

# COME DEFINIRE IL TUO OBIETTIVO PROFESSIONALE PER IL 2020

Verso la versione migliore di te

KRISTINA  
GRANCARIC  
COACH

# I PASSI PER DEFINIRE UN OBIETTIVO MACRO

## PERCHÉ SONO COSÌ IMPORTANTI?

Abbiamo tutti un obiettivo in mente, qualcosa che vogliamo raggiungere che ci incentiva e allo stesso tempo ci spaventa.

I nostri obiettivi ci definiscono e creano il nostro sé lavorativo.

Quando ci prefissiamo degli obiettivi per l'anno nuovo maggior parte delle volte non li portiamo a termine.

Con questa presentazione vi spiego i passi da fare per determinare un obiettivo per l'anno nuovo raggiungibile e che davvero desiderate.

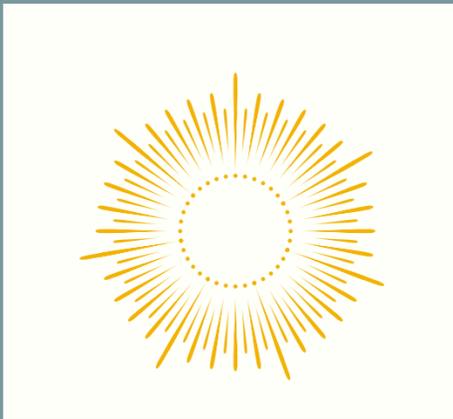


## IL MANTRA

Decidi un unico obiettivo emotivo  
per il 2020



# IL METODO



1

Visualizza come ti vorresti sentire sul lavoro, chiudi gli occhi e prova la sensazione



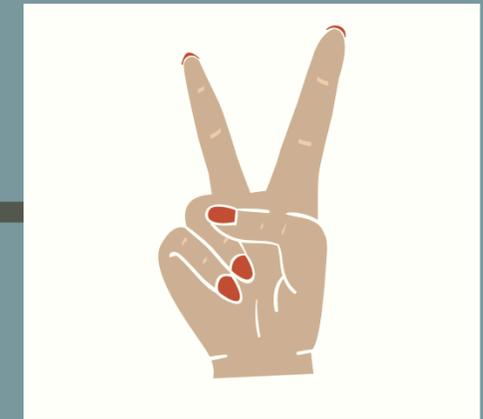
2

Definisci una frase ben precisa "io nel 2020 mi voglio sentire ...."



3

Rifletti se è qualcosa che vuoi davvero oppure se è dettata dalla cultura



4

Definisci quali abitudini dovrai implementare o cambiare per arrivarci

# Gli sbagli che facciamo piu spesso

## LOGICO E NON EMOTIVO

Se il mio obiettivo è solo logico non avro la spinta motivazionale giusta per arrivarci

## CONFONDERE ABITUDINI E OBIETTIVI

Un obiettivo è una vision a lungo termine formato da abitudini quotidiane

## CULTURALMENTE ACCETTATE

Avere il coraggio di desiderare qualcosa non accettata dalla nostra cultura è difficile ma possibile



Controlla il tuo  
obiettivo



# NON RIESCI A DEFINIRE IL TUO OBIETTIVO 2020?

FISSA LA TUA PRIMA SESSIONE DI COACHING



+39 - 3926238647

# CONTATTI

## MAIL

[me@kristinagrancaric.coach](mailto:me@kristinagrancaric.coach)

## TELEFONO

0039 3926238647

## SITO

[www.kristinagrancaric.coach](http://www.kristinagrancaric.coach)

