



Il coraggio di essere TE STESSA

Scheda di self coaching alla conquista della **CONSAPEVOLEZZA**

COSA SIGNIFICA PER ME "ESSERE ME STESSA"?

IN QUALI SITUAZIONI E CON QUALI PERSONE MI SENTO VERAMENTE "ME STESSA"?

L'ULTIMA VOLTA IN CUI SONO STATA DAVVERO ME STESSA È STATO QUANDO...

QUANDO NON RIESCO A ESSERE ME STESSA MI SENTO...



E INVECE VORREI SENTIRMI...

COSA ME LO IMPEDISCE?

DI COSA DEVO LIBERARMI PER RIUSCIRE A ESSERE ME STESSA?

LIBERANDOMI DI TUTTO QUESTO, A COSA FACCIO SPAZIO?

COSA MI SERVE PER RITROVARE IL CORAGGIO DI ESSERE ME STESSA?

LE AZIONI CHE POSSO COMPIERE PER FARLO SONO:



Le mie nuove CONSAPEVOLEZZE

DATA:

SU COSA VOGLIO
CONCENTRarmi?

COSA PROVO?

DI COSA HO
BISOGNO?

COSA HO SCOPERTO
DI ME?



CHI SONO

Mi chiamo Patrizia Arcadi e sono **La Coach Imperfetta**.
Ti aiuto ad **accettare** e **accogliere** le tue imperfezioni,
riscoprendo il **coraggio** e il **piacere** di **essere te stessa**.

Insieme a me potrai:

- sentirti più sicura di te e delle tue decisioni,
nella vita privata e nel lavoro
- metterti al primo posto senza sentirti in colpa
- riconoscere il tuo valore
- dire la tua con sicurezza
- apprezzarti e star bene con te stessa

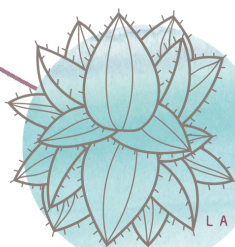
Per scoprire come lavorare con me visita il mio sito
www.patriziarcadi.it/lavora-con-me

Leggi i miei post sul **Blog Imperfetto**

Seguimi sulle mie pagine social:

- **Facebook**
- **Instagram**

Ti aspetto!



**Patrizia
Arcadi**

LA COACH IMPERFETTA

www.patriziarcadi.it