



## ⌚ Life Design

Serve a progettare consapevolmente la tua vita personale e professionale.

Il Life Design è un metodo innovativo che unisce pedagogia, neuroscienze e strumenti pratici per aiutarti a:  
conoscerti meglio,  
orientarti nei momenti di scelta o cambiamento,  
definire obiettivi allineati ai tuoi valori,  
costruire con creatività e concretezza la tua strada.

Attraverso colloqui individuali, esercizi di riflessione guidata e strumenti visuali, esploreremo insieme il tuo percorso e le tue possibilità, superando blocchi, indecisioni o disorientamento.

🌟 È il metodo ideale per chi desidera:  
cambiare lavoro o reinventarsi,  
prendere decisioni in sintonia con sé,  
ritrovare direzione, equilibrio e motivazione.

🎯 Un percorso personalizzato per costruire il futuro che desideri, passo dopo passo, a partire da chi sei oggi.



## ⌚ Il tuo percorso Life Design in 4 passi

### ① Esplora



Analizziamo il tuo punto di partenza: chi sei oggi, cosa ti muove, cosa ti blocca.

Utilizziamo domande guida, mappe di sé, ascolto attivo.

### ② Immagina



Apriamo nuove possibilità. Lavoriamo su visioni alternative di futuro e costruiamo scenari realistici e desiderabili. Qui entrano in gioco creatività, valori e life-mapping.

### ③ Progetta



Passiamo dal sogno all'azione: definiamo obiettivi, priorità, micro-azioni concrete.

Creiamo un piano coerente con la tua realtà e il tuo ritmo.

### ④ Agisci e Rifletti



Metti alla prova le tue scelte, osserva cosa funziona e cosa no. Il percorso è circolare: ad ogni passo impari, aggiusti, cresci.

