



Lezione 4

La mentalità

- **La mentalità come migliore arma**
- **La mentalità messa in pratica con esercizi**

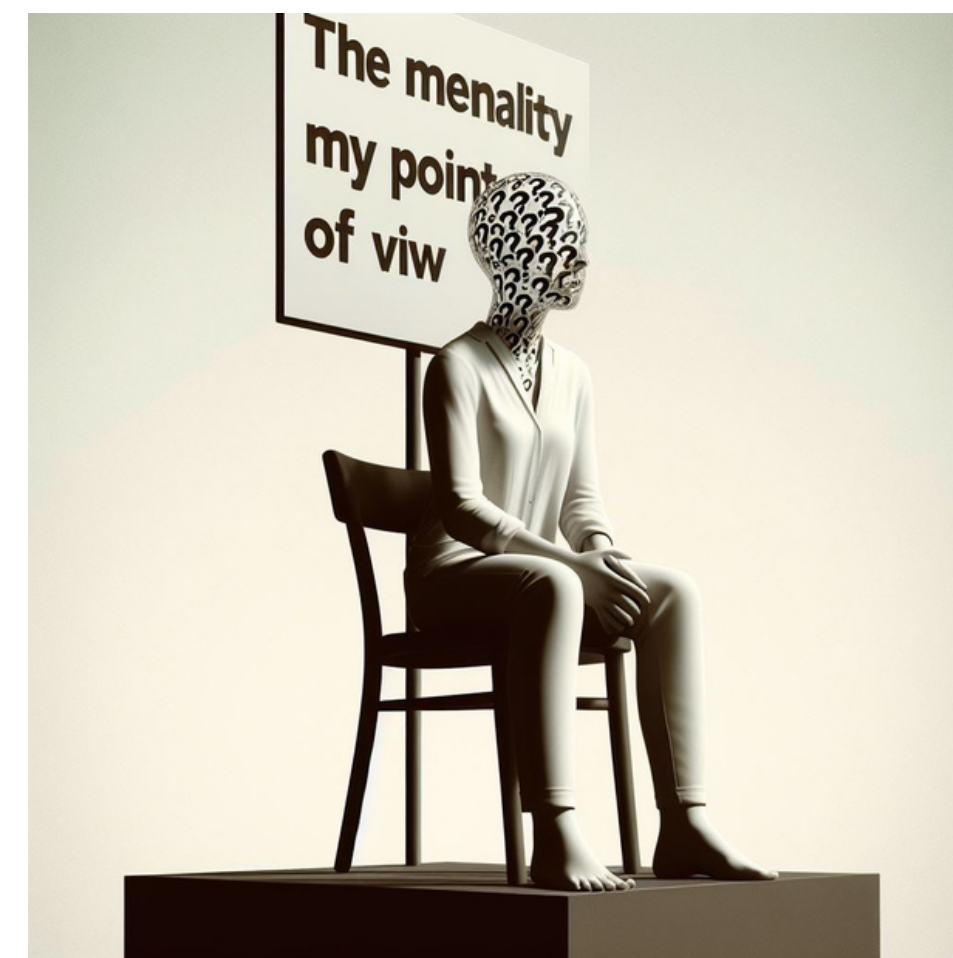
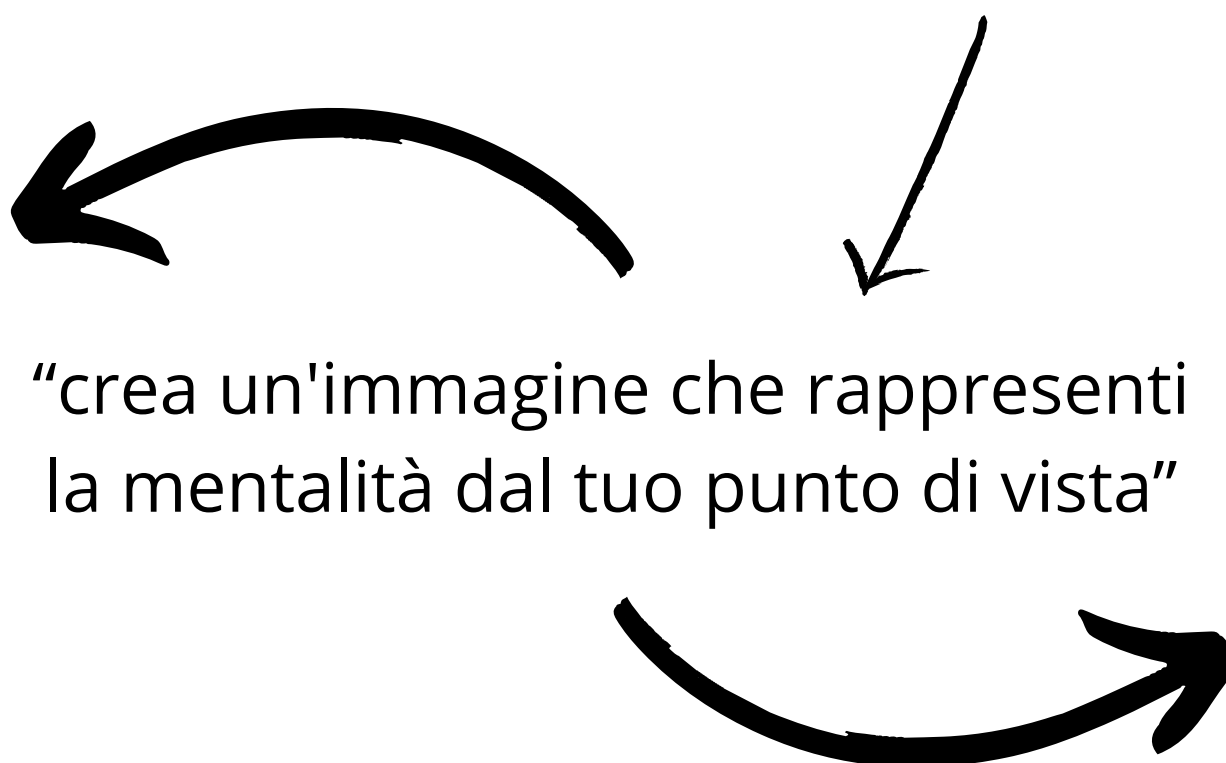


Tema particolare?

mentalità - Modo particolare di concepire, intendere, sentire, giudicare le cose, ritenuto proprio di un individuo, di un gruppo sociale, o addirittura di un popolo

Treccani

DALL-E 3



La mentalità in pillole

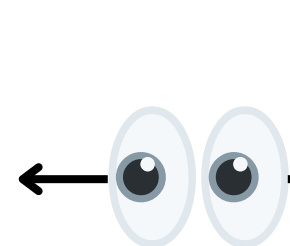
Immagina la
mentalità come una
funzione

$f(x)$

Diverse mentalità, diverse
funzioni.

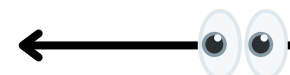
Nonostante l'input possa essere
uguale, l'output sarà differente

"Quel prof non sa
proprio spiegare"



"Sono un fallito"

"Ho fallito un esame"



"Non so studiare"

"Ho l'occasione di capire
dove ho sbagliato"



*È possibile sapere cosa interpreta
ognuna delle persone in foto?*



Qual è la più adatta?

spoiler: quella con cui vi trovate meglio

Questo è come ragiono io

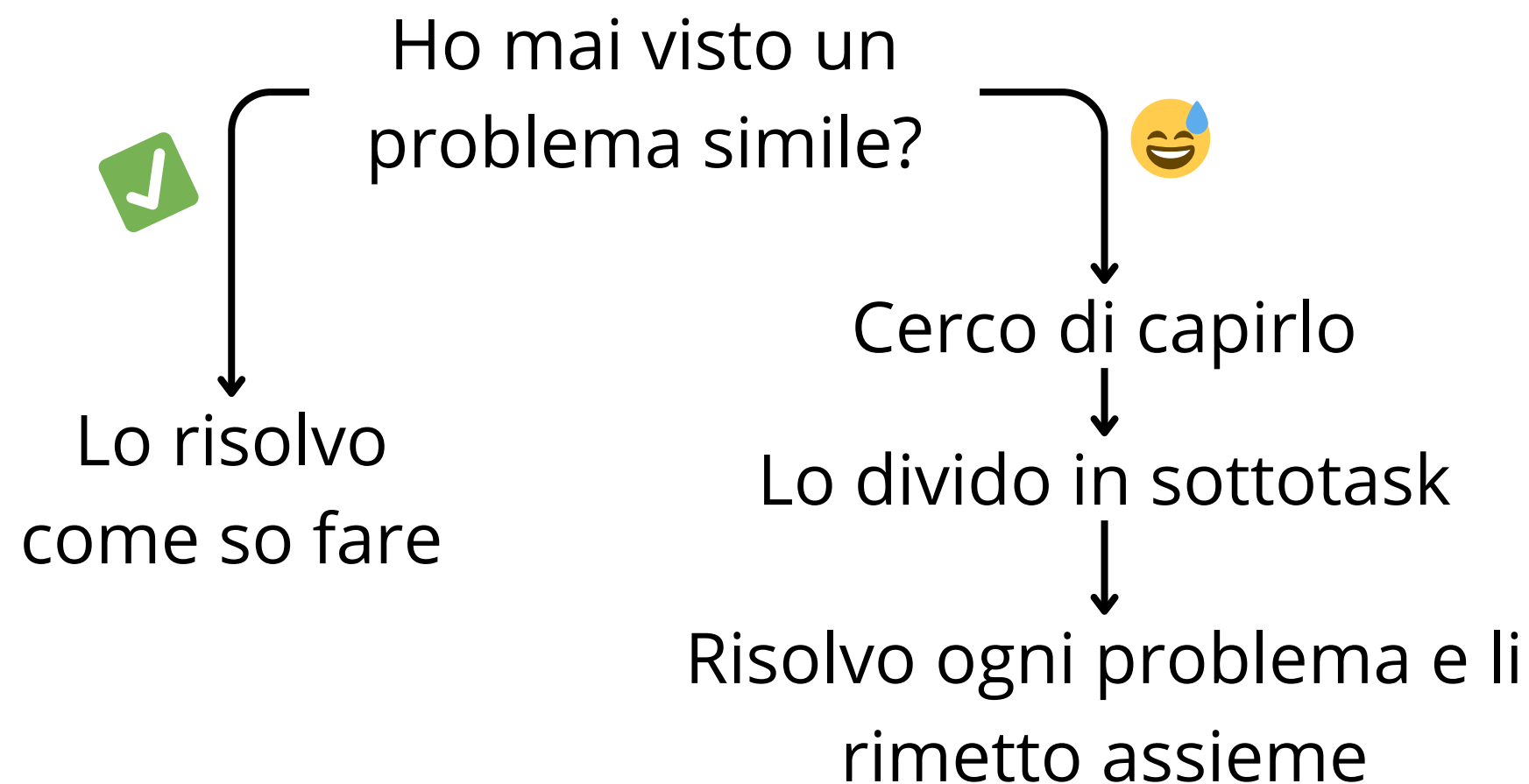
Atteggiamento di pensiero

📈 Ogni occasione è un'opportunità di crescita

🎯 Ogni momento è buono per mettersi alla prova

🕒 Ci si arrende solo quando il timer finisce

Modus operandi





Alcuni tips



“Non sto riuscendo a fare nulla”

Fai brainstorming con la tua parte creativa

“Tanto ci sono altri molto più bravi”



Ottimo, hai l'opportunità di confrontarti con persone capaci.

C'è chi pagherebbe oro per poter perdere contro chi è veramente bravo

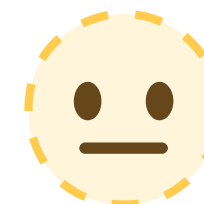


“Continua a non funzionare”

Fai una pausa mentale per ricaricare



“Non ce la faccio, mi arrendo”





Esercizi

2019 —————→ **Reverse** *15'*

2021 —————→ **Load unbalancer** *25'*

2023 {
 → **The national final** *25'*
 → **The team selection** *25'*