

ESERCIZIO

AREA: il Sé

Esercizi sul Sé reale - Sé Ideale

- ◇ **Es. 1: 27 cose che voglio fare prima di morire** Descrivi 27 cose che vuoi fare a breve, medio, lungo termine.
- ◇ **Es. 2: La Lotteria: Se potessi, farei...Hai appena VINTO alla lotteria!!** Hai ricevuto 50 milioni di dollari o l'equivalente nella tua valuta. Come cambierebbero la tua vita e il tuo lavoro?
- ◇ **Es. 3: Il lavoro dei miei sogni: Elenca** diversi lavori che vorresti svolgere o provare a svolgere. Prendi in considerazione un'ampia varietà di lavori compresi quelli in altri Paesi e lavori nel mondo dello sport, della musica, della medicina, della politica, dell'agricoltura e della religione. Prendi in considerazione lavori di cui hai sentito parlare o che hai visto al cinema o in televisione.
- ◇ **Es. 4: La mia vita ideale:** A cinque, dieci o quindici anni a partire da oggi. **Stai vivendo la tua vita ideale.** Vivi nel luogo che hai sempre sognato. Vivi con le persone con cui desideri maggiormente vivere. Se il lavoro fa parte della tua vita ideale, stai facendo il tipo di lavoro che ami, e nella giusta quantità - né troppo né troppo poco. Qualcuno ti filma per tutta la giornata. Che cosa vedremmo in quel video? Dove saresti? Che cosa staresti facendo? Chi altro sarebbe lì con te?

Fonte: **Teleos Leadership Institute, 2015**