

# L'espressione delle *Qualità Personali*





# L'espressione delle *Qualità Personali*

© Copyright 2021 di **8CPA Srls** - Carbonia  
Iscrizione Rea Ca - 353838



Tutti i diritti riservati.

Non è consentito riprodurre, duplicare o inviare qualsiasi parte di questo documento tramite strumenti elettronici o stampa.

La registrazione di questo documento è severamente vietata.



## Prefazione

Paura, angoscia, ansia, preoccupazione, tutte emozioni che, amplificate nelle fasi culminanti della pandemia, oggi, seppure con qualche riserva, sembrano attenuate grazie ai rimedi vaccinali.

Attualmente molte persone si sentono lontane, perse, poco concentrate sulle loro rassicuranti certezze e sugli obiettivi della propria esistenza.

Per un certo periodo di tempo le parole ricorrenti sono state e per certi versi continuano ad esserlo:

Virus, Covid 19, mascherine, distanziamento sociale, lockdown, vaccino, varianti. Un tempo surreale, inaspettato, dove i gesti più comuni come un saluto, una stretta di mano, lo stare insieme, oltre a non essere consentiti, dal buon senso e dalla responsabilità, sono stati e continuano a essere occasione di possibile contagio.

Tutto pare cambiato e ancor di più potrebbe cambiare.

Ci troviamo di fronte a un nemico invisibile, subdolo, per certi versi intelligente e mutevole, invincibile? Chi lo sa?

Allo stato delle cose, le persone in prima linea, gli scienziati, i professionisti in campo sanitario, la scienza medica, le organizzazioni sanitarie mondiali, i governi, stanno cercando di fare del loro meglio, ma nessuno, fino a oggi, può scrivere e dare risposte definitive assolute!

Forse, quando verrà pubblicato il libro avremo messo la parola fine a tutto ciò o saremo prossimi a pronunciarla!

Noi ce lo auguriamo, affinché tutto questo 'caos' possa solo essere considerato un ricordo da cui trarre le opportune considerazioni per migliorarci nel presente e anche, in prospettiva, per il futuro.

In questo momento siamo tutti aggrappati alla speranza che tutto possa andare per il meglio e quanto prima si possa ristabilire un equilibrio nel nostro vivere quotidiano.

L'isolamento, è stato per lungo tempo l'unico baluardo attivo che ci ha permesso di fare qualcosa di veramente importante e utile per tutti: salvare gli altri e noi stessi!

Emozioni come la rabbia, la paura, lo sconforto, il conseguente isolamento ci hanno accompagnato e ci accompagnano, e anche nel presente dominano la quotidianità e gli stati d'animo ricorrenti.

"Nulla sarà più come prima" frase ciclica che troppe volte è stata ripetuta ossessivamente, noi, al contrario, ci sentiamo di poter affermare che niente può essere considerato automatico, infatti tutti abbiamo la possibilità di scegliere, cambiare, migliorare.

Anche quando le ostilità ci colpiscono possiamo preferire di avere un'altra

visione, una nuova prospettiva, potremo tradurre l'avversità in opportunità. "L'ora più oscura arriva sempre prima della luce" in risposta ai momenti difficili che ci possono destabilizzare e disorientare.

Possiamo superarli sviluppando nuove mappe personali, uscendo dalle zone di comfort, allenando e sviluppando nuove abilità, rafforzando quelle già presenti, così quando l'alba arriverà, potremo essere pronti a cogliere nuove opportunità.

Se da una parte ci vogliono le istituzioni, la politica, la scuola, la stampa, la giustizia, che si muovono o dovrebbero muoversi al di sopra degli interessi individuali, dall'altra parte ci siamo noi, attori e protagonisti in un mondo che cambia.

Potremo ravvisare la necessità di farci alcune domande:

Cosa è importante fare? Quale sarà la mia parte in tutto ciò?

Non sempre sarà facile rispondere alle sollecitazioni interne o esterne, di certo la nostra consapevolezza potrà guidarci verso un'adeguata responsabilità delle nostre azioni, compiute in un clima di fiducia, autenticità e autonomia, anche di fronte a eventi talvolta sfavorevoli, come quello che abbiamo vissuto, viviamo e potremo rivivere in futuro.

Molte persone dalle diverse professioni, team di lavoro e sportivi, genitori e studenti di ogni età, attraverso un nostro attento e responsabile lavoro, sono state sostenute nel raggiungimento dei traguardi e degli obiettivi desiderati.

Un percorso di allenamento e crescita specifico, volto prevalentemente alla scoperta e valorizzazione delle risorse e delle abilità personali e al governo delle "interferenze".

Ognuna di queste persone, attraverso l'esecuzione delle proprie strategie ed il proprio piano personale, oltre ad arricchire in primis sé stesse, hanno attivato anche la loro unicità identitaria nella vita sociale.

Ci hanno permesso di sviluppare le conoscenze nella scoperta, allenamento e sviluppo delle immense risorse che risiedono dentro di noi, la pregevolezza dell'essere autentici e veri.

Oggi più che mai potremo sentire il bisogno di poter credere e dare senso a ciò che siamo e facciamo, di poter avere maggiore sicurezza e visione sul futuro, avere la capacità di sapercela cavare in determinate situazioni, gestire in maniera efficace l'impatto della sfera emotiva all'interno dei processi di vissuto e presenti, agire la capacità, senza limitazione, poter prendere decisioni in autonomia.

In breve, fare la nostra parte in qualsiasi ambito di competenza, con azioni che ci spingono un passo avanti verso il presente e il futuro, attraverso il nostro valore e le nostre qualità personali.

## Introduzione

Vorresti migliorare le relazioni sociali nella professione, in famiglia, nello sport, con i tuoi amici?

Ti piacerebbe gestire in maniera efficace fasi di cambiamento alla tua vita e desideri di miglioramento?

Vorresti raggiungere tutti i tuoi obiettivi sfidanti?

In questo libro troverai, oltre alla nostra caratteristica elaborazione metodologica, una possibile fonte di ispirazione, approccio, approfondimento, di ciò che potrai ricercare e valorizzare per accedere alla tua massima espressione personale.

Un sostegno o una sorgente, attraverso cui, con una diversa prospettiva, potrai raccogliere, accogliere e valorizzare quello a cui tu vorrai dare attenzione con impegno e applicazione.

Nessun consiglio, ricetta magica o prescrizione, un percorso creativo e generativo fatto di 'strumenti e attrezzi', caratteristiche di cui già probabilmente sei a conoscenza o in attesa di essere da te individuate e sviluppate, per liberare ed esprimere le tue risorse.

A questo punto potresti chiederti:

“Perché scoprire, allenare, valorizzare e attivarmi con le mie abilità?”

Ogni periodo storico ha avuto personalità che si sono distinte in ambito scientifico, artistico, musicale, medico, letterario, professionale, sportivo, e sociale, che la storia ci ha consegnato e conservato nel tempo.

Uomini e donne, bambini e anziani che hanno contribuito e contribuiscono a rendere questo mondo un luogo migliore.

I modelli sono ovunque intorno a noi. Ognuno di noi può esserlo se lo vuole. È sufficiente dare ed essere il meglio di sé, diventando il protagonista della propria esistenza.

Seppure vi siano diverse definizioni che chiariscono la locuzione 'qualità', nell'uso più comune e sociale qual è il suo significato?

La definizione tratta dall'enciclopedia Treccani, per esempio, la spiega così: Proprietà che caratterizza una persona, un animale o qualsiasi essere, una cosa ecc., come specifico modo di essere, soprattutto in relazione a particolari aspetti o condizioni, attività, funzioni e utilizzazioni.

Martin Luther King l'ha magistralmente sintetizzata e collegata al concetto di eccellenza attraverso queste parole: «Se non puoi essere un albero, sii un cespuglio. Se non puoi essere un'autostrada, sii un sentiero. Se non puoi essere il sole, sii una stella. Sii sempre il meglio di ciò che sei. Cerca di scoprire il disegno che sei chiamato a essere. Poi mettiti con passione a realizzarlo nella vita».

Come puoi constatare, avere abilità non ha nulla a che fare con il primeggiare, con l'essere, o meglio, il sentirsi superiore agli altri, ha, invece, molto a che fare con il meglio che si può rispetto a sé stessi.

Eccellere è, prima di tutto, una condizione interiore dell'essere.

Ma allora chi siamo in realtà?

Durante il percorso di vita, non tutti incontriamo veramente il nostro sé più autentico o qualcuno che ci insegni a scoprirlo.

Solo esprimendo la nostra eccellenza e le nostre qualità, facendo luce sulla nostra interiorità, sui doni che ci appartengono, sulla nostra parte più autentica e profonda, possiamo autorealizzarci pienamente e rendere migliore il nostro cammino e quello delle persone che ci stanno accanto.

Tutto ciò lo possiamo ottenere senza alcun limite attraverso una maggiore consapevolezza di ciò che siamo, dei nostri limiti e delle nostre forze, virtù, risorse e talenti, delle nostre emozioni e pulsioni, dei nostri valori e vocazioni. Ciò accade a prescindere dalle caratteristiche personali che ci contraddistinguono, dalla professione che agiamo; un manager o un imbianchino, un'impiegata o un'attrice, uno studente o un operaio, una madre o un padre, un atleta o un artista, tutti abbiamo la possibilità di desiderare ed esprimere il meglio che c'è dentro di noi, di vivere una vita piena, di essere felici e realizzati.

\*\*\*

Diverse ricerche hanno indagato e spiegato scientificamente ed approfonditamente le emozioni umane.

Queste pagine offriranno cenni narrativi e descrittivi, funzionali e pratici, utili ad una proficua e sintetica conoscenza di base della cultura emotiva e delle sue dinamiche, al fine di promuovere la crescita e lo sviluppo personale di ciascuno.

Uno strumento, dal punto di vista dell'approccio evolucionistico, di approfondimento e sviluppo incentrato sull'essere umano.

Una lettura e osservazione che focalizza l'attenzione sulla sfera emotiva, con lo sviluppo della indispensabile argomentazione dell'intelligenza emotiva, partendo da cenni storici legati a presupposti culturali, filosofici, ma anche scientifici, biologici, anatomici, riguardo alle emozioni di base e secondarie ed ai sentimenti, passando per la gestione e governo delle abilità emotive e arrivando al vivere emotivo consapevole al fine di prendere decisioni migliori.

Le emozioni da sempre hanno costituito argomento di grande interesse nei diversi contesti sociali, seppur inconsciamente, siamo continuamente influenzati dalle nostre emozioni, anche quando prendiamo delle decisioni. Crediamo di agire su un livello puramente logico, invece, spesso c'è un'emozione di fondo che indirizza ogni nostro agire.

Definire grammaticalmente la locuzione può apparire semplice e quasi scontato, nella sua struttura grammaticale possiamo identificare la radice della stessa parola emozione che deriva dal verbo latino Moveo, 'muovere', a cui si aggiunge il prefisso 'e', (movimento da), per precisare e puntualizzare che ogni emozione ha una tendenza all'azione.

Tuttavia il darle una maggiore connotazione specifica, non è di certo cosa da poco.

Ciò che risulta arduo è dare una prerogativa oggettiva generalizzata al 'sentire' (to feel), dal predicato verbale inglese, difatti il 'sentire' di un essere umano può divergere da persona a persona, insomma a seconda dell'individuo può essere caratterizzato da percezioni emotive completamente diverse e distinte...

\*\*\*

I risultati degli studi e le ricerche sull'intelligenza emotiva, a più di trent'anni dalla sua prima rappresentazione, pur non risultando ancora definitivi, contribuiscono ad alimentare un influsso sociale favorevole dal punto di vista tecnico di applicazione e culturale.

In particolare, le componenti emozionali di base, come la personalità

e la percezione, possono essere 'impiegate' attraverso l'esperienza, nell'acquisizione di competenze emozionali: conoscenza e consapevolezza emotiva, gestione delle emozioni.

Come vedremo in seguito, i primi a proporre la rappresentazione dell'intelligenza emotiva furono Mayer (1990) e Salovey (1997); l'acronimo EI, sta universalmente per Emotionale Intelligence, definito come conoscenza emozionale.

L'Intelligenza Emotiva è, dunque, l'abilità di percepire, valutare ed esprimere in modalità adattiva le emozioni, nonché quella di generare e/o utilizzare sentimenti al fine di facilitare le attività cognitive ed i comportamenti, inoltre comprende l'abilità di governare le emozioni di personali e nelle relazioni con gli altri.

Nel 1995, Goleman ha reso popolare l'EI definendo il ruolo che occupa, nel successo della vita delle persone, e lo ritiene determinante, e perfino superiore, a quello dell'intelligenza come classicamente intesa.

Come possiamo utilizzare questa fascinosa competenza all'interno della nostra vita quotidiana?

Oltre a comprenderne il significato teorico è interessante e opportuno conoscerne i risvolti pratici all'interno delle quotidiane difficoltà a cui tutti noi dobbiamo far fronte, e non sempre con i risultati attesi e superati.

Uno tra gli aspetti controversi derivanti dai modelli teorico-pratici sull'Intelligenza emotiva, riguarda la sua misurazione.

Oggi vengono prospettati diversi strumenti di misurazione disponibili (report e test ability) sul rapporto tra intelligenza emotiva e qualità della vita, benessere, successo scolastico, privato, professionale, sportivo.

Al di là della rilevanza di questi aspetti teorici e pratici dell'intelligenza emotiva, esistono differenze di livello in funzione dell'età o del genere e del sé. Posto che questi strumenti esistono, possiamo veramente attraverso di essi effettuare, un'eventuale misurazione uniforme atta a predire i risultati che le persone possono ottenere nei diversi contesti di vita? Le ricerche scientifiche non supportano adeguatamente gli strumenti di misurazione sopra citati, pertanto, possiamo ravvisare soprattutto nei siti internet o riviste di benessere oggi molto diffusi, contributi diversamente divulgativi, che continuano a perpetrare queste possibili variabili tra le diverse scuole di pensiero.

Ognuno è libero di esprimere le proprie considerazioni e di poter valutare, constatare e sperimentare, con il proprio vissuto esperienziale, il proprio training emozionale unico e caratteristico.

Le pagine che seguono, tracciano la materia che riguarda l'intelligenza emotiva e, nel far questo, ci avvarremo del contributo di esperienze

realmente vissute da persone reali, in cui ti potresti riconoscere.

Una materia, un'arte, una filosofia, una cultura che tratta di abilità che tutti, chi più, chi meno, possiedono nel proprio codice genetico e, anche per questo, potenzialmente sviluppabile e migliorabile nella modalità più consona a ciascuna persona...

\*\*\*

Facciamo parte della società sin da piccoli, talvolta riusciamo a esprimere il meglio di noi, altre volte no; abbiamo poco tempo e spazio per chiederci cosa realmente va bene e cosa realmente ci piace fare o essere sul serio, siamo subissati da incombenze e impegni quotidiani e spesso non riusciamo neanche a conoscerci profondamente.

Crediamo di essere arrivati, di non aver bisogno di nessuno, di avere e sapere tutto quello di cui abbiamo bisogno... di avere la piena consapevolezza e conoscenza di chi siamo, cosa facciamo, cosa vogliamo, dei nostri valori, del nostro potenziale e del nostro talento.

Saper vivere esprimendo al massimo le nostre qualità è cosa complessa!

Diversi studi e ricerche condotti nei molti contesti sociali della realtà quotidiana, dimostrano che, nella maggior parte dei casi, siamo insoddisfatti, non ci sentiamo apprezzati, non ci sentiamo ascoltati, facciamo una vita monotona e noiosa, non valorizziamo abbastanza le nostre abilità e qualità. Siamo insoddisfatti del lavoro, della vita privata, dei risultati sportivi, questo in quanto presumibilmente, non viviamo appieno chi realmente siamo, magari stiamo svolgendo delle attività o ruoli non adatti a noi, alle nostre caratteristiche, ai nostri valori...

\*\*\*

Per collegare la connessione, a completamento dell'exkursus del pensiero filosofico tracciato nelle precedenti pagine, alla contemporaneità, possiamo certamente affermare che l'essere umano, fin dagli albori, ha due principali fini nella vita: Cercare il piacere ed evitare il dolore.

Perseguire e raggiungere tali scopi potrebbe equivalere, per i più, a raggiungere la serenità, l'equilibrio personale, lo stare bene, la felicità e, quindi, una possibile autorealizzazione di vita.

Nessun maestro di vita, luminare o guru ci potrà mai consigliare o prescrivere esattamente la strada più adatta per ottenere il raggiungimento e l'attuazione di questi stati d'animo piacevoli, in quanto, un percorso di vita non può essere omologato o stereotipato con gli stessi ingredienti o ricette che siano riconosciute universali per tutti.

Ogni singola persona, anche se supportata da professionisti, nel proprio

percorso ha un modo unico e originale nell'attuare la propria esplorazione e ricerca personale, peraltro, se questa riesce e la sostiene, ci dà la possibilità di elevarci al di sopra di ogni immaginabile sensazione piacevole. Talvolta, invece, questa concretizzazione non sempre riesce o riesce solo in parte.

Quali sono le ragioni che conducono certe persone a mettere in atto la propria realizzazione e benessere mentre ad altre viene preclusa?

Rispondere a questa domanda non è di certo facile, anche perché le variabili sono molteplici, e lo diventa ancor di più se non siamo disposti a comprendere che la maggior parte delle volte sabotatori diretti del successo personale, possiamo essere noi stessi.

Utilizziamo tutte le nostre energie per difenderci dagli altri anziché da noi stessi, forse per il timore di esplorarci dentro e vedere cose che non vanno o non ci piacciono, spesso arriviamo a proiettare sugli altri sentimenti malsani e spiacevoli, sentimenti di rabbia, frustrazione, invidia, gelosia, che inibiscono il miglioramento e la nostra attivazione e crescita personale...

\*\*\*

In quanti possiamo sostenere di conoscere realmente la versione della nostra esistenza?

La storia di seguito narrata, vede protagonisti due leoni e un cucciolo, figlio di uno dei due, al quale il padre vuole raccomandare il significato dell'esistenza.

L'esplicazione nei prossimi due capitoli, introduce elementi insiti nell'essere umano, favorevoli e contrari, di forze e di ostacoli, di acque limpide o torbide, di terre feconde o sterili, di aria pura o inquinata, di fiamma ardente o flebile. Mettiamoci comodi, e scopriamo, un po'di più, ciò che può essere parte della nostra storia e del nostro equilibrio personale...

\*\*\*

Fare un salto verso la conoscenza e consapevolezza di sé è la forma più elevata di libera espressione, traducibile in massima eccellenza e qualità, talvolta, può risultare inesplorata ma, attraverso la vocazione, dedizione, perseveranza e l'impegno possiamo raggiungere grandi risultati.

Diverse persone, a primo impatto, non sono disposte a scoprire, individuare, allenare, le proprie forze, governare le emozioni e i propri limiti, attenuare gli effetti dei propri auto sabotatori.

Una verosimile spiegazione a questi 'blocchi' è da ricercare nel proprio 'lo' più autentico e nella propria essenza identitaria.

Essi sono costituenti dal peso notevole sui possibili progressi e sviluppi personali; possono assurgere un ruolo inibitore e conflittuale, che non

consente la piena, libera e autonoma espressione.

Siamo lieti e onorati, attraverso questo manuale operativo, di essere, in parte, lo stimolo traducibile in allenamento, miglioramento, sviluppo e progressione della tua persona; poterti supportare, attraverso i contenuti, nei momenti di crisi ma anche nei momenti di gioia, nel raggiungimento dei traguardi, favorendo e sostenendo gli obiettivi che realizzerai: tutto questo, ci gratifica immensamente!

*Come posso migliorare la gestione delle emozioni?*

*Cosa devo fare per motivare i miei collaboratori?*

*Come posso migliorare la relazionalità con i miei figli?*

*Cosa mi impedisce di avere successo nello sport?*

*Vorrei essere un grande leader*

*Desidero avere una relazione duratura con un partner*

*Vorrei raggiungere i miei desideri e obiettivi*

*Intendo governare i miei limiti e ostacoli*

Queste e tante altre, sono alcune delle concrete esemplificazioni dell'inizio di un 'viaggio' dettato dalle spinte motivazionali e dai propri intenti personali. 'Viaggio', intrapreso con fiducia, alleanza, cura e dispendio di energie, che genera risultati esponenziali, talvolta inattesi.

Difatti, come ogni sacrificio, ogni avversità, passando anche da insuccessi e sofferenze, alla fine può portare con sé il rovescio della medaglia, quindi i conseguenti benefici.

Dentro ognuno di noi ci sono elementi originali, cose che ci diversificano dagli altri, incorporiamo la nostra storia, il nostro vissuto, i tipici comportamenti e pensieri, voci nascoste, talvolta inascoltate, paure, gioie, obiettivi, valori, regole, desideri, aspettative, preoccupazioni, tutti elementi che ci dicono chi siamo, cosa facciamo e come ci relazioniamo.

Siamo un'infinitesima parte del mondo abitato che ci circonda, è triste e spiacevole pensare che ci siano persone che non raggiungeranno la propria autorealizzazione, i propri desideri, obiettivi, nel rispetto della propria essenza-esistenza.

La lettura degli argomenti selezionati e trattati nei precedenti capitoli, per qualche persona già noti e per qualche altra sconosciuti, ci condurrà nella prosecuzione di questo capitolo.

Tratteremo di pura azione, di allineare, cominciando da sé stessi, il proprio essere autentico, imparando a conoscere o riconoscere le informazioni, da qualsiasi contesto arrivino, al fine di trarre l'adeguata conoscenza, consapevolezza, responsabilità, autonomia e scelta personale.

Una progressione che ci accompagnerà nel raggiungere un efficace e funzionale allenamento, con il massimo beneficio possibile, attraverso i nostri traguardi e la conseguente auto realizzazione verso la nostra ricchezza. Gli strumenti o 'la cassetta degli attrezzi' che avrai a disposizione saranno i tuoi validi "strumenti" di cui non potrai più fare a meno, potrai di volta in volta, sceglierne l'utilizzo, a seconda della situazione.

Ci faranno percepire o non percepire sensazioni ed emozioni, compiere o non compiere azioni, agire o non agire comportamenti, considerare o non considerare pensieri. Ci condurranno e porteranno verso un miglior grado di conoscenza e, alla fine, attraverso la personale esperienza, gli impulsi e intuizioni, l'esecuzione e l'azione, insomma, ognuno di noi si potrà render conto di aver tracciato le proprie coordinate verso la rotta personale o averla modificata in itinere, per raggiungere l'eccellenza e la massima espressione di sé.

Dopo aver curato l'aspetto di carattere conoscitivo e culturale delle materie e tematiche trattate, attinenti e connesse allo sviluppo e allenamento della propria essenza personale, intendiamo dare un contributo o spunto fattivo composto di azione e operatività concreta, che trova sintesi e applicazione nell'esperienza professionale, direttamente sul campo.

La stessa, se lo riterrai opportuno, potrà essere rielaborata, tradotta, riadattata, perfezionata e agita in base a una personale attivazione e metodica applicativa, anche con l'eventuale supporto, presidio attento e responsabile di validi professionisti e facilitatori.

Un percorso pratico per sviluppare, migliorare o modificare aspetti della vita su cui vorrai porre l'accento: dalla famiglia alla professione, dalla vita privata allo sport...

\*\*\*

I precedenti capitoli, ci hanno condotto verso strumenti di possibile utilizzo quotidiano finalizzati all'esplorazione, individuazione, valutazione e attuazione, mediante l'allenamento delle originali qualità e abilità personali. Durante le esercitazioni esperienziali, abbiamo avuto modo di scoprirci e attivarci un po' di più.

Cosa ottenere? Quale futuro desiderare? Cosa è importante? Cosa ci rende così unici e irripetibili?

L'elaborazione e programmazione funzionale del piano d'azione ci ha permesso di realizzare obiettivi, passando da attività valutative ad attività dinamiche. Queste, ci hanno consentito di spingerci verso la progettazione e una possibile realizzazione del futuro desiderato.

Siamo arrivati all'ultimo capitolo, in cui proviamo a osservare il percorso fin qui portato avanti, a tirare le somme, a correggere il tiro, oppure ad

approfondire e determinare a che punto siamo del nostro presente e quale futuro vogliamo creare.

Siamo riusciti a raggiungere e ottenere ciò che desideravamo?

E ciò che abbiamo ottenuto, allo stato attuale, lo possiamo considerare soddisfacente pieno ed esauriente, rispetto alle nostre intenzioni iniziali, o risulta essere parziale o, ancora, costituisce un nuovo punto di avvio da cui poter proseguire?

Abbiamo conquistato la massima espressione di qualità ed eccellenza?

Se approfondiamo tutto ciò in relazione alla strada fin qui percorsa, ne consegue che la capacità di entrare in connessione, sia con noi stessi, in merito a quello che siamo e quello che facciamo, ma anche con le altre persone a noi connesse, possiamo intravedere elementi in grado di avere impatti importanti, non solo sulla nostra esperienza e su quella collegata con le altre persone, ma anche sulle relazioni, sull'efficacia e la qualità personale.

Da questo punto di osservazione potremo rilevare l'ulteriore importanza di questi aspetti in qualsiasi ambito nel nostro percorso di vita.

L'importanza delle abilità e delle capacità personalizzate per ottenere e garantire il proprio benessere e la propria realizzazione, richiede aspetti come l'essere dinamici, intuitivi, ma anche evolutivi e partecipativi verso il proprio progresso, attraverso piani di azione e strategie ottimizzate per allenarsi, sviluppare e crescere, favorendo un orientamento di un mondo che muta, e che necessita di nuove risorse interpersonali e trasversali, in arricchimento a quelle abituali...

## **Contenuti speciali**

Registrati o contattaci per ottenere i contenuti riservati

- [www.lespressionedellequalitapersonali.it](http://www.lespressionedellequalitapersonali.it)
- [info@lespressionedellequalitapersonali.it](mailto:info@lespressionedellequalitapersonali.it)
- [postmaster@lespressionedellequalitapersonali.it](mailto:postmaster@lespressionedellequalitapersonali.it)
- seguici sui social media



### **Informazioni sull'autore**

*Azienda qualificata e specializzata nella ricerca, valorizzazione, allenamento, sviluppo e gestione delle risorse personali (abilità, forze, capacità, talento) in ambito privato, professionale, sportivo, nei gruppi di lavoro e team.*

*Impresa che ha origine da un'affermazione e partecipazione precisa:*

*“Elevare la massima espressione delle abilità, capacità, risorse interiori, motivazione e talento oltre la funzionale gestione delle interferenze e degli ostacoli, il messaggio che ci impegniamo a trasmettere ed attuare è che tutte le persone possono esprimere il massimo del loro potenziale”.*

*Essa riassume e traduce le proprie conoscenze ed esperienze frutto di anni di studio, ricerche, approfondimenti, esercizio sul campo, ideando una metodologia specifica e pratica che si riconosce nel suo stile distintivo; attraverso questo testo la promuove e divulga come base essenziale per poter favorire la massima espressione di sé stessi, il raggiungimento di traguardi e la realizzazione personale.*

*La compagine societaria crede fermamente nell'evoluzione e progressione continua delle persone, ritiene sia il più grande investimento o arricchimento che l'individuo possa fare per sé stesso.*

*Paolo Alessio Concas*

© Copyright 2021 di **8CPA Srls** - Carbonia  
Iscrizione Rea Ca - 353838



Tutti i diritti riservati.

Non è consentito riprodurre, duplicare o inviare qualsiasi parte di questo documento tramite strumenti elettronici o stampa.

La registrazione di questo documento è severamente vietata.



Finito di stampare  
dalla **Cooperativa Tipografica Editoriale "N. Canelles"** - Iglesias  
nel mese di Dicembre 2021

tel. 0781.21086  
info@ctetipografia.it



**Copia omaggio**

