



Scopri il tuo Superpotere



Fulvia Silvestri
HEART & BIZ

Perché questo esercizio creativo?

Ognuno di noi, nella propria vita, ha realizzato dei successi. Ciò è reso possibile dal fatto che ciascuno, che lo sappia o no, ha un *Superpotere*, suo e di nessun altro.

Questo concetto, che sembra un po' magico, è in realtà molto empirico. È proprio ciò che sta alla base della capacità umana di far accadere le cose, di trasformare le idee in azioni e fatti concreti.

Ti svelo un segreto: ogni volta che hai realizzato un successo, che hai portato a casa un risultato o una soddisfazione, è perché hai attivato *quel* Superpotere.

Ora ti propongo di seguirmi in un breve percorso guidato. Prenditi un po' di tempo e rispondi alle 5 domande che ho preparato per farti scoprire la tua carta vincente.

Cominciamo!



• 1 •

Elenca alcuni dei successi più importanti della tua vita

Puoi risalire anche molto indietro nel tempo, a risultati che hai conseguito in qualsiasi campo, a soddisfazioni scolastiche, personali o professionali, piccole o grandi. Non sono le cose di cui ti vanti, ma quelle che, in cuor tuo, sai che sono state importanti per il tuo sviluppo e per la persona che sei.



• 2 •

Qual è stato l'elemento ricorrente che si è ripetuto in tutti questi casi?

Rileva e scrivi quale aspetto del tuo carattere, quale virtù o abilità personale è stata sempre presente in ognuno di questi successi.



Di cosa ti occupi oggi?

Spiega in cosa consiste il tuo lavoro. Cosa fai e per chi?



Come usi il tuo Superpotere?

Al punto 2 dovrete avere individuato il tuo Superpotere, ovvero: la cosa che sai fare meglio, che ti piace fare, che ti viene riconosciuta e genera i tuoi abituali successi.

Cosa ne fai? Confidatelo qui.



Quali sono le tue bucce di banana?

Cosa abitualmente ti scoraggia, ti manda in stallo, ti mette in difficoltà?
Pensaci e scrivilo senza censure. Poi rifletti e scrivi come il tuo Superpotere
potrebbe aiutarti a gestire gli ostacoli che vedi davanti a te.



Ora, scegli il tuo finale

Complimenti per il tempo che hai dedicato alla tua consapevolezza. Già solo riflettere su di sé porta beneficio.

Adesso puoi decidere: di tenere ciò che hai scritto tra te e te e rileggerlo tutte le volte che ti servirà. Richiamare il tuo Superpotere, proprio come Superman o Wonder Woman – sono serissima nel dirtelo – è un’ottima tecnica per risolvere problemi.

Oppure, **puoi condividere con me le tue risposte in una consulenza dedicata.**

Mi offro di aiutarti non solo a stanare il tuo Superpotere se per caso fai fatica a riconoscerlo, ma anche a capire come metterlo a frutto, per tradurlo in azione e direzione, verso i tuoi desideri. Perché, come dice Roger Miller: «Una cosa è avere talento, un’altra è capire come usarlo».

Di seguito trovi le istruzioni per inviarmi le tue risposte e prenotare la consulenza con me. Se fai fatica a fare l’esercizio, non preoccuparti, lo faremo insieme.

In ogni caso, faccio il tifo per te. Mi raccomando, tieni sempre acceso il fuoco che ti ha portato qui: è la luce e il carburante che ti serve per trovare la tua collocazione nel mondo!



Prenota la tua consulenza con me

Se vuoi approfittare della mia consulenza,
scrivimi a info@fulviasilvestri.it

Ti risponderò nel giro di un paio di giorni lavorativi con qualche proposta di data per programmare la nostra videochiamata insieme.

Per allegare l'esercizio, hai 3 soluzioni.

1. Compila il pdf direttamente in elettronico, usando Google Doc, Acrobat Reader o Anteprima su Mac.
2. Stampa il pdf, compilalo su carta e fai uno scatto alle pagine compilate.
3. Copia pure le 5 domande su un doc a parte o in qualsiasi formato a te comodo :-)

Se invece fai fatica a rispondere, non preoccuparti, lo faremo insieme durante la call.

Io non vedo l'ora di aiutarti, e tu?





Sono Fulvia Silvestri, business coach e consulente di carriera. Il mio motto è *Heart and Biz*, perché credo nell'equilibrio tra passioni e vita professionale.

A 45 anni ho lasciato l'azienda dove lavoravo come manager da vent'anni e mi sono messa in proprio, per fare quello che mi riesce meglio: aiutare le persone a realizzarsi.

Amo definirmi designer del cambiamento: ti accompagno a immaginare il futuro che desideri e a progettarlo con coraggio e consapevolezza.

Mi trovi anche su [Instagram](#), su [Linkedin](#) e su [Facebook](#).

Se questo esercizio ti è stato utile e vuoi aiutarmi a diffonderlo, taggami sui social e invita chi vuoi a iscriversi per riceverlo in regalo.

www.fulviasilvestri.it

I contenuti di questo PDF sono frutto di ricerca, studio, energie e cura, dunque ti chiedo di non condividerli impropriamente. Grazie!

