



*Riuscire a fare  
centro,  
nella vita,  
è importante!*

**NON  
ASPETTARE  
PIU'!**

**LIFE FOCUS**  
A CHRISTIAN COACHING ACTIVITY

*IL CORSO...PER POTENZIARE IL TUO FUTURO!*



**FABIO SPERI & NETWORK**  
LIFE COACHING, TEAM BUILDING & LEADERSHIP TRAINING

## IL CORSO

*Definisci lo scopo della tua vita con l'ausilio di strumenti pratici.*

Il Corso Life Focus è stato appositamente ideato per sostenere la persona nel processo di identificazione e realizzazione dello Scopo della propria vita: scoprire e identificare i propri sogni, definire chiari obiettivi di crescita e realizzarli, scoprire e rafforzare i propri valori, e delineare un piano di vita personale in armonia con la Parola di Dio (Bibbia).

### **Obiettivi**

- ☞ Acquisire una forte consapevolezza del proprio destino: la fiducia che Dio abbia un piano specifico per le nostre vite e la speranza concreta di poterlo realizzare con la grazia di Dio.
- ☞ Comprendere come Dio ci ha modellati in tutte le nostre esperienze, e come queste ci suggeriscono il Suo progetto per la nostra vita.
- ☞ Imparare a guidare altri nel percorso di riflessione alla scoperta dello scopo della propria vita, raccogliendo informazioni, esperienze convergenti e temi ricorrenti.
- ☞ Capire come sognare e perché, ed iniziare a farlo per esplorare il futuro più liberamente.
- ☞ Identificare ed eliminare i "guastasogni" della nostra vita, aprendoci a un nuovo livello di libertà di sognare e di credere in Dio per la realizzazione.
- ☞ Scoprire come pianificare la vita e definire i propri obiettivi biblicamente e in coerenza con i propri doni e personalità, iniziando ad attuare tali obiettivi nel contesto di un rapporto responsabilizzato con un partner di studi.
- ☞ Diventare esperti nel lavorare con i sogni e gli obiettivi: cogliere le loro differenze e imparare come e quando convertire i sogni in obiettivi SMART (Specifici, Misurabili, Attuabili, Rilevanti, Temporalmente definito)
- ☞ Produrre un insieme adeguato di valori personali relativi a 10 aspetti della vita, e imparare a usarli come una bilancia in tempi di decisioni e definizione di obiettivi.
- ☞ Iniziare a stendere e avviare un piano d'azione pratico per effettuare quei cambiamenti (piccoli o grandi) che spingono verso il nostro scopo di vita.
- ☞ Acquisire gli strumenti per fermarsi e riorganizzare la propria vita in qualsiasi momento del futuro, e imparare ad aiutare gli altri a fare altrettanto.



NB. Il Corso è indipendente e unico ma anche parte della Scuola per Professional Life Coach. Dopo il Corso Life Focus la persona può decidere anche di proseguire con gli altri due corsi Formation e Implementation e certificarsi come Lifeforming Professional Coach

## A CHI PUO' SERVIRE?

### PROFESSIONE O MINISTERO

- Per coloro che sono alla ricerca di una professione che li qualifichi secondo doni, abilità e personalità
- Per coloro che desiderano crescere e progredire nella propria carriera
- Per coloro che desiderano scoprire e ampliare i propri limiti
- Per coloro che desiderano iniziare la professione come Professional Life Coach
- Per tutti i credenti che desiderano scoprire o focalizzare meglio la propria chiamata



### COPPIE / GENITORI

- Per tutti i genitori che desiderano migliorare la propria relazione con il proprio coniuge o con i propri figli.



## I PRINCIPALI ARGOMENTI TRATTATI NEL CORSO LIFE FOCUS

- Introduzione al Corso
- Ricerca dello scopo della vita
- Che cosa voglio FARE?
- Che cosa voglio DI PIÙ o DI MENO?
- Identificare e Analizzare le esperienze di convergenza nella propria vita
- Che cosa voglio ESSERE?
- Chi voglio AIUTARE?
- Qual è il mio STILE DI VITA ideale?
- Sognare per le persone pragmatiche
- Identificare i guasta-sogni
- Liberi dai guasta-sogni
- Scoprire i propri valori
- Analizzare le proprie esperienze "di fatto in fatto"
- Inventario dei propri sogni
- Stabilire gli obiettivi - Gioco di ruoli
- Obiettivi S.M.A.R.T. (Specifico, Misurabile, Attuabile, Rilevante, Tempo specifico)
- Approfondire un obiettivo
- Dividi e Conquista l'obiettivo
- Identificare Ostacoli e Risorse per raggiungere l'obiettivo
- Creare e pianificare azioni precise per il raggiungimento dell'obiettivo
- Scrivere la dichiarazione dello scopo della vita

*La ricerca condotta dalla Facoltà di Economia dell'Università di Harvard ha scoperto che:*

- l'87% delle persone non ha dei chiari obiettivi per la loro vita.
- il 13% delle persone ha degli obiettivi.
- il 3% di quelli che hanno degli obiettivi li mette per iscritto.

*Quelli che mettono i loro obiettivi per iscritto realizzano da 50 a 100 volte più di quelli che non lo fanno.*



**Fabio Speri** P.Iva 07080580967  
20864 Agrate Brianza (MB) – Italia

Per richieste di dettagli o iscrizioni, scrivere a: [scuolacoach@fabiosperi.it](mailto:scuolacoach@fabiosperi.it)

[www.christiancoachingschool.wordpress.com](http://www.christiancoachingschool.wordpress.com)