



**ENTREUTH**  
EMPOWER, INNOVATE, ACHIEVE

# GUIDA AGLI STRUMENTI PER FUTUREMAKERS

## Livello 1



Co-funded by  
the European Union

Cofinanziato dall'Unione Europea. Le opinioni espresse sono tuttavia esclusivamente quelle degli autori e non riflettono necessariamente quelle dell'Unione Europea o dell'Agenzia Nazionale. Né l'Unione Europea né l'Agenzia Nazionale ne possono essere ritenute responsabili.

# Indice

<b>INTRODUZIONE E ORIENTAMENTO</b>	<b>3</b>
<b>Benvenuto nel tuo kit di strumenti</b> <b>Come usare questa guida</b> <b>Il percorso IGNITE: cosa farai in questo livello</b> <b>Modalità Buddy vs Modalità Solo</b> <b>Consigli per gli appunti: come riflettere con una intenzione</b>	
<b>FONDAMENTA DEL POTERE</b>	<b>6</b>
<b>Progetta il tuo successo: Checklist per chiarire i tuoi obiettivi</b> <b>Focus e Flow</b> <b>Automatizzare il successo</b>	
<b>STRUMENTI PER FUTURE MAKERS</b>	<b>12</b>
<b>Valutazione "Il Mio Elemento"</b> <b>Spark Canvas - Mappare passioni, talento ed energia</b> <b>Problemi che vale la pena risolvere</b> <b>Why Statement - Dichiarazione di intenti</b>	
<b>APPUNTI DI RIFLESSIONE - LIVELLO 1</b>	<b>16</b>
<b>Checklist delle tappe fondamentali</b> <b>Sono pronto per il Livello 2: BUILD?</b>	

# INTRODUZIONE E ORIENTAMENTO

## COME UTILIZZARE QUESTA GUIDA

Questa guida è il tuo spazio per esplorare, riflettere e creare. Si affianca alle tue lezioni online: puoi considerarla come il tuo quaderno personale di laboratorio per FutureMakers.

**Usala per:**

- Svolgere attività come lo Spark Canvas o la Why Statement
- Annotare pensieri, domande e riflessioni
- Monitorare i tuoi progressi verso il Livello 2

**Puoi compilarla:**

- A mano (stampandola)
- In formato digitale (PDF compilabile o documento modificabile)

Non è necessario completare ogni pagina in modo perfetto. Basta presentarsi, essere se stessi e farla propria.



# INTRODUZIONE E ORIENTAMENTO

---

## IL PERCORSO IGNITE: COSA FARAI IN QUESTO LIVELLO

Questo livello è dedicato alla scoperta della tua “scintilla”: il punto di partenza del tuo percorso FutureMakers.

- Esplorerai:**
- Ciò che ti dà energia
  - Ciò che desideri cambiare
  - Il problema che ti coinvolge davvero
  - Perché è importante per te

- Al termine di IGNITE, avrai:**
- Una maggiore consapevolezza di chi sei
  - Un problema significativo da affrontare
  - Il tuo “Perché” personale
  - Una prima idea in fase di sviluppo

Non si tratta di avere tutto chiaro fin da subito.

Si tratta di iniziare a muovere i primi passi concreti come creatore, non solo come osservatore.

Non stai solo imparando: stai diventando un FutureMaker.

**Iniziamo.**

# INTRODUZIONE E ORIENTAMENTO

## MODALITÀ BUDDY VS MODALITÀ SOLO

Puoi scegliere come apprendere:

### Modalità Buddy:

- Lavora in coppia o in un piccolo gruppo.
- Condividi idee, ricevi feedback e mantieni alta la motivazione.

### Solo Mode

- Lavora in autonomia.
- Procedi al tuo ritmo, mantieni un approccio personale, rifletti con tranquillità.

## CONSIGLI PER TENERE IL DIARIO - Come riflettere in modo consapevole

*Il tuo diario non serve a trovare le "risposte giuste".  
È uno spazio per pensare, sentire e comprendere.*

Ecco come sfruttarlo al meglio:

- **Sii onesto, non perfetto:** dì quello che pensi veramente.
- **Scrivi come se nessuno stesse leggendo:** questo è per te
- **Usa parole, disegni o messaggi vocali:** qualsiasi cosa funzioni
- **Individua schemi ricorrenti:** nota cosa ti entusiasma o ti frustra
- **Chiediti spesso "perché?":** porta a intuizioni profonde

*Più sarai autentico, più imparerai.*

# FONDAMENTA DI POTERE

Questa è la tua guida. Leggila prima di iniziare e usala come riferimento per raggiungere qualsiasi obiettivo ti poni.

## **Cosa la maggior parte delle persone sbaglia quando si fissa degli obiettivi**

Molte persone scrivono obiettivi che suonano bene, ma che poi non portano a nulla. Sono troppo vaghi ("migliorare nel marketing"), troppo ambiziosi ("avviare un'attività di successo") o troppo scollegati da ciò che conta davvero per loro. Ecco perché tanti obiettivi finiscono per essere dimenticati o lasciati a metà. Pensiamo di aver fallito, ma in realtà non abbiamo semplicemente formulato l'obiettivo in un modo che il nostro cervello potesse elaborare. Un buon obiettivo non è solo un compito: è una **direzione** personale, stimolante e sufficientemente chiara da poter agire.

## **Cosa funziona davvero: la base scientifica**

Gli obiettivi che funzionano davvero sono quelli che risultano **emotivamente significativi**, **ben definiti** e focalizzati sul **breve termine**. Perché? Perché il nostro cervello è programmato per agire su obiettivi a breve termine che appaiono stimolanti e raggiungibili. Abbiamo bisogno di sentirci coinvolti in ciò che stiamo facendo e il nostro cervello ha bisogno di un obiettivo chiaro da raggiungere. Più il nostro obiettivo è specifico e in linea con ciò che ci motiva, maggiori sono le probabilità di portarlo a termine, non per forza di volontà, ma perché è davvero importante per noi.

## **Definisci un obiettivo chiave**

Non tutti gli obiettivi sono uguali. Alcuni sono solo piccole vittorie. Altri, come gli obiettivi chiave, **cambiano** completamente le carte in tavola. Un obiettivo chiave è quell'elemento che, se ci si concentra su di esso, fa progredire tutto il resto. Si collega direttamente al futuro più ampio che si desidera e crea slancio in altri ambiti. Non servono cinque obiettivi. Ne serve uno che conti. Uno che sblocchi il progresso. Uno che ti faccia dire: "Se faccio questo, tutto il resto diventa più facile".

## **Rendilo specifico e misurabile**

Un obiettivo efficace è **chiaro e concreto**. Dovresti sapere esattamente cosa vuoi raggiungere e come capirai di averlo raggiunto. Obiettivi vaghi come "migliorare nel design" non offrono al cervello alcun punto di riferimento concreto. Un obiettivo specifico suona più come: "Progetta e pubblica 3 post su Instagram entro il mese prossimo". Più il tuo obiettivo è specifico, più è facile agire e provare soddisfazione quando si fanno progressi reali. Se un bambino di 10 anni non lo capirebbe, probabilmente è ancora troppo vago.

## **Definisci un orizzonte di tempo di 3-6 mesi**

Gli obiettivi ambiziosi e a lungo termine possono essere entusiasmanti, ma anche dispersivi. Ecco perché il modo migliore per acquisire la giusta motivazione è concentrarsi su un obiettivo raggiungibile nei prossimi **3-6 mesi**. È un traguardo sufficientemente vicino da risultare urgente, ma abbastanza lontano da permettere di fare progressi concreti. Quando il cervello vede un traguardo chiaro e a breve termine, è più probabile che rimanga motivato. Non hai bisogno di un piano quinquennale adesso. Hai bisogno di un obiettivo che puoi effettivamente raggiungere, e di cui essere orgoglioso, in questo periodo.

# CHECKLIST PER CHIARIRE I TUOI OBIETTIVI

*Il tuo obiettivo è pronto per FutureMaker?*

Utilizza questa lista di controllo per verificare la tua idea di obiettivo.

Seleziona **SÌ** o **NO** per ciascuna voce:

<b>Domanda</b>	<b>SÌ</b>	<b>NO</b>
Questo obiettivo mi motiva o entusiasma?		
Questo obiettivo mi avvicinerà alla carriera, al progetto o all'impatto che desidero?		
È specifico? Posso descrivere chiaramente cosa significa successo per me?		
È misurabile o posso sapere quando è pronto?		
È possibile completarlo nei prossimi 3-6 mesi?		
Questo obiettivo mi aiuterebbe a sbloccare o ad accelerare altri progetti che ho in mente?		

**Se hai risposto SÌ ad almeno 5 domande su 6, hai un obiettivo ambizioso. Scriviamolo.**

**SCRIVI IL TUO OBIETTIVO PRINCIPALE - Usa lo spazio qui sotto per scrivere il tuo obiettivo principale: la tua priorità numero 1 per i prossimi 3-6 mesi.**

**Il mio obiettivo principale è...**

*(scrivilo in modo chiaro e specifico)*

**Perché questo obiettivo è importante per me:**

*(1-2 frasi sul perché l'hai scelto e a cosa si collega)*

**Ecco come si presenta il successo:**

*(Descrivi come saprai di aver raggiunto l'obiettivo. Usa numeri, tempistiche o una descrizione del risultato finale.)*

# FOCUS E FLOW

*Gestisci attenzione, attività ed energie per portare a termine ciò che conta.*

## **La concentrazione non è solo forza di volontà**

Molte persone pensano che concentrarsi significhi impegnarsi di più. In realtà, il focus non riguarda lo sforzo, bensì la capacità di creare le condizioni giuste per prestare attenzione. Il cervello ha bisogno di chiarezza, limiti e pause. Se hai difficoltà a restare concentrato, non è perché sei pigro. Semplicemente, non hai ancora imparato a collaborare con il tuo cervello invece di combatterlo.

## **Il cervello preferisci i piccoli risultati**

Cercare di fare tutto in una volta è il modo migliore per andare incontro al burnout. Concentrati invece su un compito ben definito alla volta e rendilo gestibile. Suddividi i progetti grandi in azioni più piccole. Dai al tuo cervello qualcosa che possa completare in 20-40 minuti. È così che crei slancio e inizi ad apprezzare il processo.

## **L'energia conta più del tempo**

Non hai bisogno di più ore, ma di impiegare al meglio le tue energie. Presta attenzione a quando ti senti concentrato, stanco o iperattivo. Se il tuo cervello funziona meglio al mattino, proteggilo quel momento. Se sei più attivo la sera, non forzarti a studiare alle 7 del mattino. Adatta i compiti che devi svolgere alle tue energie.

## **Rendi più facile iniziare**

Iniziare è spesso la parte più difficile. Puoi semplificare il processo rendendolo estremamente facile. Crea un semplice rituale di avvio: metti via il telefono, apri il tuo diario, ascolta una playlist che ti aiuti a concentrarti e imposta un timer di 25 minuti. Una volta iniziato, sarà più facile continuare. L'azione genera motivazione, non il contrario.

## **Non devi farlo da solo**

Se mantenere la concentrazione è difficile, prova a lavorare insieme ad un amico o a utilizzare strumenti come timer per la concentrazione, checklist o il *body doubling* (lavorare nello stesso ambiente con qualcun altro). Chiedere aiuto non è un fallimento: stai semplicemente seguendo una strategia intelligente.

# FOCUS E FLOW

## STRUMENTI PER IL FOCUS - Crea il tuo piano personale per restare concentrato

### STRATEGIE RAPIDE PER LA CONCENTRAZIONE

Prova queste tecniche e cerchia quelle che funzionano per te:

- Eseguire gli esercizi in sessioni di 25 minuti (tecnica del Pomodoro).
- Utilizza una playlist per la concentrazione o rumore bianco.
- Lascia il telefono in un'altra stanza
- Suddividi i compiti più complessi in fasi: "Qual è il primo passo da compiere in 5 minuti?"
- Inizia con qualcosa di semplice o divertente
- Usa il *body doubling*: studia o lavora vicino a qualcun altro
- Stabilisci una regola: "Niente cambio schermata per 20 minuti".
- Scrivi il tuo obiettivo principale per la sessione su un post-it.

### IL MIO RITUALE DI AVVIO

Crea un semplice rituale di 2-4 passaggi per entrare in modalità concentrazione.

- Scegli tra:**
- Breve attività fisica (cardio leggera o stretching)
  - Yoga
  - Esercizio di respirazione
  - Esercizio di focalizzazione visiva

### LA MIA ZONA DI CONCENTRAZIONE

Quando riesci a concentrarti meglio?

- Mattina
- Pomeriggio
- Sera
- Dipende

Dove riesci a concentrarti meglio? \_\_\_\_\_

Cosa ti aiuta a rimanere concentrato sul compito?  
\_\_\_\_\_

- Cosa fare quando ti distrai:**
- Fai una breve pausa di 5 minuti
  - Fai un esercizio di respirazione
  - Verifica il tuo obiettivo
  - Cambia ambiente
  - Riprendi dal tuo rituale

# AUTOMATIZZA IL SUCCESSO

*Crea un sistema che dia risultati senza causare un burnout.*

## **Il successo non dipende dal fare di più**

Molti pensano che il successo derivi dall'impegnarsi sempre di più. Ma questa è la strada più rapida per il burnout. Il vero segreto? La costanza, non l'intensità. Sono i sistemi, non la forza di volontà, che ti aiutano a perseverare. Un sistema non è altro che un insieme di piccole abitudini e strategie che facilitano i progressi, anche nei momenti più difficili.

## **Inizia con un check settimanale**

Un sistema semplice ed efficace è il monitoraggio settimanale. Una volta alla settimana, chiediti:

- Su cosa ho lavorato?
- Cosa ha funzionato? Cosa no?
- Qual è una piccola cosa su cui vorrei concentrarmi prossimamente?

Questo rapido controllo aumenta la consapevolezza e aiuta a correggere la rotta tempestivamente, prima di sentirsi sopraffatti.

## **Utilizza gli elementi scatenanti per consolidare le abitudini.**

Desideri un sistema che funzioni in automatico? Collega le nuove abitudini a ciò che già fai. Ad esempio: dopo essermi lavato i denti, scrivo la mia lista delle cose da fare OPPURE dopo aver finito di pranzare, controllo lo stato del mio progetto.

Questa tecnica si chiama *habit stacking* e aiuta a costruire routine senza sforzo.

## **Prevedi un ciclo di recupero**

Un buon sistema non solo ti spinge ad andare avanti, ma ti aiuta anche a ripartire quando inciampi. Pianifica gli imprevisti. Se salti un giorno o un compito, niente sensi di colpa: riparti da zero.

Chiediti: *cosa farebbe il mio "io futuro" ora?* I sistemi più efficaci e duraturi sono quelli che includono momenti di comprensione e di recupero.

## **Rendilo tuo**

Il tuo sistema non deve per forza assomigliare a quello di qualcun altro. Può essere digitale o cartaceo. Individuale o condiviso. Semplice o creativo. L'importante è che ti aiuti a rimanere in contatto con ciò che ti sta a cuore e a far progredire le tue idee senza prosciugare le tue energie.

*Un sistema solido è come avere il tuo "io futuro" che fa il tifo per te.*

# PIANIFICATORE DEL SISTEMA

*Trova un modo per andare avanti senza esaurirti*

## 1. CONTROLLO SETTIMANALE

Scegli un giorno per riflettere sui tuoi progressi. Bastano 5-10 minuti.

Il mio giorno di check-in: \_\_\_\_\_

Ogni settimana:

Su cosa ho lavorato questa settimana? \_\_\_\_\_

Cosa ti ha fatto sentire bene o motivato? \_\_\_\_\_

Cosa è risultato difficile o fonte di distrazione? \_\_\_\_\_

Una vittoria: \_\_\_\_\_

## 2. HABIT STACKING - RENDILO AUTOMATICO

Collega una nuova abitudine a qualcosa che fai già.

**Quando io [abitudine che già svolgo], farò [nuova abitudine].**

Esempi:

"Dopo aver fatto colazione, controllo gli appunti del mio progetto."

"Dopo la scuola, dedico 10 minuti alla mia idea."

La mia pila di abitudini: \_\_\_\_\_

## 3. PIANO DI RECUPERO - PER I GIORNI DI RIPOSO

Se perdo il ritmo, io...

- Faccio una breve pausa
- Rifletto sul mio perché
- Ricomincio con un compito di 10 minuti
- Parlo con un amico o un mentore
- Mi concedo flessibilità e ricomincio

Altre idee che voglio provare: \_\_\_\_\_

***Non si tratta di essere perfetti. Si tratta di esserci, un passo alla volta, con meno pressione e più determinazione.***

# TOOLKIT PER I FUTUREMAKERS

## MY ELEMENT ASSESSMENT

Scopri la tua scintilla interiore mettendo in relazione passioni e talenti.

### Fase 1: Scopri le tue zone

Pensa a ciò che ami e a ciò in cui sei naturalmente portato.

Scegli 2-3 risposte in ciascuna colonna (oppure aggiungine di tue).

#### Sono bravo a...

- Organizzare attività o materiali
- Spiegare o insegnare
- Disegnare o progettare visivamente
- Risolvere problemi tecnici o logici
- Guidare o motivare gli altri
- Scrivere storie o post
- Creare contenuti
- Riparare o costruire oggetti

#### Io amo...

- Musica, danza o performance
- Aiutare gli altri
- Videogiochi o ambienti digitali
- Natura e animali
- Arte, moda o design
- Generare idee
- Sport o attività fisica
- Social media o creazione di video

**Quali combinazioni ti entusiasmano di più?** Scrivi 1-2 "Combinazioni chiave" qui sotto (ad esempio, "Creare contenuti + aiutare le persone").

### Fase 2: Cosa ti appassiona?

Completa la frase: "Quando faccio \_\_\_\_\_, mi sento più vivo."

### Fase 3: Collegalo a un problema

Cosa ti infastidisce, ti frustra o ti entusiasma nel mondo, soprattutto se è qualcosa legato alla tue zone?

**Un problema che noto è:** \_\_\_\_\_

**Perché mi riguarda:** \_\_\_\_\_

### Fase 4: A chi potrebbe essere utile?

Pensa a qualcuno che è coinvolto in questo problema. Completa gli spazi vuoti: *Questo potrebbe aiutare qualcuno che è...*

Età: \_\_\_\_\_

Ha difficoltà con: \_\_\_\_\_

Trascorre il suo tempo facendo: \_\_\_\_\_

# SPARK CANVAS

Individua ciò che ti appassiona, i tuoi punti di forza e dove puoi fare la differenza.

## 1. COSA MI APPASSIONA

Elenca le attività, i temi o i momenti in cui ti senti coinvolto, curioso o pieno di energia. Esempi: aiutare le persone, risolvere problemi, giocare ai videogiochi, fare arte, parlare con gli amici, la natura, ecc.

**Le mie attività Spark:** \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

## 2. IN COSA SONO BRAVO

Elenca i tuoi talenti o abilità naturali: le cose che fai bene, anche senza sforzarti. Esempi: spiegare idee, organizzare, disegnare, riparare oggetti, essere un leader, notare i dettagli, mantenere la calma sotto pressione.

**Le mie aree di forza:** \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

## 3. QUANDO ENTRO IN FLOW

Pensa a quando perdi la cognizione del tempo. Quando ti senti totalmente concentrato o "in the zone"?

**Momenti di flow:** \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

## 4. PUNTI DI INCONTRO

Disegna un cerchio o scrivi qualche parola. Cosa accomuna ciò che ami e ciò in cui sei bravo? Cosa li collega? Questa è la tua Spark Zone.

**La mia Spark Zone (parole e disegno):** \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

## 5. PROBLEMI CHE MI STANNO A CUORE

Ora collega la tua scintilla al mondo reale. Quali problemi, sfide o cause del mondo reale ti stanno a cuore? Esempi: ansia a scuola, spreco alimentare, solitudine giovanile, protezione degli animali, mancanza di accesso alla tecnologia, ecc.

**La mia Spark Zone (parole e disegno):** \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

## 6. SPUNTI DI PARTENZA PER LE IDEE

"Se potessi risolvere anche solo uno di questi problemi usando la mia Spark Zone, proverei a..." \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

# UN PROBLEMA CHE VALE LA PENA RISOLVERE

Su cosa vale la pena investire tempo, energia e idee?

## INIZIA QUI: Scegli il tuo punto di partenza

Scegli quello che ti ispira di più in questo momento:

- A. Voglio riparare o migliorare qualcosa che mi frustra o frustra gli altri
- B. Voglio trasformare qualcosa che amo o un'abilità in qualcosa di prezioso

## FASE 1: INDIVIDUA IL PROBLEMA

Rispondi alle domande che corrispondono al tuo livello di partenza.

### Se hai scelto A - Frustrazione o orientamento allo scopo:

- Cosa mi infastidisce o mi frustra nella vita di tutti i giorni?
- Quali sono le difficoltà che incontrano le persone intorno a me?
- Qual è una situazione che ho visto e che mi è sembrata ingiusta, assurda o semplicemente... brutta?

Un problema che ho notato è: \_\_\_\_\_

Perché è importante per me: \_\_\_\_\_

### Se hai scelto B – Passione o profitto:

- Cosa mi piace fare o creare?
- Per cosa mi chiedono aiuto le persone?
- Cosa potrei fare (o creare) che le persone desidererebbero, di cui avrebbero bisogno o per cui sarebbero disposte a pagare?

Una cosa che amo o che vorrei costruire è: \_\_\_\_\_

Cosa offre agli altri: \_\_\_\_\_

## FASE 2: RENDILO REALE

Immaginate una persona a cui questo problema (o questa idea) si ricollega.

- Chi sono (età, interessi, situazione)?
- Qual è un momento della loro vita in cui questo si manifesta?
- Cosa potrebbe aiutarli?

Questo è importante per qualcuno che...

## FASE 3: DEFINIRE IL PROBLEMA

Utilizza uno di questi metodi per formulare un problema chiaro:

- "Molte persone hanno difficoltà con \_\_\_\_\_, soprattutto quando \_\_\_\_\_."
- "Come potremmo rendere più facile per \_\_\_\_\_?"
- "E se potessimo aiutare \_\_\_\_\_ a sentirsi / fare / sperimentare \_\_\_\_\_?"

UN PROBLEMA CHE VALE LA PENA RISOLVERE: \_\_\_\_\_

# WHY STATEMENT - DICHIARAZIONE DI INTENTI

## Cosa ti spinge a dare seguito a questa idea?

Il tuo "perché" è la fiamma che alimenta la tua idea. È la ragione per cui ci tieni e il motivo per cui continuerai ad andare avanti anche quando le cose si faranno difficili. Non devi salvare il mondo. Sii semplicemente onesto su ciò che questo significa per te.

## INIZIA DA QUI: Rifletti. Seleziona ciò che ti sembra vero:

- Mi interessa perché è una questione personale
- Vedo altre persone che hanno difficoltà con questo
- Mi piace farlo e voglio farlo crescere
- Penso di poter guadagnare o distinguermi con questo
- Voglio migliorare le cose, renderle più facili o più divertenti
- Voglio esprimere chi sono attraverso questa idea

## CREA LA TUA DICHIARAZIONE DI INTENTI

Utilizza uno di questi incipit di frase (oppure scrivine uno tuo):

- "Voglio risolvere [il problema] perché credo in [convinzione o valore fondamentale]."
- "Sto sviluppando [l'idea] perché mi interessa [l'impatto o il pubblico]."
- "Ho scelto questa attività perché mi piace [attività o abilità] e voglio [ottenere un risultato più grande]."
- "Questo è importante per me perché \_\_\_\_\_."

SCRIVI LA TUA: \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

BONUS FACOLTATIVO:

**Leggi ad alta voce la tua dichiarazione di intenti.**

*Se ti sembra reale, audace e chiara, hai centrato l'obiettivo.*

*Se ti sembra piatta, regolala finché non funziona. Questa è la tua bussola.*

## CHECKLIST DELLE TAPPE FONDAMENTALI

### Sono pronto per il livello 2: COSTRUZIONE?

Prima di proseguire, prenditi un momento per riflettere su te stesso.  
Non devi sentirti "perfetto" o "finito", basta aver iniziato.

#### AUTOVALUTAZIONE - Ho...

- Ho completato la valutazione My Element?
- Ho scelto le mie 3 Spark Zone preferite?
- Ho individuato almeno un problema che mi sta a cuore?
- Ho scritto la mia dichiarazione di intenti?
- Ho creato o avviato il mio Spark Canvas?

#### RIFLESSIONE

- Mi sento coinvolto nel problema che voglio risolvere?
- Mi sento curioso e motivato a iniziare a dare forma a un'idea?
- Quali altre domande mi rimangono? A chi potrei rivolgermi?

**Se la maggior parte di queste risposte corrisponde a un Sì, allora sei pronto per la COSTRUZIONE.**

Concediti il permesso di andare avanti, anche se non ti senti "finito".  
Non devi avere ancora tutte le risposte, ma solo il coraggio di iniziare a plasmarle.

