

# ZONA DI COMFORT

vuoi uscirne?

NO

Perché non è il tuo momento, non ti sento pronto/a

OK, ma torna a trovarmi quando ti sentirai pronto!  
Ti aspetto!

Perché non ce la fai da solo/a o non sei sicuro/a di farcela

CONTATTAMI!  
Posso aiutarti!  
E nel frattempo, leggi i miei articoli su [flaviavincenzi.com](http://flaviavincenzi.com), ti saranno utili!

SI

Scegli un ambito (es. amore, lavoro, denaro, amicizie) di cui sei maggiormente insoddisfatto e parti da lì.

**FAI UN ELENCO DEI PRO E DEI CONTRO**

**QUALI PESANO DI PIU'?**

**PRO**

Non sei in una zona di comfort, semplicemente devi imparare a goderti di più i "pro"! Inoltre, puoi pensare ad una strategia per trasformare i "contro" in "pro" (es. un superiore rompiscatole può essere visto come colui che ti sprona a dare sempre il meglio!)

**CONTRO**

Scegli il contro che ti pesa di più: c'è una soluzione all'interno della situazione attuale?

SI

parlane con il/la diretto/a interessato/a

NO

QUALE PICCOLO PASSO POSSO FARE GIA' OGGI PER CAMBIARE?  
(es. guardare gli annunci di lavoro, capire dove potersi fare nuovi amici)