

# VOLARE <sup>in alto</sup>

il coaching: per far decollare la tua mente

Il coach aiuta a strutturare piani di azione concreti e realizzabili, mirati al raggiungimento di risultati nel minor tempo possibile, per acquisire sicurezza attraverso la consapevolezza delle proprie azioni. Avvalendosi di modelli di riferimento, favorisce le persone a prendere coscienza definendo obiettivi e strategie migliori ed eliminando ostacoli che spesso sono solo mentali.

**PER TUTTE LE TUE DOMANDE SCRIVI A: [info@flyupcoaching.com](mailto:info@flyupcoaching.com)**  
publicheremo la tua lettera con la risposta mensilmente in questa rubrica\*

Egregio Enrico,

sono un libero professionista che opera nel campo dell'informazione e posso dire essere soddisfatto del successo che ne traggo.

Sono impegnato su più fronti, e questo mi porta spesso, per i carichi di lavoro in contemporanea,

a concentrarmi su taluni obiettivi solo all'ultimo momento.

Alcuni mesi fa un editore mi ha chiamato per farmi una proposta di lavoro, che dipende da una parte

da alcuni programmi di sviluppo del mezzo di comunicazione gestito dall'editore e dall'altra

dalla mia capacità di organizzare le condizioni affinché il progetto propositomi si concretizzi.

Non essendoci tuttavia fissati una scadenza precisa, siamo rimasti ancora in "stand by".

Chi mi ha fatto la proposta non mi sta pressando, e io continuo a concentrarmi su altre attività

invece di partire a testa bassa per raggiungere l'obiettivo.

Dove sto sbagliando?

La ringrazio per le indicazioni che vorrà gentilmente fornirmi.

Roberto

Egregio Sig. Roberto,

mi piace pensare di poterti dare del "tu", questo pronome mi permette di sentirmi più vicino alla tua persona, se così non fosse non volermene.

Leggendo la tua, mi chiedo in quale ambito dell'informazione operi.

Se tu esercitassi da professionista di cronaca o di eventi, mi appare normale il tuo attendere l'accadimento per divulgare la notizia, e per questo prendere decisioni all'ultimo, molto probabilmente, è diventata per te un'abilità obbligata.

Voglio che tu prenda coscienza che tutti i comportamenti che noi esercitiamo più volte nel tempo diventano capacità inconsce, chiamate generalmente "abitudini".

Con questa presupposizione vorrei che tu riflettessi se questo tuo **concentrarti su taluni obiettivi solo all'ultimo momento** sia frutto di tali abitudini.

Traspare da quanto ci stai scrivendo che tu sia **soddisfatto per il tuo successo** e il successo non arriva per caso, questo è il risultato di azioni di qualità.

Il successo di cui parli è la conseguenza di **pressioni e scadenze ben precise?**

Se così fosse, e non ti crea nessun problema, e soprattutto questo ti è utile, da ora metti nei tuoi obiettivi una data precisa e vivila come se fosse l'ultimo momento.

Per quanto riguarda la proposta fatta dall'editore, che a me sembra che abbia una gestione del tempo simile alla tua; potrebbe essere utile fissargli un appuntamento per uscire dallo stato di **"stand-by"** in cui siete rimasti e fissare azioni e date che vi permettano di concretizzare il progetto.

Inoltre, cosa potresti fare per percepire la pressione necessaria a **farti partire a testa bassa per raggiungere l'obiettivo?**

Ti sarebbe utile, inoltre, apprendere una nuova abilità, cioè quella di anticipare le scadenze?

Per apprendere questa abitudine senza perdere quanto sopra, ti invito a compiere questo semplice esercizio:

ogni sera:

fai la lista delle azioni che vuoi compiere l'indomani;

scrivile;

ordinale per importanza, evitando di considerare importante l'urgente;

ogni mattina:

esegui quanto scritto le sera precedente punto per punto;

ogni azione compiuta spuntala dall'elenco.

Questo ti aiuterà a godere e a percepire il piacere di lavorare in modo pro-attivo.

Caro Roberto, tu mi chiedi **dove stai sbagliando**, io dico da nessuna parte.

Appresa anche quest'ultima abilità, chiediti quando è utile lavorare sotto pressione e quando è utile lavorare in modo pro-attivo e agisci di conseguenza.

Un saluto

Enrico

IL NOSTRO COACH:

**ENRICO BOI**

coach life, coach esecutive, carrier coach

**FLY UP**

training coaching consulting

Piazzale Cadorna, 29  
BASSANO DEL GRAPPA VI

[www.flyupcoaching.com](http://www.flyupcoaching.com)

tel. 0424.228938  
345.6088883 - 347.3487674

\*ANCHE IN FORMA ANONIMA.

I tuoi dati saranno trattati nel rispetto del segreto professionale

