

## IL MIO 2018



*“La follia sta nel fare sempre la stessa cosa aspettandosi risultati diversi.” —Albert Einstein*

Amo ogni opportunità di trovarmi nello spazio liminale, quello che sta nel mezzo. La soglia fra il dentro e il fuori. L'attimo fra la fine e un nuovo inizio.

Gli ultimi giorni di ogni anno mi offrono un'opportunità unica per rallentare e vivere un momento liminale. In questi giorni il 2018 arriva alla sua fine e il 2019 é in attesa di iniziare. Se hai un account Facebook hai sicuramente ricevuto il tuo video del 2018. Siti, TV e giornali sono inondati dalla lista delle cose migliori e peggiori avvenute negli ultimi 12 mesi. E scommetto che anche tu senti un po' la pressione di definire i tuoi obiettivi per il prossimo anno.

Ma come puoi analizzare l'anno che si sta chiudendo per ricavare alcune intuizioni significative per il prossimo?

Mi piacerebbe condividere con te il processo che ho creato per me stesso.

Prima di tutto, l'attitudine; ti sfido a guardare al 2018 come se tutto l'anno sia stato la preparazione per il prossimo. Tutto quello che hai fatto, tutto quello che è successo, tutte le tue esperienze erano lì per prepararti per l'anno migliore di sempre; il 2019.

E ora alcune domande. Prenditi un po' di tempo per te e con questa attitudine rispondi alle domande nelle pagine seguenti.

Le cinque cose più importanti che ho imparato quest'anno e che possono aiutarmi a crescere ancora in futuro:

1.

2.

3.

4.

5.

Tre rivelazioni su me stesso che ho scoperto e che mi hanno aiutato a diventare più di ciò che sono:

1.

2.

3.

Tre miei punti di forza, talenti o abilità unici che ho espresso nell'ultimo anno:

1.

2.

3.

Tre momenti in cui ho espresso con le mie azioni la mia visione e i miei valori:

1.

2.

3.

Tre circostanze in cui sento di aver espresso tutto il mio potenziale umano:

1.

2.

3.

La decisione migliore che ho preso nell'ultimo anno:

---

---

Il gesto più coraggioso che ho fatto l'anno appena trascorso:

---

---

Tre persone che voglio celebrare quest'anno (e per cosa):

1. 

---

---
2. 

---

---
3. 

---

---

Tre cose che sono pronto a lasciar andare nel 2019:

1. 

---

---
2. 

---

---
3. 

---

---

Tre cose che voglio continuare a fare nel 2019:

1.

2.

3.

Tre cose che voglio iniziare a fare nel 2019:

1.

2.

3.

Tre punti di forza, talenti o abilità unici che voglio sviluppare ulteriormente nel 2019:

1.

2.

3.

Tre cose che voglio celebrare tra 12 mesi:

1.

2.

3.

*“Imparare e non fare non è davvero imparare. Sapere e non fare non è davvero sapere.” — Stephen R. Covey,*

Spero che queste domande ti abbiano aiutato a trovare alcune intuizioni utili su te stesso e la tua vita che ti possono aiutare a definire la direzione che vuoi intraprendere nel 2019.

Ma, come ha scritto la psicologa Tasha Eurich nel suo ultimo libro, *"un'intuizione è inutile se non la usiamo"*.

Solo quando agiamo su ciò che apprendiamo, andiamo avanti e cresciamo. Se hai bisogno di supporto per progettare la tua strada e intraprendere azioni concrete per realizzare il tuo straordinario potenziale umano, scrivimi a [me@fabiosalvadori.com](mailto:me@fabiosalvadori.com) per organizzare una conversazione.