

## Il tuo test gratuito di autostima

Benvenuto a Lifenowacademy.

Sono Elena Adani e mi congratulo con te per aver scaricato questo file, questa è una delle azioni più importanti che tu abbia mai intrapreso per il tuo benessere. Avere una buona autostima è importante per vivere una vita felice e in salute più di quanto tu pensi. Se in passato non avessi sperimentato la mancanza di autostima, non sarei mai potuta diventare una life coach, non sarei qui a parlare con te e a darti il mio sostegno.

Perciò non permettere ai tuoi impegni quotidiani di distrarti e impedirti di rispondere alle domande di questo test, prenditi tutto il tempo necessario per farlo. Le tue risposte sono fondamentali per aiutarmi a conoscerti meglio e darti i miei suggerimenti per vivere una vita più serena.

► Sei pronto? Eccoti il tuo test gratuito di autostima. Buon lavoro. ◀

### TEST

1. Come ti chiami?
2. Di dove sei?
3. Quanti anni hai?
4. Descrivi la tua personalità. Quali sono gli aspetti del tuo carattere che ti piacciono di più? Quali invece quelli che ti piacciono meno?
5. Lavori, o quali altri compiti svolgi?
6. Che tipo di lavoro fai esattamente?
7. Ti piace il tuo lavoro?
8. Hai mai frequentato un corso di crescita personale?
9. Hai mai letto un libro di crescita personale?
10. Ritieni che ora ti possa essere utile l'aiuto di un life coach? Se sì, quali aspetti della tua vita vorresti migliorare?
11. Se fosse disponibile sul web un corso per aiutarti a vivere una relazione migliore con il tuo o tua partner, con la tua famiglia, oppure con i tuoi colleghi, il tuo capo o i tuoi dipendenti, saresti interessato a frequentarlo? Quanto lo pagheresti (99€, 199€ oppure quanto?).
12. Puoi descrivere com'è il rapporto che hai con il tuo o la tua partner, con la tua famiglia, colleghi di lavoro, capo o dipendenti?
13. Quale relazione (con il tuo o la tua partner, con la tua famiglia, colleghi di lavoro, capo, dipendenti o clienti) vorresti migliorare ora?
14. Quale dei tuoi sogni vorresti che si avverasse entro il prossimo anno?
15. Che tipo di lavoro o di attività quotidiana ti darebbe soddisfazione?
16. Qual è il più grande ostacolo che ti impedisce di raggiungere i tuoi obiettivi?

Ti chiedo la cortesia di inviarmi le tue risposte a questo indirizzo email: [elena@lifenowacademy.com](mailto:elena@lifenowacademy.com)

Grazie per aver risposto alle domande di questo test. Non vedo l'ora di riceverle al più presto.

Ti auguro una buona giornata/serata.

Cordiali saluti

*Elena Adani*



**P.S.**

**I tuoi dati verranno trattati con assoluta riservatezza secondo le normative Europee sulla Privacy 2016/679.**