

VUOI...

01

CHIAREZZA TRA I TUOI
PENSIERI E AZIONI?

02

DEFINIRE I TUOI OBIETTIVI
IN MODO EFFICACE?

03

DEFINIRE UN PERCORSO CONCRETO
DI CRESCITA PERSONALE?



def. ● **COACHING** ●

deriva dal verbo "to coach" che significa "addestrare, fare da tutor, allenare" ed ha, inoltre, la sua origine nel termine francese "coche", ovvero "carrozza", "vagone".

rivolgersi a un coach è quindi come prendere un mezzo di trasporto per essere condotti nel luogo prestabilito, una guida per essere accompagnati dalla situazione attuale a quella desiderata attraverso un processo di partnership basato su una relazione strutturata di estrema fiducia.

PROVA UNA SESSIONE DI COACHING

CHIEDI AL PERSONALE DEL PUNTO DI COMUNITA'



Simona



Raffaella

siamo volontarie accomunate dalla passione per lo sviluppo delle persone dei loro talenti; coach in formazione per accreditarci secondo le ICF (Federazione Internazionale di Coaching).

Si tratta di una serie di incontri, sessioni, della durata di circa un'ora, precedute da un incontro conoscitivo, non vincolante, di reciproca conoscenza tra il Coach e il Coachee.

A valle di questo incontro la persona decide se il coaching è in linea con le sue aspettative e se iniziare il percorso vero e proprio, la cui durata viene stabilita insieme.

COME FUNZIONA UN PERCORSO DI COACHING?

IL COACHEE (IL CLIENTE)

- individua i propri obiettivi di miglioramento / cambiamento
- elabora i contenuti trattati
- definisce i propri piani di azione da mettere in atto tra una sessione e l'altra

IL COACH

- facilita attraverso domande, silenzi e rimandi, la scoperta degli obiettivi del coachee
- fa in modo che le soluzioni e le strategie emergano direttamente dal coachee
- accompagna il coachee nella scoperta di nuove consapevolezze e dei propri talenti

Un percorso di coaching non è un intervento psicoterapeutico o psicologico, non è finalizzato alla cura di una eventuale patologia, così come non è assimilabile ad un rapporto di consulenza o ad un intervento formativo.



1 - Punto di comunità **SAN LEONARDO**

Via San Leonardo 47
Apertura: sabato (10-12)
Contatti: 334.3665082
puntocomunitasanleonardo@gmail.com

Raffaella 349.0544637

6 - Punto di comunità **CITTADELLA**

Viale Bizzozero 19/A
Apertura: lunedì (16-18), mercoledì (9,30-11,30)
Contatti: 0521.1416504
puntocomunitacittadella@gmail.com

Simona 346.0029716