



## FULL COACHING PROGRAM ©

Il Coaching è senza dubbio una vera e propria arte! Attinge infatti alle migliori **risorse creative** dell'individuo, genera **bellezza** e si fonda su specifiche **abilità** acquisite nel tempo.

Apprendere l'arte del coaching non si riduce però all'acquisizione di una tecnica o di un processo ma investe l'evoluzione di sé come Persona, l'espansione del proprio *Io* per accogliere l'*Altro*. Si tratta di un cammino semplice e difficile allo stesso tempo, perché le nozioni da sapere sono relativamente poche, ma tra il conoscerle e il saperle applicare c'è un intero percorso, fatto soprattutto di sviluppo personale, di pratica e di esperienze concrete.

Il **Full Coaching Program**® di Daimon-Coaching vi permetterà di lavorare su entrambi i fronti:

- ☯ Sulle **tecniche**, offrendo una chiara visione del processo di coaching e delle competenze che si esprimono nel portarlo avanti.
- ☯ Sull'**evoluzione personale**, permettendo di diventare consapevoli dei propri ragionamenti, delle proprie emozioni e di come tutto questo è influenzato dal nostro modo di comunicare con noi stessi.

Il **Full Coaching Program**® di Daimon-Coaching, tenendo ferma la cornice metodo-logica del processo di coaching (obiettivo, risorse, strategie, apprendimenti, azioni), offre la possibilità di conoscere e sperimentare una grande varietà di strumenti, con il fine di arricchire la "**cassetta degli attrezzi**" con cui il coach andrà a lavorare tanto sul cliente quanto su sé stesso.

L'ambizione di questo approccio, oltre a stimolare la **curiosità**, è quella di permettere al futuro coach di personalizzare la sua offerta in base al caso, con strumenti sempre nuovi e creativi che facilitino l'interazione con il cliente e favoriscano l'emersione del potenziale, in questi e nella relazione.

Il **Full Coaching Program**® ti permetterà di:

- conoscere il **perimetro** del coaching
- scoprire le **origini** e la **storia** del coaching
- comprendere il **modello** di riferimento
- allenare le 8 **competenze** del coach secondo ICF
- assimilare e allenare il **processo** di coaching
- espandere le tue competenze **personali**
- progettare il tuo **business** come coach
- fare **esperienze** integrative arricchenti





## COSA offriamo e perché

Lo scopo generale del *Full Coaching Program* è, da un lato, quello di permetterti di **sviluppare** delle **competenze strategiche**, essenziali oggi, spendibili nella tua vita personale e professionale: ascolto attivo, empatia, comunicazione efficace, creatività, leadership, *problem solving*, pensiero critico, pianificazione ecc.; dall'altro, se lo desideri, quello di fornirti le conoscenze, le abilità e le competenze necessarie per **diventare coach professionista** di successo e offrire ai tuoi clienti il supporto necessario a raggiungere i loro obiettivi personali e professionali attraverso il processo di coaching.

## A CHI ci rivolgiamo

- **Persone** interessate a migliorare le proprie relazioni personali, famigliari e professionali attraverso la padronanza dell'ascolto attivo e del dialogo maieutico
- **Manager** interessati a migliorare il rapporto con i propri collaboratori e l'efficacia del *team*
- **Direttori del personale** interessati ad acquisire migliori capacità relazionali e competenze per lo sviluppo del potenziale e della motivazione dei lavoratori
- **Psicologi, educatori, assistenti sociali**, interessati ad acquisire tecniche processuali integrative, utili a migliorare l'efficacia d'intervento con i propri interlocutori
- **Professionisti** interessati a migliorare la relazione e l'efficacia della collaborazione con i propri assistiti (medici, avvocati, consulenti, etc.)
- **Aspiranti coach** professionisti.

## COME lo trasmettiamo

Apprendere *l'arte del coaching* non si riduce all'acquisizione di una tecnica o di un processo, ma investe **l'evoluzione di sé** come persona, **l'espansione del proprio "io"** per accogliere l'Altro in modo autentico e "ripulito" da proiezioni. Si tratta di un cammino semplice e difficile allo stesso tempo, perché le nozioni da sapere sono poche ma tra il conoscerle e il saperle applicare c'è di mezzo un oceano, fatto soprattutto di sviluppo personale e di esperienza concreta.

Per aiutarti a padroneggiare l'arte del coaching ci baseremo su un **modello** di riferimento, ideato dalla Dott.ssa Ciancio, denominato **I CARE YOU**: si tratta di una cornice concettuale che, attraverso alcune parole chiave, ti aiuterà a sviluppare al meglio l'arte dell'ascolto e del **dialogo maieutico**.

La **metodologia** didattica e i contenuti traggono ispirazione e spunto dalle tecnologie creative di Robert Fritz, dalle neuroscienze cognitive e affettive sociali, dalla psicologia umanistica e dall'approccio non direttivo di Rogers, dagli archetipi Jungiani e dalla mitologia greca, dalla pragmatica della comunicazione e dal potere del linguaggio (interno ed esterno) come attivatore dei processi di cambiamento. Il percorso formativo prevede inoltre una panoramica esaustiva della storia del coaching a livello internazionale e della sua evoluzione nei vari ambiti d'intervento e nei diversi approcci metodologici.



Al **livello avanzato** inoltre, il corso prevede: una serie di tecniche specifiche e integrative (Missione Esistenziale, Visual Coaching, Mindfulness, Horse Coaching, Walking Coach, Viaggio dell'Eroe, ecc.) per alimentare la "cassetta degli attrezzi" e offrire un accompagnamento realmente personalizzato; inoltre, una sezione dedicata agli strumenti tecnologici più utili al lavoro individuale e di team (Mural, Mentimeter, Zoom, Chat GPT, ecc.); infine, una sezione interamente dedicata al business del coach e alla costruzione della propria attività professionale, sia sul piano strategico che sul piano operativo (utilizzo dei social media e di Google business).

## CHE RISULTATI otterrai

- avrai chiaro il **perimetro del coaching** e le differenze con altre professioni di aiuto
- scoprirai l'**origine e la storia del coaching**, con le sue evoluzioni e contaminazioni
- conoscerai i **principali modelli** di coaching e i vari ambiti d'intervento
- avrai assimilato le **8 competenze** del coach, i **principi** del coaching e il **codice etico** deontologico secondo ICF, *International coaching Federation*
- sarai in grado di **condurre una sessione** di coaching seguendo il processo standard e manifestando le competenze base e/o avanzate del coach
- avrai sperimentato **tecniche e strumenti integrativi** per il benessere personale, la presenza mentale e la creatività
- avrai una maggiore **consapevolezza** di te stesso in termini di ragionamenti, credenze, desideri, obiettivi e valori
- avrai gli strumenti per **progettare il tuo business** come coach e posizionarti nel web
- verrai accompagnato nella **preparazione agli esami** di accreditamento di ICF

**PROGRAMMA****FONDAMENTA****1**

- Cosa è / cosa non è il coaching: **definizioni**, classificazioni e differenze
- Chi è / cosa fa il coach: **principi** fondamentali della professione
- Origini e sviluppi del coaching: **storia** di una disciplina in continua evoluzione
- Etica e **deontologia** professionale secondo lo standard ICF

**TEORIE e MODELLI di coaching****2**

- Come funziona esattamente? **Processo** standard e Modelli classici
- **Modelli** avanzati: livelli logici, coaching transpersonale, clean language
- Il modello **I CARE U** di Daimon-Coaching: dall' avere a cuore al prendersi cura
- L'arte del domandare: **la domanda** "giusta" al momento "giusto"
- L'approccio sistemico: "**il tutto** è più della somma delle singole parti"

**PROCESSO di coaching****3**

- **Ciclo** di percorso e ciclo di sessione
- Definire un **accordo** di percorso e di sessione
- Estrarre **valori** personali e indicatori di benessere
- Stimolare cambiamenti di **prospettiva**
- Offrire **intuizioni**, riconoscimento e **feedback**
- Capitalizzare gli **apprendimenti**
- Pianificare le **azioni**

**COMPETENZE del coach professionista (secondo ICF)****4**

- Tenere un comportamento **etico**: il *codice etico* di ICF
- Incarnare il **mindset** del coach; da *fare* il coach a *essere* coach
- Stabilire e mantenere gli **accordi**: risultati di percorso e obiettivo di sessione
- Creare un ambiente sicuro in cui regni la **fiducia** in sé stessi e nell'altro
- Mantenere la **presenza**: cogliere l'energia, creare connessioni
- **Ascoltare** attivamente: valori, convinzioni, desideri, emozioni
- Far emergere la **consapevolezza**: rispecchiamento e reframing
- Facilitare la **crescita**: capitalizzare quanto appreso per agire

LIVELLO BASE 48 h

1° LIVELLO +24 h



## MINDSET del coach e CAPACITÀ personali

5

- Cos'è e come si sviluppa la **forma mentis** del coach
- **Conoscere** sé stessi: credenze, desideri, valori, missione esistenziale
- **Riconoscere** i propri *bias*, rivedere le convinzioni: euristiche e ragionamenti
- **Distinguere** la realtà dei fatti, dalle interpretazioni e dai giudizi
- **Ascoltare** le emozioni, trasformare le paure
- Il **dialogo** interiore: comunicare bene per agire meglio
- Saper **scegliere**, saper lasciar andare

## APPROFONDIMENTI metodologici

6

- La missione esistenziale
- Visioni, opzioni, scelte e decisioni
- Le parole da evitare

## BUSINESS del coach

7

- Il **mio modello** di coaching
- Il **mio progetto** personale: chi sono, chi voglio diventare
- Mission, Vision, Goals, Target, Business plan, Strategy
- **Piattaforme** di lavoro
- La mia **presenza online**: sito, blog, social network

## INTEGRAZIONI

- **Mindfulness** per essere presenti: Mindful coaching
- Leadership e mondo animale: **Horse coaching**
- Camminare per avanzare: The **walking Coach**®
- Il potere evocativo delle immagini: **Visual Coaching**
- Esplorare sé stessi con la **scrittura** emozionale
- Stretch your mind: **Brain Fitness** quotidiano

2° LIVELLO + 84 h



## Base di calcolo valore/ora

48 ore (liv. base)	a 22 €/ora	= 1.060 €	LB
+24 ore (1° livello)	a 20€/ora	= +480 €	L1
+84 ore (2° livello)	a 18€/ora	= +1.510 €	L2

La tariffa ideale per te dipenderà dalla gradualità con cui deciderai di procedere. Puoi procedere passo passo (livello base +24h +84 ore), oppure raggruppare le formule in un'unica soluzione o in due passaggi. Ogni volta che scegli di raggrupparle, dovrai considerare la tariffa/ora più bassa come base di calcolo, da moltiplicare per le ore totali.

Per semplicità, ecco le formule tra cui puoi scegliere:

### TARIFFE

Livello	Prezzo	Formula	Ore totali
LB	1060 €	all in one	48
L1	1.440 €	all in one	72
	1.540 €	LB + 24	
L2	2.810 €	all in one	156
	2.950 €	L1 + 84	
	3.050 €	LB + 24 + 84	



48 ore (liv. base)	<del>1.060 €</del>	→	900 €	} L1 = 1.300 €
+24 ore (1° livello)	<del>+480 €</del>	→	400 €	
+84 ore (2° livello)	<del>+1.510 €</del>	→	1.280 €	} L2 = 2.580 €