

LA SOPRAFFAZIONE DAVANTI A UNA SCELTA DA PRENDERE

Siamo portati a pensare che avere tante possibilità di scelta sia un grande vantaggio, ma in realtà questo nasconde il rischio di sentirsi sopraffatti e perdere la lucidità nelle decisioni da prendere.

Come fare?

Stabilisci dei parametri che ti aiutino a ordinare le tue possibilità: per esempio l'urgenza o l'importanza, oppure a seconda delle esigenze e preferenze che hai. Questo ti aiuterà a scartare una serie di elementi, a favore di altri.

Ridurre le possibilità e selezionare quelle più rispondenti alle tue richieste o necessità ti aiuterà a decidere serenamente!

Sara Bettella

www.sarabettella.it

[Facebook](#)

[Instagram](#)

