



Workshop

Coaching: allenarsi al cambiamento per raggiungere gli obiettivi

Torino, 11 aprile 2013

Centro Congressi Unione Industriale di Torino



Workshop

Coaching: allenarsi al cambiamento per raggiungere gli obiettivi

**Coaching: che cosa è, quando è utile,
come si sviluppa**

Alessia Canfarini

Responsabile PRAXI SVILUPPO e FORMAZIONE - PRAXI ROMA

Cosa è il Coaching



Consapevolezza,
Responsabilità e
Scelta Individuale



Vincoli ed
Opportunità



Talento e
Potenziale

Cosa è il Coaching



Autenticità della Relazione -
Consapevolezza - Fiducia - Ascolto-
Interconnessione - Definizione del
proprio Standard

Attivazione del Talento inespresso -
Proattività - Motivazione -
Coinvolgimento degli altri

Assunzione di Rischio,
Domande Potenti, Liberare
il potenziale e l'energia
dagli ostacoli limitanti
Dare e Ricevere Feedback

Cosa è il Coaching

IL COACHING E LA BICICLETTA



Su cosa si differenzia il
Coaching da altre modalità di
supporto

Cosa è il Coaching

IL COACHING E LA BICICLETTA

Immaginate che stiate
imparando ad andare in
bicicletta...

... per farvi aiutare
potreste attivare:



Cosa è il Coaching

UN
CONSULENTE

- È un esperto di biciclette.
- Studia la meccanica del pedalare, insegna le leggi della fisica, sa come avanza la bicicletta, cosa è necessario per l'equilibrio, conosce le leggi del movimento e della propulsione.
- Ti dice dove sederti, dove mettere i piedi e quando pedalare.
- Può offrirti un programma di formazione per migliorare le performance della tua bicicletta.



Cosa è il Coaching

UN
TERAPEUTA



- Discute le basi delle tue paure ad andare in bicicletta e delle conseguenze se cadi.

- Verifica se i tuoi genitori andavano in bicicletta e discute sul perché la cosa sia rilevante.

- Spiega perché per te e per la tua autostima è importante imparare ed avere successo nell'andare in bicicletta.



Cosa è il Coaching

UN
GENITORE



- Compra la bicicletta per te.
- Ti obbliga ad indossare il casco.
- Mette le rotelle di supporto e poi le toglie quando ritiene che tu sia pronto.
- Sostiene la bicicletta fino a quando hai raggiunto l'equilibrio.
- Minaccia di toglierti la bicicletta se non rispetti le regole.

Cosa è il Coaching

UN
MENTORE



- Ti insegna ciò che lui ha imparato sull'andare in bicicletta.
- Ti insegna nel modo in cui lui ha imparato ad andare in bicicletta.
- Ti fornisce consigli su come frenare in discesa o sulla ghiaia, su come gestire una salita impegnativa, su come riparare un foro nella ruota...
- Sa cosa è meglio per te, perché ci è già passato, e provvede a darti utili suggerimenti al riguardo.

Cosa è il Coaching

UN COACH



- Ti chiede dove vorresti andare con la tua bicicletta e ti aiuta a capire quanto esperto vuoi e puoi diventare come ciclista.
- Ti aiuta a definire un piano per raggiungere il livello atteso e a monitorarlo nel tempo.
- Ti chiede se hai bisogno di istruzioni su come pedalare e ti domanda dove potresti ottenerle.
- Ti aiuta a scoprire cose ti serve per non farti male.
- Corre al tuo fianco chiedendoti se ti piace l'esperienza e cosa potrebbe renderla più piacevole.
- Raggiunto il tuo obiettivo ti saluta e lascia che con la tua bicicletta tu vada dove vuoi.

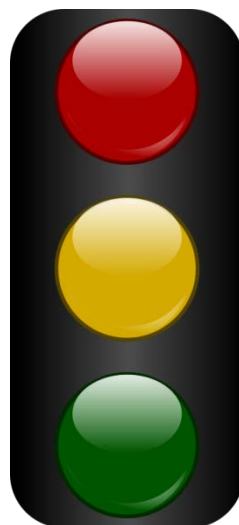
Come si sviluppa



TECNICA DELLE DOMANDE
 ASCOLTO CONTESTUALE
 DARE E RICEVERE FEEDBACK
 FOCUS SUL CHI - QUALI DESTINATARI NATURALI?
 RELAZIONE POWERFUL TRA COACH E COACHEE
 PROCESSO DI SCOPERTA - GOAL SETTING - MESSA A PUNTO
 DEGLI OBIETTIVI DA RAGGIUNGERE E DELLE AZIONI -
 ACTION PLAN - DA INTRAPRENDERE PER OTTENERLI
 CONCETTO DI "QUI ED ORA" E DI "LA' E DOPO"



Cultura di Coaching significa
sviluppare un modello
di Leadership
Contemporanea e
Generativa



Il Coaching come Modello Trasformatzionale



Una esperienza di Coaching



Tuffiamoci in una sessione di Coaching...

Alcuni numeri.....e credenziali

Certificazioni ICF

ACC - Accredited Certified Coach

PCC - Professional Certified Coach

MCC - Master Certified Coach

11 competenze chiave

Stabilire le basi

Co-creare la relazione

Comunicare con efficacia

Facilitare apprendimento e i risultati

Formazione ed esperienza

ACC - 120 h + 100 h on the job

PCC - 125 h + 750 h on the job + mentoring

MCC - 200 h + 2500 + mentoring

Codice Etico e Pilastri (volontarietà, segreto professionale, trasparenza)

www.coachfederation.org

www.icf-italia.org



A golfer wearing a white shirt, dark trousers, and a blue cap is captured in the middle of a golf swing on a lush green course. The golfer is positioned in the lower right quadrant of the frame, with their shadow cast on the grass. The background features a dense line of green trees under a clear blue sky.

Contatto:

Alessia Canfarini

Responsabile Praxi Sviluppo e Formazione Sede di Roma

PRAXI S.p.A. - T 06 39993

alessia.canfarini@praxi.com

Il coaching è un viaggio personale di scoperta...
(Masterful Coaching R. Hardgrove)