



Il Dialogo



Immagina, come se fosse una persona reale, il tuo sabotatore.

Focalizza la tua attenzione a quella sensazione che provi quando ti senti limitato, insoddisfatto, trattenuto. Quando insomma vorresti essere altrove ma non ci puoi andare.

Quando senti quella vocina che ti riporta ai tuoi doveri e invece tu vorresti navigare da solo su un mare libero.

Ripensa a quelle sensazioni in cui volevi portare novità nella tua vita ma poi hai lasciato perdere.

Immagina che in queste situazioni hai dato retta al tuo «sabotatore».

La sfida è:

Prova a disegnarlo.



I Passi:

- Prendi un foglio bianco
 - Usa il materiale da disegno che più ti piace
 - Disegna il tuo sabotatore
-
- Non è necessario che abbia sembianze umane né che il disegno sia comprensibile. Deve comunicare qualcosa a te



I miei riferimenti



Stefano.pistorio@gmail.com



+393479315877

powered by



<https://www.linkedin.com/in/stefanopistorio/>



Il mio blog: www.agilethinking.it



Mi trovi anche sulla piattaforma:
<https://www.unbravocoach.it/>