



**Sei una Donna e Vuoi imparare a Volerti Bene, a far Crescere e Rafforzare l'Autostima dentro di Te? Vuoi smetterla di non credere più in Te stessa, di pensare sempre in negativo?**

**Giancarlo Fornei è il mental coach che aiuta le donne a creare e rafforzare l'Autostima, nonché a raggiungere un Obiettivo in 5 passi.**

**S**e stai cercando di capire come puoi migliorare la Tua **Autostima** e la capacità di tornare a Credere in Te stessa, questa è probabilmente la pagina più interessante che leggerai oggi. Se stai cercando di imparare una o più delle cose che seguono, **Mental**

**Coaching per Autostima & Obiettivi in 5 passi** è il programma di coaching che fa per Te. Se Vuoi imparare a:

- 1) **Volerti bene e migliorare la Tua Autostima;**
- 2) **Alimentarla continuamente, per farla crescere e prosperare dentro di Te;**
- 3) **Cominciare a Credere in Te stessa ed in quello che fai;**
- 4) **Rafforzare le Tue Credenze Positive ed imparare ad eliminare quelle negative;**
- 5) **Cambiare il Tuo modo di pensare ed imparare a Pensare in Positivo;**
- 6) **Imparare ad agire, senza più attendere passivamente e rimandare le cose;**
- 7) **Acquisire maggior fiducia in Te stessa e nelle Tue capacità;**
- 8) **Imparare a definire e focalizzare bene un Obiettivo;**
- 9) **Cercare di capire come poterlo raggiungere e quali strumenti Ti servono...**

---

**Mental Coaching per Autostima & Obiettivi in 5 passi** non è solo un programma di coaching dove poter migliorare le Tue Credenze Positive, imparare a far Crescere l'Autostima e raggiungere un Obiettivo, è un vero e proprio pieno di Energia Motivazionale, per ricaricare le Tue Pile! Giancarlo Fornei è chiamato il **"Coach delle Donne"** per le sue esperienze di coaching con moltissime donne, ed è considerato uno dei

## **massimi esperti di Pensiero Positivo, Crescita Personale e Motivazione.**

---

**San Francesco d'Assisi** diceva:

*“Fratello, sorella, fai attenzione a come pensi e a come parli  
perché potrebbe trasformarsi nella profezia della tua vita”.*

Ho scoperto sulla mia pelle quanto sia **importante avere una buona Autostima**, piacersi, volersi bene ed accettarsi per quello che uno è. Spesso, invece, le donne vorrebbero essere *“qualcun altro”*, non si piacciono e neppure si apprezzano. Questo determina un abbassamento del livello di Autostima: **fondamentale per andare avanti nella vita.**

L'Autostima è l'insieme delle percezioni che una persona ha: come si vede (bella o brutta), come si senti (importante o una nullità), come si ascolta (il famoso dialogo interno, insomma le cose che si dice).

Devi sapere che l'Autostima è formata principalmente da come una persona si percepisce, **ma anche dalle convinzioni e dalle credenze che si è creata durante tutto l'arco della Sua vita**, in seguito alle esperienze che ha vissuto direttamente (e indirettamente) e, soprattutto, all'interpretazione che ha dato alle stesse.

Mentre farai coaching con me, Ti aiuterò a cambiare il Tuo modo di pensare, a creare Autostima e Ti insegnerò come tornare a volerti bene. Ti racconterò di storie reali, di tante altre donne che, come Te, avevano dei problemi e sono **“tornate a Sorridere, a riappropriarsi della loro vita”**. Dovrai fare solo una cosa, difficile e facile al tempo stesso: **crederci e poi AGIRE, ed ancora... AGIRE!!!**

Purtroppo, la maggior parte delle donne **hanno poca fiducia in se stesse**. Le nostre credenze, per lo più negative, ci sono inculcate sin da bambini

nell'ambiente familiare prima e in quello scolastico poi. Più ci sentiamo ripetere che non siamo capaci di fare una certa cosa, più il nostro cervello, con il tempo, finirà per darsi in automatico la risposta, che naturalmente sarà negativa.

Fidati: faccio questo mestiere da più di venti anni, **gli ultimi cinque passati quasi esclusivamente a fare coaching con l'Universo Femminile e non conosco nessuno che non sia in grado di fare qualcosa di buono e significativo nel corso della propria vita: è solo un problema di credenze.**

**Traduco il mio lavoro con una metafora:**

**“ri-carico le pile delle persone ed offro loro nuova energia positiva”.**

E le Tue pile come sono? Scariche?! Bene. Se hai capito quanto sia importante per Te cominciare o ri-cominciare a credere in Te stessa e Vuoi veramente imparare a Pensare in Positivo ed accrescere l'Autostima, chiamami ora al **392/27.32.911.**

**Facendo coaching con me, apprenderai cose meravigliose sul Tuo cervello, imparerai a credere maggiormente in Te stessa ed in quello che fai. Comincerai a cambiare il Tuo modo di pensare e giorno dopo giorno, goccia di Autostima dopo goccia, tornerai ad avere fiducia in Te stessa, a volerti bene, a riappropriarti, piano piano, della Tua vita.**

Sono sincero con Te e voglio che Tu sappia che è impossibile *“Cambiare dalla sera alla mattina il Tuo modo di pensare”*. Quindi, **evita di pensare che con una o due sessioni di coaching Tu possa risolvere i Tuoi problemi.** Ci sono voluti anni ed anni per creare le *“credenze negative”* che hai dentro di Te, quindi, hai bisogno di tempo per cambiare le Tue abitudini.

**Ti sto dicendo che se lavorerai seriamente, con costanza e ripetizione, oltre ad imparare delle cose nuove e meravigliose sul Tuo cervello, gettare le basi per costruire una sana Autostima, compierai i primi passi**

verso un cambiamento maggiore, che Ti porterà, agendo ogni giorno, a riappropriarti della Tua vita. Sino a raggiungere l'Obiettivo che Ti porrai.

---

## Il programma di Mental Coaching per Autostima & Obiettivi in 5 passi

Il *“Mental Coaching per Autostima & Obiettivi in 5 Passi”* è un **Programma Attivo, che insegna alle Donne ad AGIRE**. Funziona proprio per questo: **perché Sei Tu che devi Agire**. Si compone di un percorso di 5 passi, ognuno legato all'altro da una serie di azioni pratiche da compiersi ogni giorno. Che Tu, Solo Tu, devi compiere.

**Passo n° 1. Chi Sei?** Stabilisci chi Sei e che cosa Vuoi realmente dalla Tua vita;

**Passo n° 2. Cambia i Tuoi Pensieri.** Sostituisci i Tuoi pensieri limitanti con dei pensieri potenzianti.

**Passo n° 3. Obiettivi.** Definisci nei minimi particolari i Tuoi Obiettivi e datti delle Priorità.

**Passo n° 4. Programma.** Stila un Programma con le Cose da fare, Date e Strumenti di controllo.

**Passo n° 5. Azione.** Adesso Agisci, Agisci ed ancora... Agisci.

*“Mental Coaching per Autostima & Obiettivi in 5 Passi”* è un **Programma di Coaching personalizzabile, in base alle Tue specifiche esigenze**. Chiama ora il **392/27.32.911** o manda un'email a [info@giancarlofornei.com](mailto:info@giancarlofornei.com) spiegando in linea di massima i Tuoi problemi, provvederò subito a contattarti, nonché a prepararti un programma personalizzato con tanto di preventivo economico.

**Chi è Giancarlo Fornei**



Mi chiamo Giancarlo Fornei e sono un **Formatore Motivazionale & un Mental Coach**. Da più di 22 anni mi occupo di consulenza e formazione nel campo del marketing turistico, comunicazione efficace e tecniche di vendita. Dal 1999 mi occupo di **Crescita Personale**, in particolar modo, di formazione nel settore **della Comunicazione Efficace e Persuasiva, Autostima, Pensiero Positivo, Motivazione Umana e Allenamento Mentale**.

Da buon marketer, ho sempre anticipato gli eventi e dopo aver conosciuto e cominciato a studiare la PNL già nel lontano 1994, ho cominciato ad occuparmi di **life e sport coaching** dal settembre 2003.

Dicono di me che sono particolarmente abile nell'ascoltare e capire le donne, nel valorizzarle ed aiutarle a sfruttare al meglio le Risorse che hanno. La maggior parte delle donne che fanno coaching con me o che partecipa ai miei seminari, apprezza soprattutto l'entusiasmo e la passione che metto nel trasmettere le mie conoscenze ed esperienze. La stessa passione e lo stesso entusiasmo che mi hanno contraddistinto in tutta la mia vita, nella buona e nella cattiva sorte.

La mia Missione è aiutare le donne a tornare a credere in sé stesse, a creare Autostima, definire e raggiungere i propri obiettivi. Per fare questo ho sviluppato un programma di coaching chiamato **“Mental Coaching per Autostima e Obiettivi in 5 Passi”**.

Sono autore dell'ebook motivazionale di oltre 240 pagine [PENSO POSITIVO](#) e dell'ebook di oltre 320 pagine [DONNE IN CRISI](#), un vero e proprio manuale di coaching per aiutare le donne in difficoltà. Entrambi pubblicati dalla **Bruno Editore**. In autunno, uscirà il mio terzo libro, scritto nuovamente sulle donne: *“Conoscere e capire le donne”*.

**Perché, come coach, Ti aiuterò a tornare a credere in Te stessa.**

**“Mental Coaching per Autostima e Obiettivi in 5 Passi”** non è solo un programma di coaching coinvolgente e pieno di entusiasmo. Ha un taglio pratico, pieno di consigli, suggerimenti e metodi immediatamente applicabili.

**Attraverso il racconto delle esperienze di alcune donne che hanno lavorato con me, Ti dimostrerò che cambiare in meglio e tornare a credere in Te stessa... è possibile!**

Ti dimostrerò come puoi influenzare la Tua mente e imparare a guidarla. **Tu devi soltanto Agire e mettere in Pratica, con costanza, le cose che Ti insegno.** Ti farò lavorare su Te stessa moltissimo, forse, come mai hai fatto prima. Chiamami ora con fiducia, **al 392/27.32.911.**

**A chi non è adatto il mio programma di coaching**

**“Mental Coaching per Autostima e Obiettivi in 5 Passi”** presuppone l'AZIONE. Perché se Vuoi accrescere la Tua Autostima e migliorare il Tuo modo di pensare, devi creare delle nuove abitudini e, **le abitudini, si creano solamente con la ripetizione delle cose.**

**Se cerchi un coach che si limiti ad ascoltarti passivamente, un programma di coaching teorico, Ti conviene tenerti i soldi in tasca ed investire il Tuo tempo facendo dell'altro.**

**Questo è un programma adatto a chi ama agire, che Ti chiede di AGIRE.** Se non desideri compiere delle azioni, cambiare quelle vecchie e creare delle nuove abitudini, non sono il coach adatto a Te. Scegli pure qualcun'altro!

## **Come entrare in contatto con me**

Hai tre modi:

- Via telefono. **Chiamami ora al 392/27.32.911;**
- Per posta elettronica. **Mandami un'email ad [info@giancarlofornei.com](mailto:info@giancarlofornei.com)**
- Su Facebook. **Entra su Facebook e diventami amico, digita il mio nome.**

## **I miei costi**

- **1 ora di coaching con me**, presso il mio studio a Marina di Carrara, **costa 80 €** al netto della ritenuta di acconto;
- se vieni da lontano, è opportuno ottimizzare i costi, facendo sessioni di coaching da 2 o 3 ore;
- Una sessione di coaching **telefonico di 30 minuti costa 35 €** al netto della ritenuta di acconto (la telefonata è sempre a carico Tuo).

### **L'unico coach che viene a casa TUA**

Se non puoi spostarti, dietro il solo rimborso delle spese vive, mi sposto io su tutto il territorio nazionale, vengo a fare coaching direttamente a casa Tua.

**Se Vuoi misurare il valore di un coach, chiedigli cosa ha fatto di bello nella sua vita. Se è un vincente, non avrà problemi a risponderti, e mentre Ti parlerà delle sue vittorie, Ti racconterà anche delle sue sconfitte, perché attraverso le sconfitte si apprende e si diventa più forti.**

**Se è un perdente, è probabile, molto probabile che troverà mille scuse. Ricorda che i vincenti sono molto più facili da avvicinare dei perdenti e, soprattutto, sanno mettersi sempre in discussione.**

Sono pronto a lavorare gomito a gomito con Te, ad insegnarti le migliori tecniche per motivarti, accrescere la Tua autostima, definire correttamente un obiettivo, trovare le risorse giuste (dentro e fuori di Te), raggiungerlo. Tecniche che ho imparato **in oltre 22 anni di vita professionale, in una marea di corsi e seminari fatti, nonché in più di 470 libri letti e riletti (solo negli ultimi cinque anni).**

Non so se Ti rendi conto che sono pronto a trasferirti tutto quello che ho imparato. Tutto quello che ho personalmente testato. **Perché solamente così tornerai a riappropriarti della Tua vita, e resterai pienamente soddisfatta dell'investimento che hai fatto.**

Gioco la mia *“faccia”* e la mia *“credibilità”* e Tu, sei pronta a metterti *“in gioco”* con umiltà? A lavorare con un coach come me? Sappi che amo agire e pretenderò che anche Tu agisca. Se sei pronta? **Chiama ora, 392/27.32.911. Sarà il miglior investimento che puoi fare su di Te e per Te.**

**PS. 1.**

Ripeto: per cambiare il Tuo modo di pensare e costruire una sana Autostima, non Ti basta fare una o due sessioni di coaching. **Devi mettere in pratica, con costanza e ripetizione, le cose che impari.** Devi farlo tutti i giorni, con costanza e ripetizione, in modo da creare una nuova abitudine. **Devi AGIRE.**

Devi compiere delle azioni. Devi metterci impegno e buona volontà. E bada bene: **ho affermato che devi metterci impegno e buona volontà. Diffida dai coach che Ti promettono i miracoli, perché cambiare modo di pensare, tornare a credere in Te stessa, creare Autostima o semplicemente farla**

**crescere, è impossibile da compiere senza Azioni pratiche, volte a cambiare le Tue vecchie abitudini.**

## **PS. 2.**

Se Vuoi organizzare una delle mie conferenze sull'Autostima nella Tua città, scrivimi subito ad [info@giancarlofornei.com](mailto:info@giancarlofornei.com) o chiamami al **392/27.32.911**. Le mie conferenze sono gratuite e Ti chiederò solo tre cose:

- 1. di trovarmi un posto dove tenere la conferenza;**
- 2. di promuoverla nella Tua città;**
- 3. di rimborsarmi le spese di viaggio ed offrirmi l'ospitalità (puoi anche cercare un piccolo sponsor che copra le mie spese).**

Richiedere maggiori informazioni non Ti costa nulla, scrivimi i Tuoi dubbi ad [info@giancarlofornei.com](mailto:info@giancarlofornei.com) oppure chiamami al **392/27.32.911**, sarà un piacere, per me, rispondere a tutte le Tue domande.

Giancarlo Fornei

Formatore Motivazionale, Scrittore & Mental Coach

*"Che aiuta le donne a creare Autostima e raggiungere un Obiettivo in 5 passi"*

**[www.giancarlofornei.com](http://www.giancarlofornei.com) - [info@giancarlofornei.com](mailto:info@giancarlofornei.com) - 392/27.32.911**

Il Blog che ho dedicato alle Donne <http://donneincrisi.blogspot.com/>