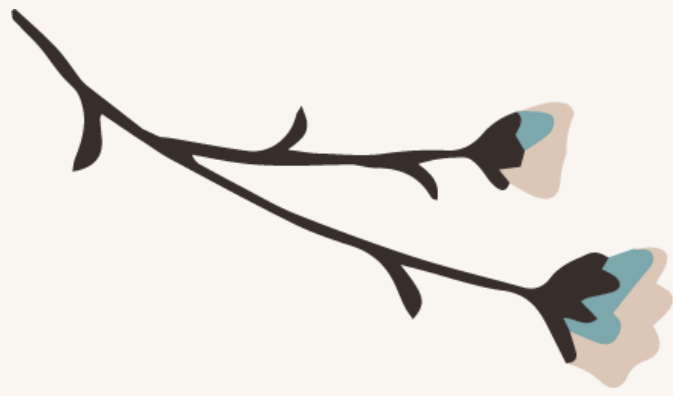




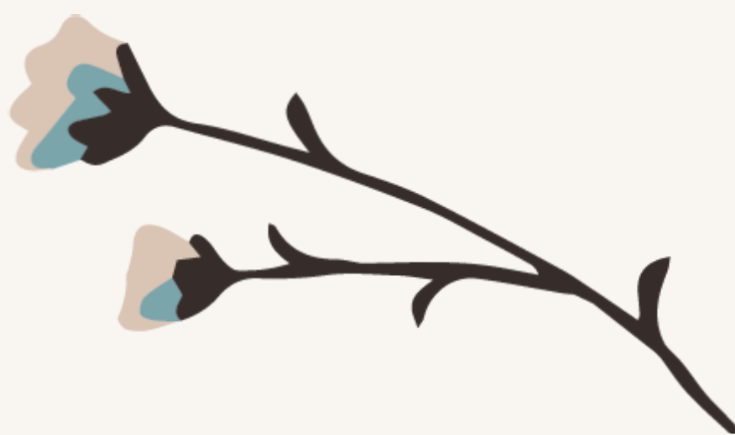
Chiedi a loro
di raccontarti
come ti
vedono.

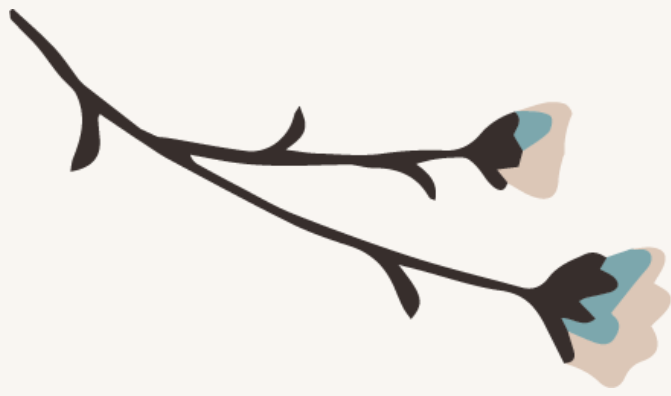
Chi sei, cosa
ami fare e cosa
trasmetti loro.





Ora osserva
tutto quello
che hai scritto.
Trovi dei punti
comuni?
Trovi cose che
non ti
aspettavi?





Che
conclusioni
puoi trarre
rispetto al tuo
essere unica?



*Spero che questo esercizio
ti abbia fornito spunti
interessanti.*

*Se ti va di condividere le
tue riflessioni con me ti
invito a scrivermi alla mail
info@lespeziegentili.com.*

*Sarà un piacere
confrontarmi con te!*

Valeria

