

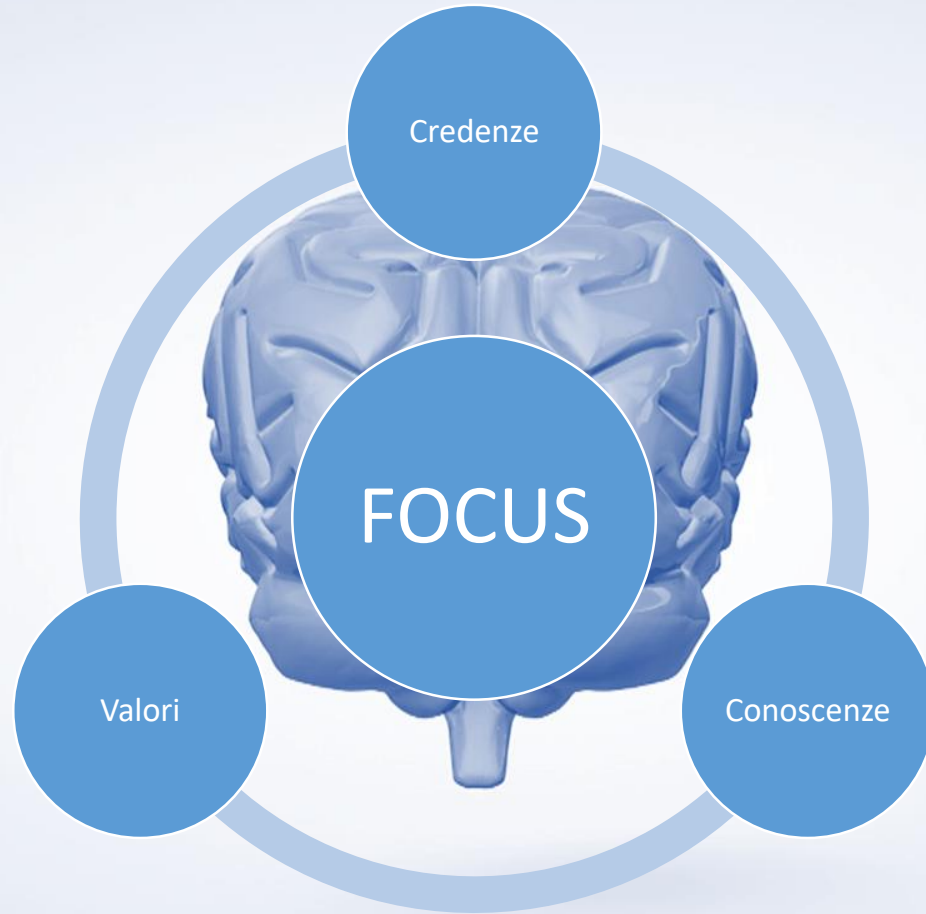
Benvenuti a

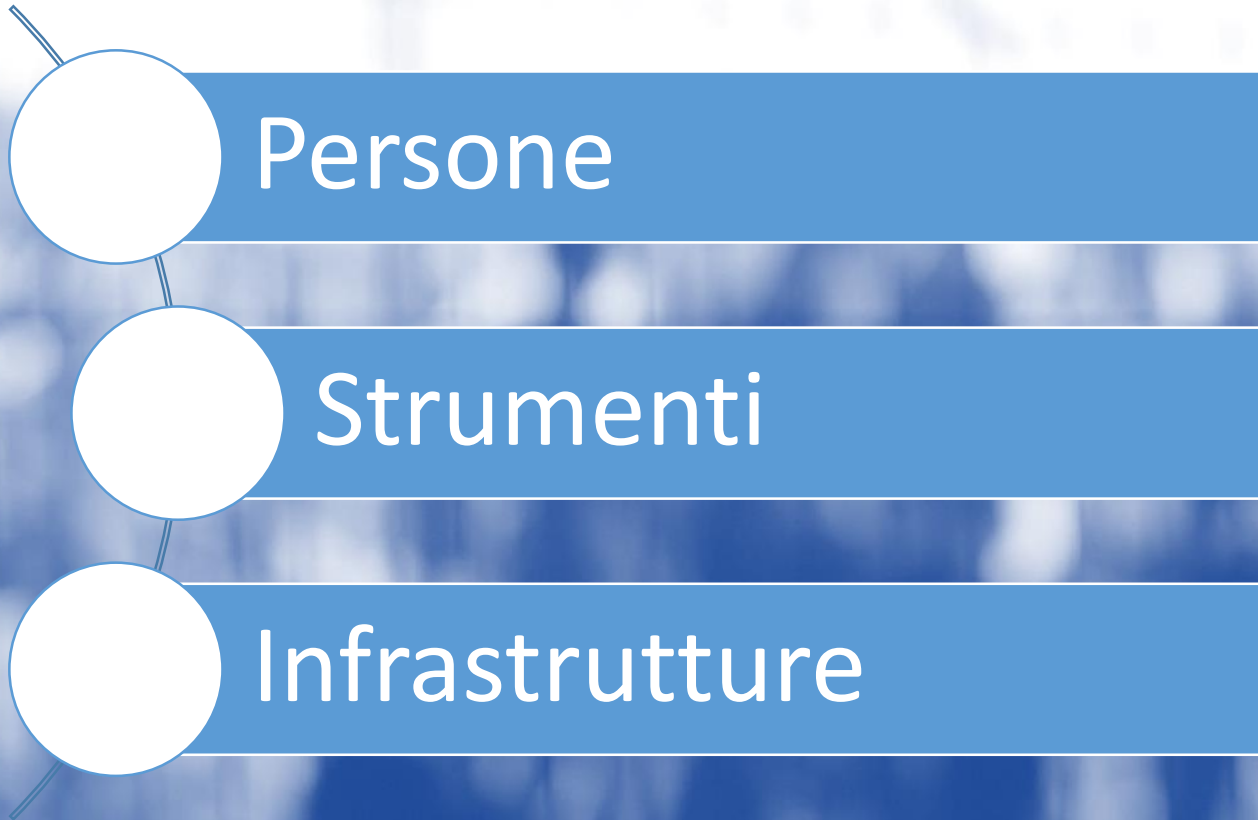
Roma

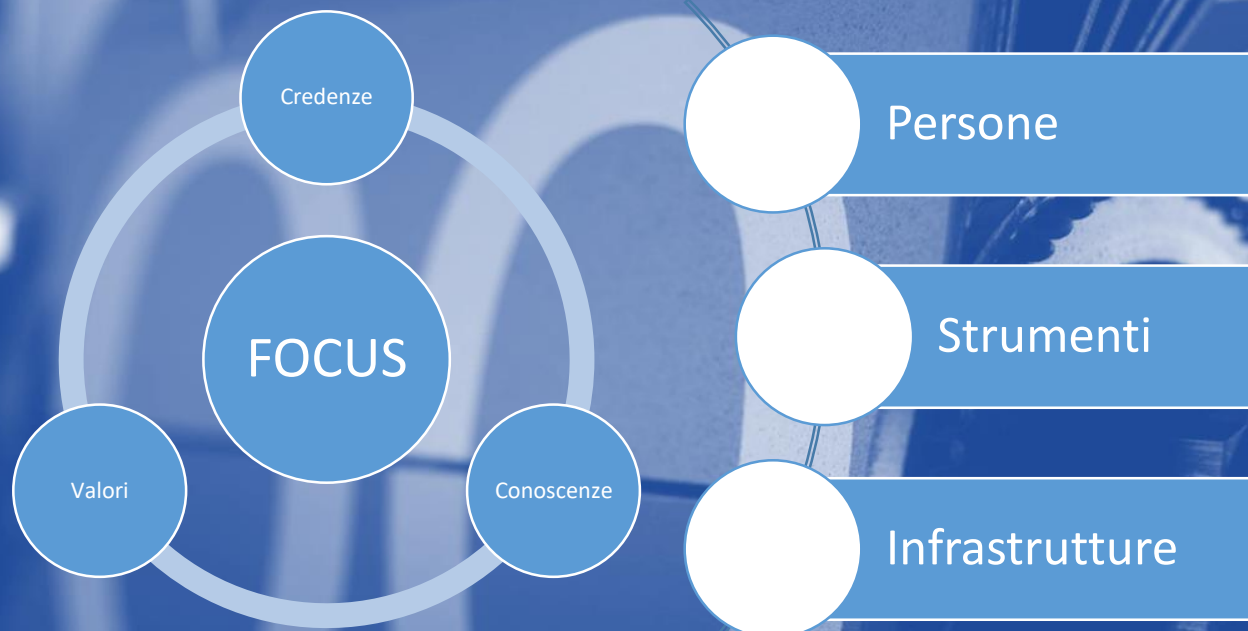
20-21-22 Gennaio 2017

Qual è la differenza tra
OBIETTIVI, SOGNI ed ILLUSIONI?

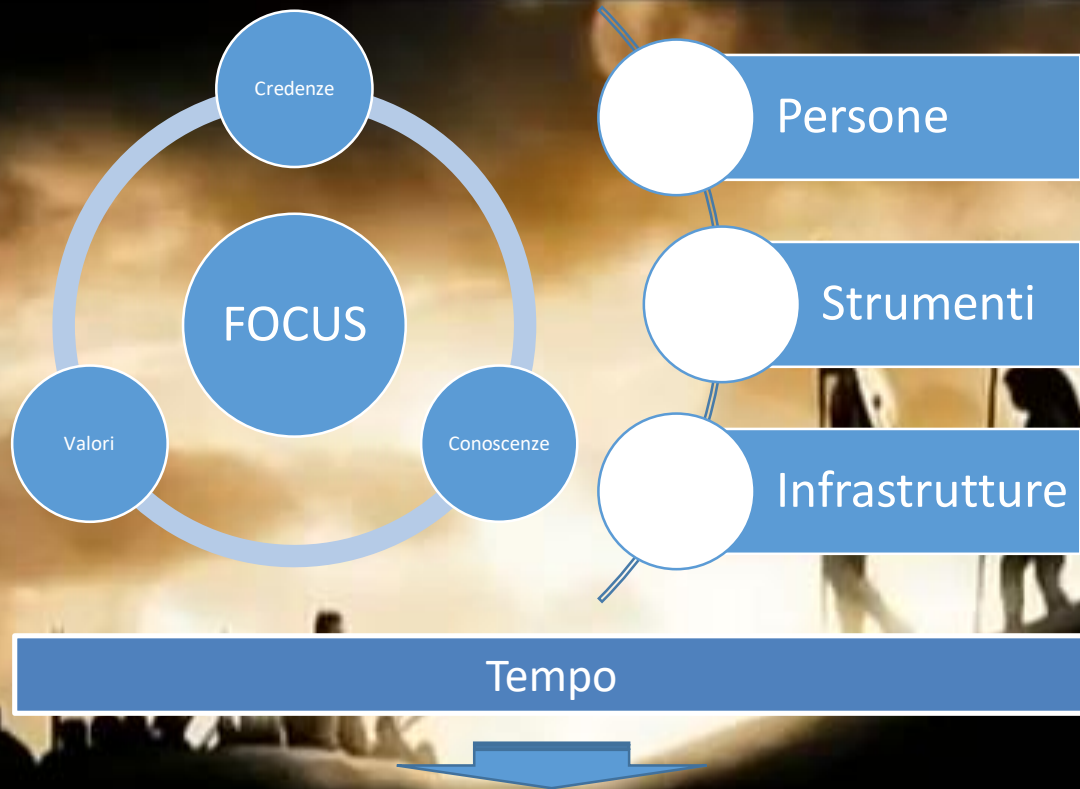
Quali sono le **REALI** potenzialità
di ognuno?



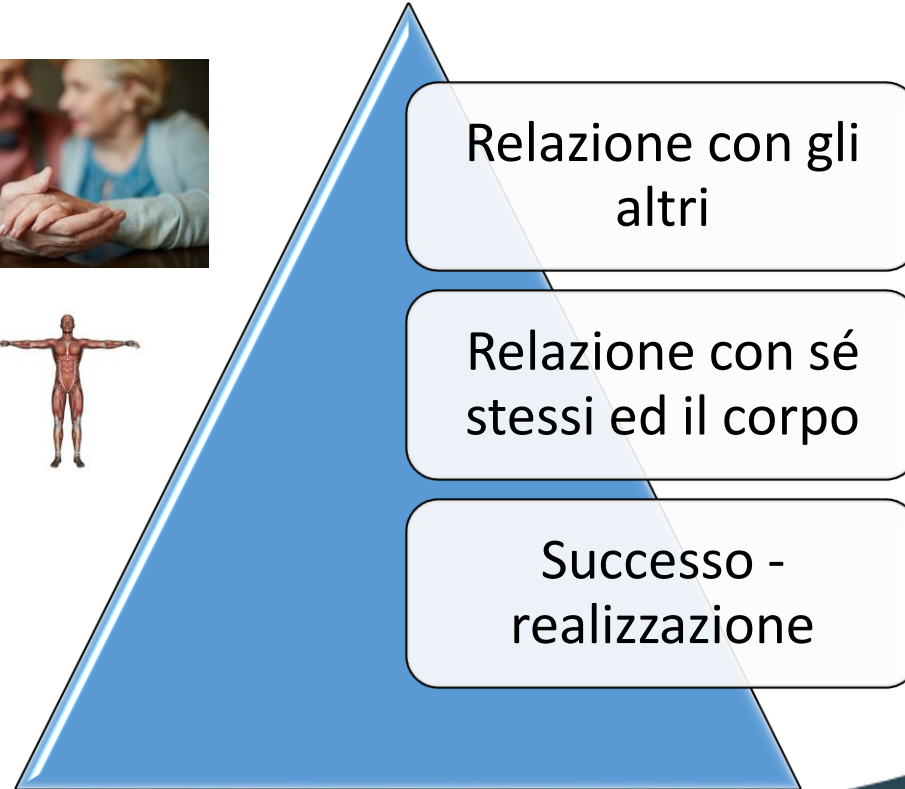


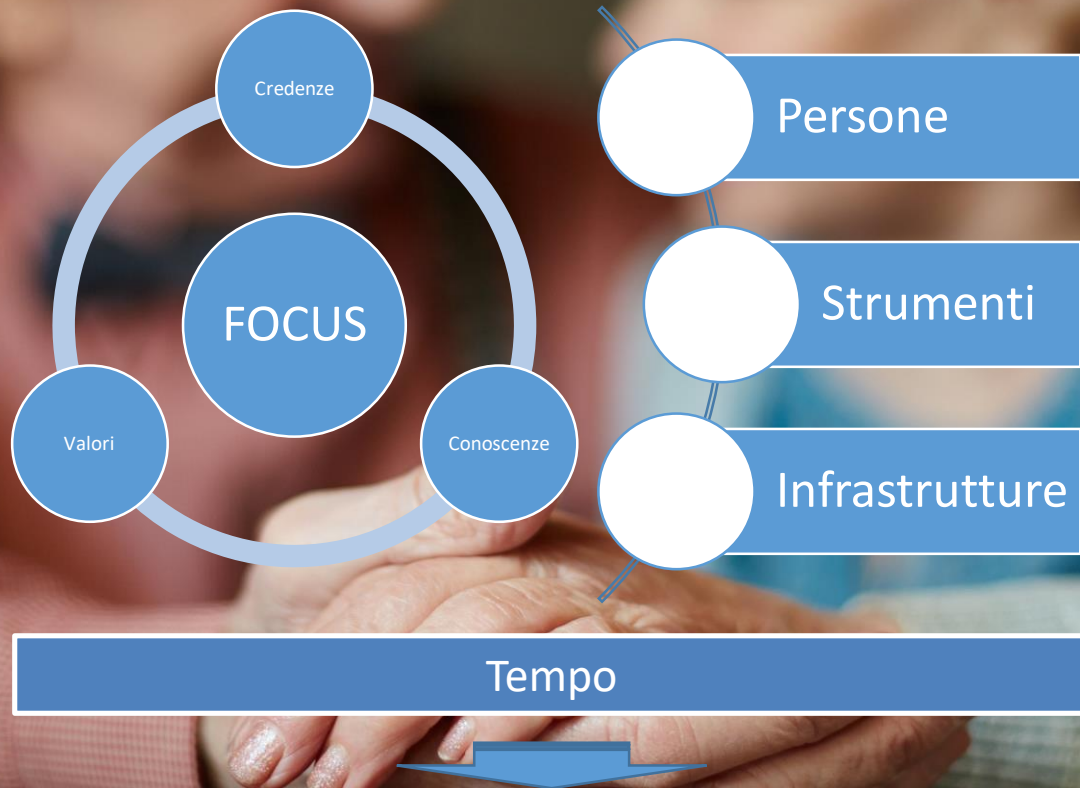


Tempo

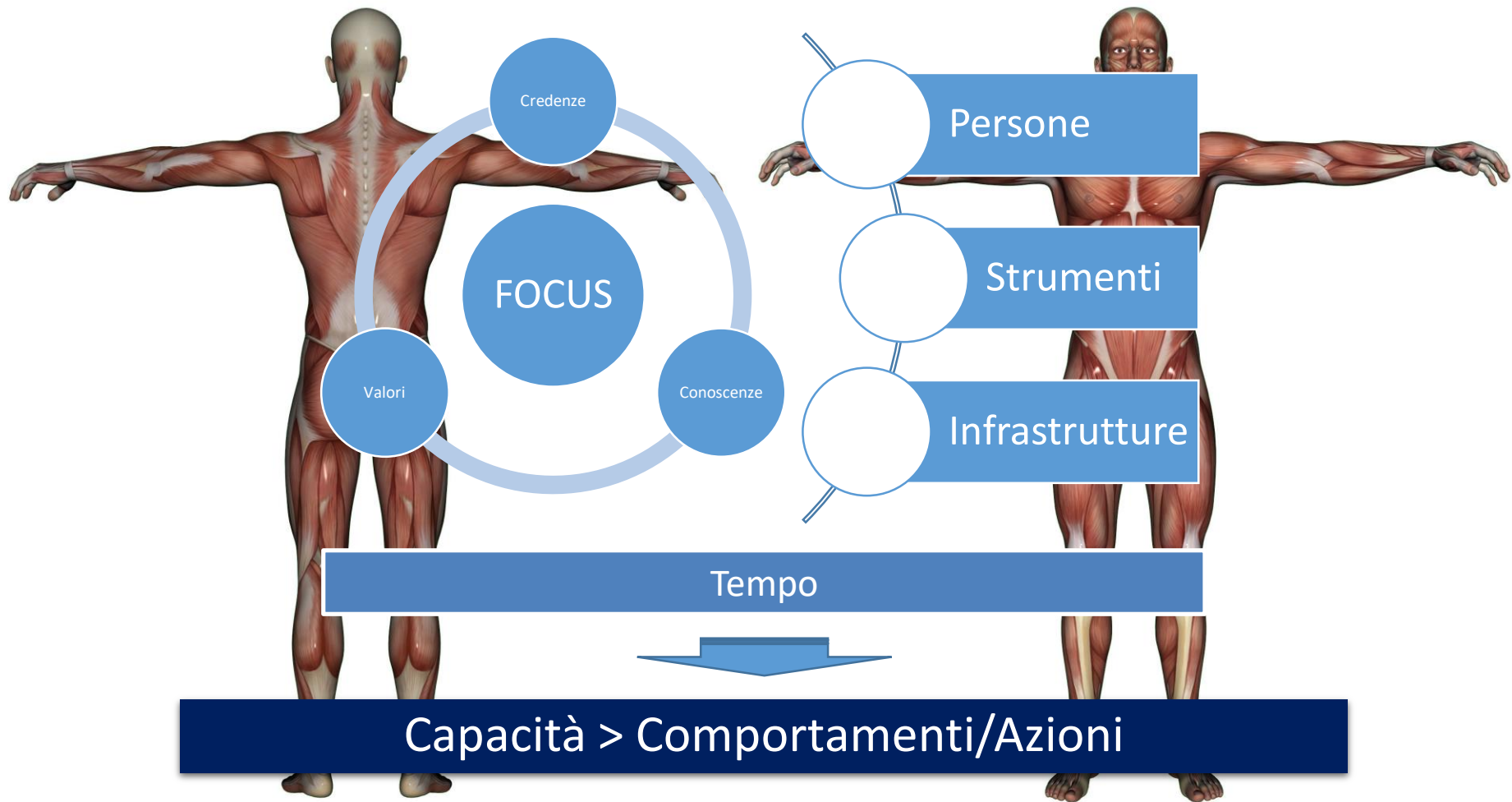


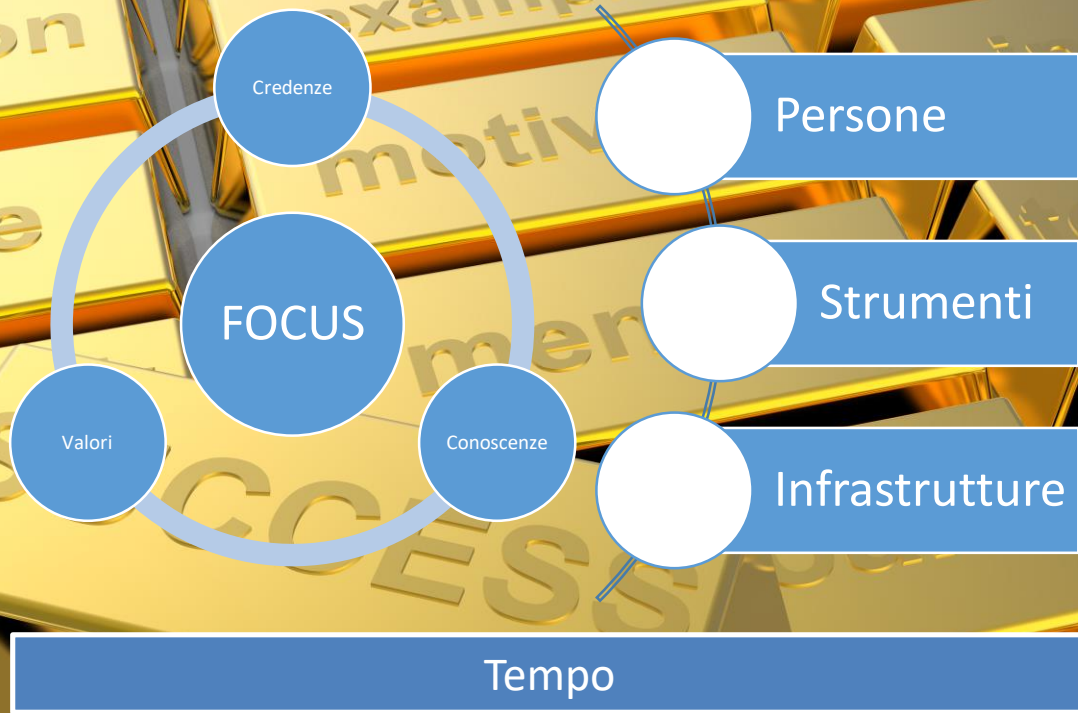
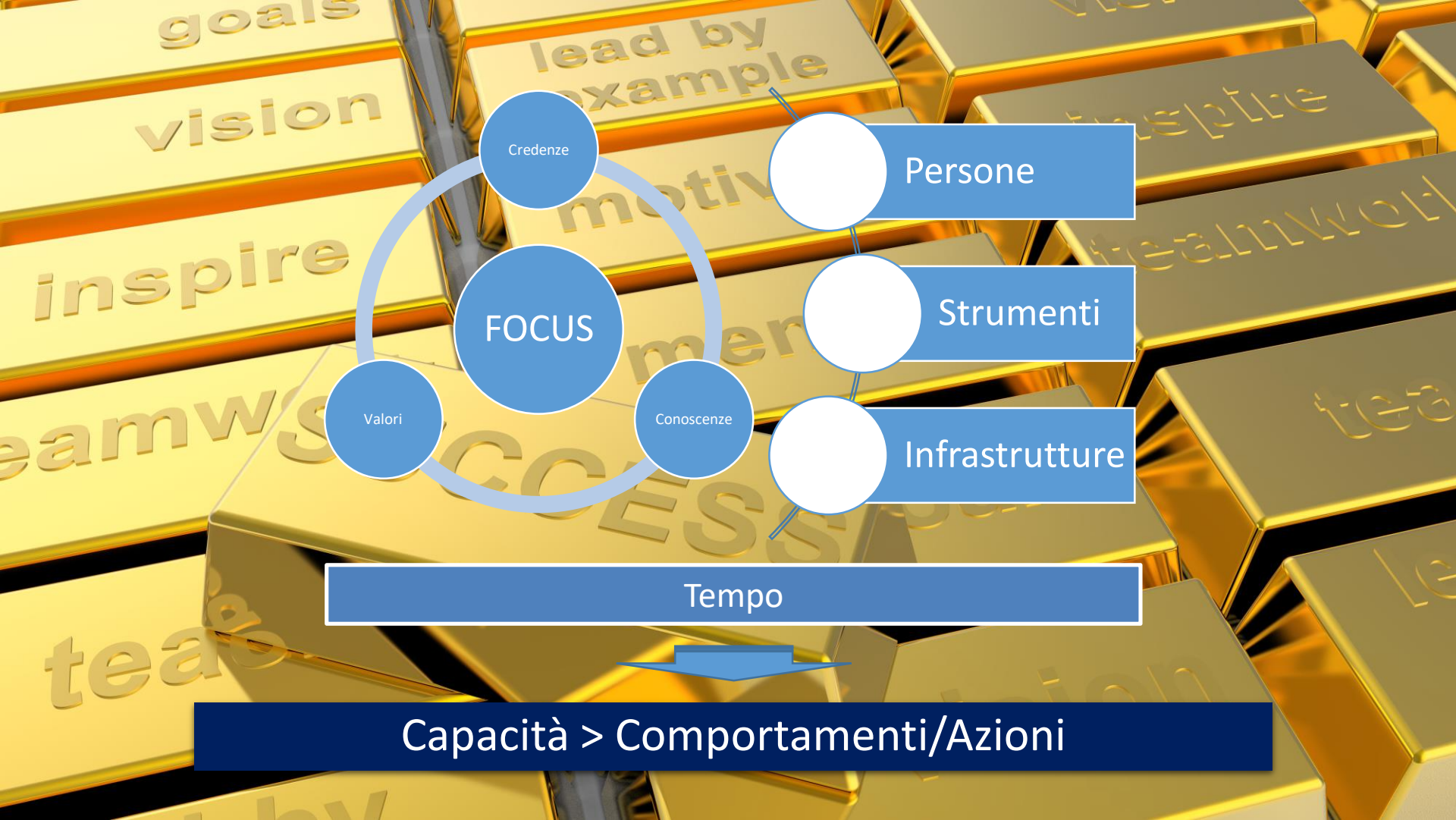
I MASTER MINDSET





Capacità > Comportamenti/Azioni





Capacità > Comportamenti/Azioni

I MASTER MINDSET



Benvenuti alla seconda giornata

Tecniche Avanzate di Mindsetting

IL PARADIGMA OPERATIVO: IL VIAGGIO DELL'EROE



IL VIAGGIO DELL'EROE:

L'EROE

LA CHIAMATA

MISSIONE
VALORI

GLI ALLEATI

I NEMICI

LE DOTAZIONI

POZIONI

KRYPTONITE

IL VIAGGIO

MAPPE
TEMPO



Benvenuti alla terza giornata

Tecniche Avanzate di Mindsetting

I DUE CERVELLI FUNZIONALI

Il cervello
COGNITIVO



Il cervello
EMOTIVO



PROCESSI DISTINTI

CONTROLLATI

- Seriali
- Percezione di sforzo
- Volitivi (Reflective)
- Introspettivi facilmente



AUTOMATICI

- Paralleli
- Senza sforzo
- Reflexive
- Nessuna introspezione

I QUATTRO QUADRANTI

1

PROCESSI
CONTROLLATI DI
COGNIZIONE

2

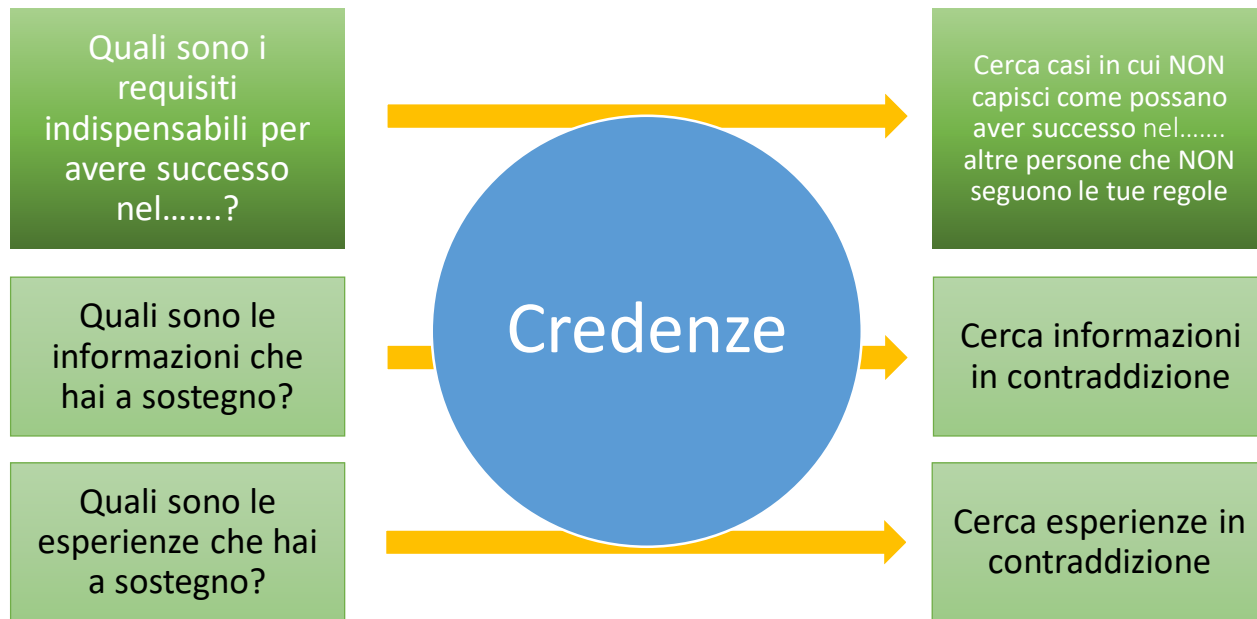
PROCESSI
CONTROLLATI DI
AFFETTO

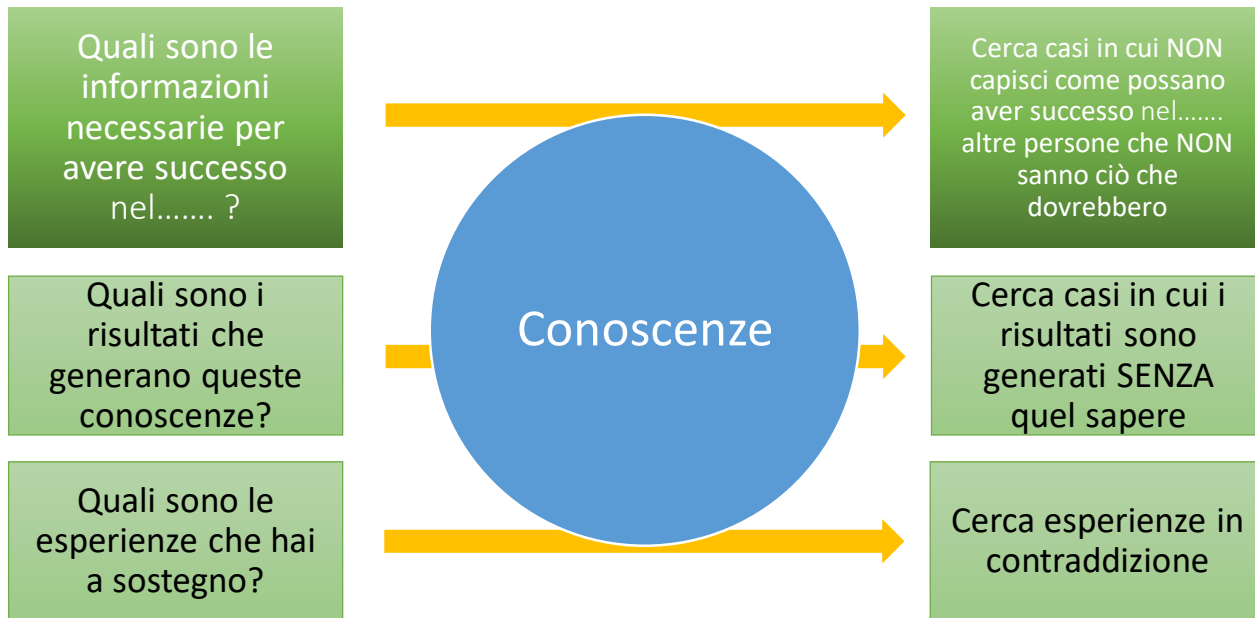
3

PROCESSI
AUTOMATICI DI
COGNIZIONE

4

PROCESSI
AUTOMATICI DI
AFFETTO





Quali sono i motivi
che rendono
importante avere
successo nel.....?

Quali sono le cose che
puoi far succedere per
avere soddisfazione?

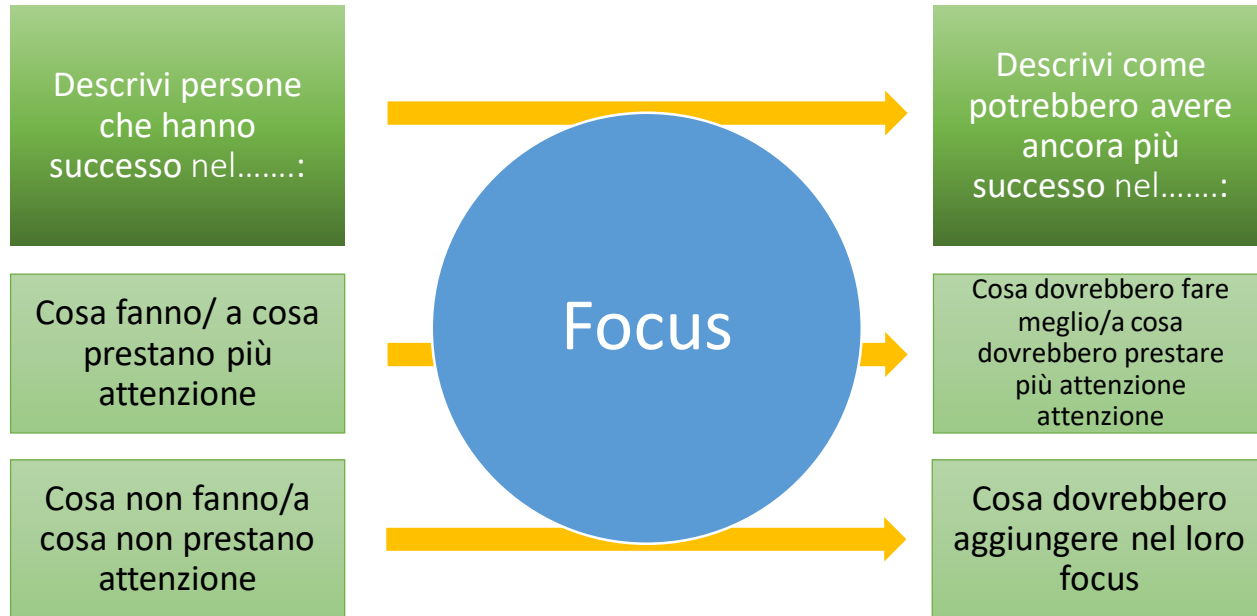
Quali sono le cose che
devono succedere ma
che non controlli?

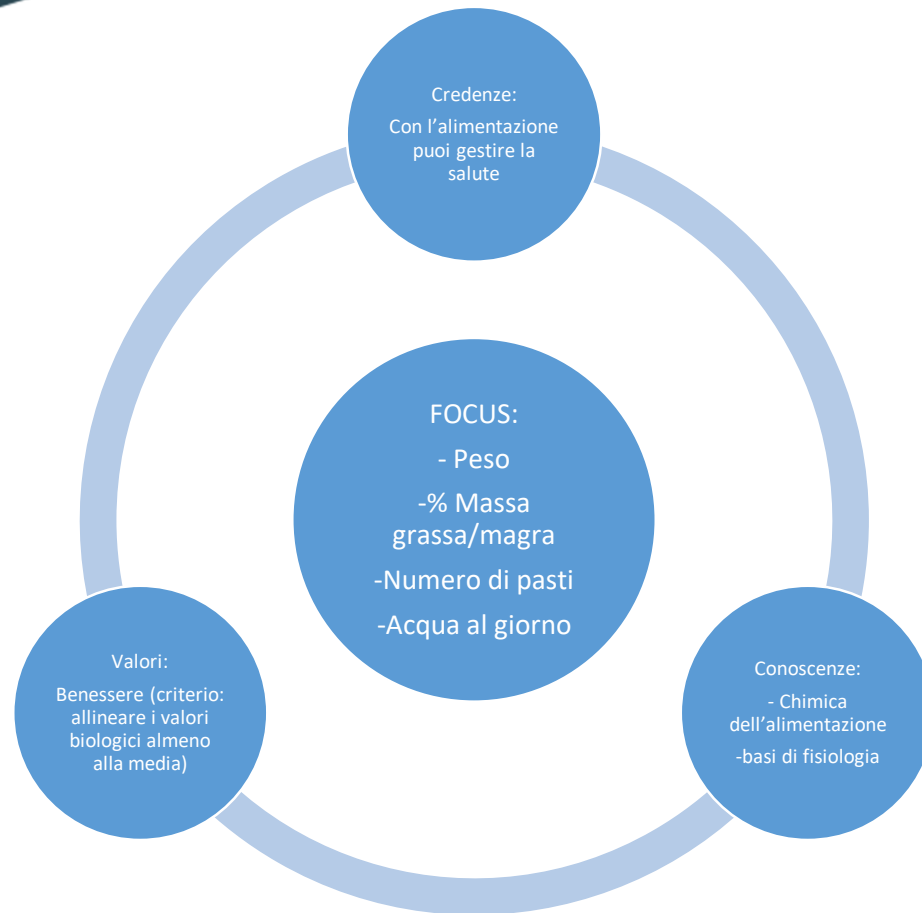
Valori

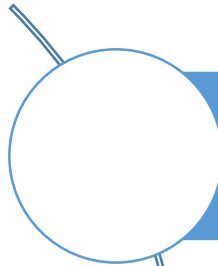
Cosa accadrebbe se non
riuscissi a soddisfare i
valori nel nel.....?

Cerca modi in cui si
possa aver
soddisfazione anche
senza che succedano

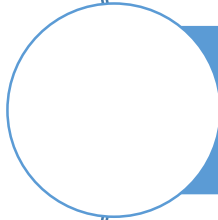
Cerca criteri che ti
rendano «impossibile»
la soddisfazione del
valore



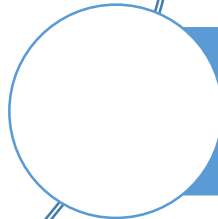




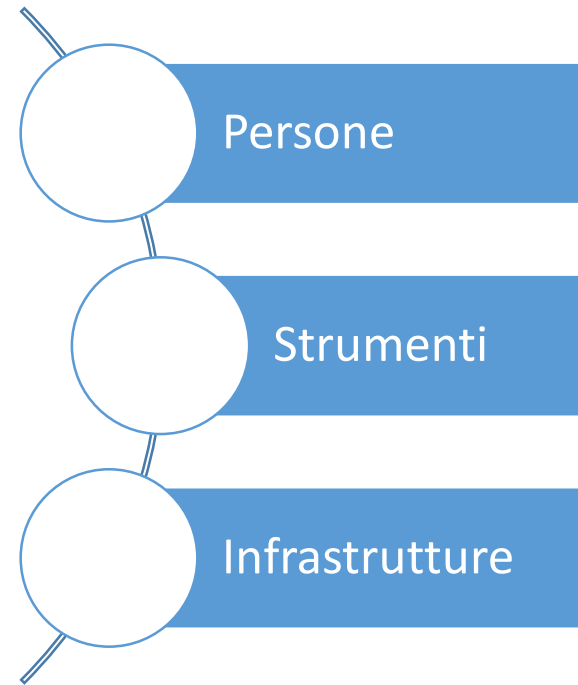
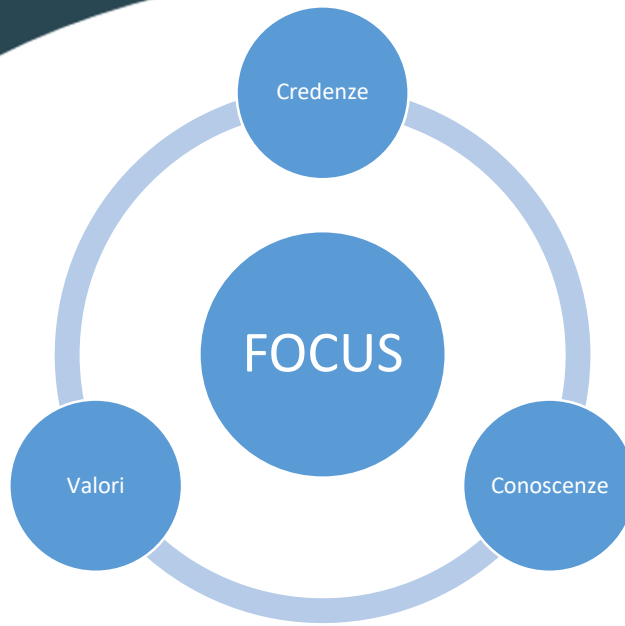
Persone: confronto con amici esperti – frequentazione gruppi (anche digitali) sui temi – visita mensile dalla nutrizionista – annullamento cena con amici «mangioni»



Strumenti: bilancia di misurazione parametri completi – app «water reminder» – bracciale fitness – frigorifero in ufficio



Infrastrutture: verifica palestre / ristoranti utili in zona – incastrare impegni con luoghi «giusti»



Tempo: ogni giorno fare 5 minuti di aggiornamento dati – mettere le «notifiche» push – fissare in calendario

DISTORSIONI COGNITIVE EMOTIVE UTILI



- Difetto di disponibilità delle informazioni
- Attualizzazione iperbolica
- Sillogismi «incompleti»
- Avversione alle perdite
- Dotazione
- Coerenza (piede nella porta)