



## COACHING

Come imparare a dare il meglio e a tirar fuori il potenziale delle persone

**Durata:** 16 ore suddivise in 4 mezze giornate.

**Premessa:** Al giorno d'oggi ci vengono chiesti risultati sempre maggiori in tempi sempre più ristretti. Ognuno di noi, sia nella sfera privata che in quella professionale, per risultare efficace, deve acquisire consapevolezza ed imparare a esprimere il proprio potenziale in modo da formulare piani d'azione che gli consentano di raggiungere gli obiettivi che si prefigge. Nel caso della gestione di collaboratori deve aiutarli ad ottenere il massimo, a raggiungere i loro obiettivi e ad essere efficaci. Il coaching è una metodologia che aiuta a sviluppare il potenziale delle persone al fine di conseguire performances fuori dal comune. Aiuta le persone ad ottimizzare il proprio rendimento, aiutandole ad imparare e a trovare le strategie più consone. E' un supporto valido per migliorare la propria efficacia e quella altrui, per ottimizzare la gestione del tempo e dello stress in modo da aumentare il proprio benessere.

**Destinatari:** Il corso è indirizzato a chi lavora nell'ambito delle risorse umane, consulenti, professionisti o privati che vogliono migliorare la propria efficacia nella vita professionale o personale, o semplicemente imparare a vivere meglio.

**Obiettivo:** Ribadire l'importanza, in ogni contesto, di raggiungere gli obiettivi assegnati e mettere a fuoco le opportunità offerte dal coaching come "strumento in più" per ottenere il massimo dalle persone. Conoscersi meglio per utilizzare il proprio potenziale e per interagire al meglio con gli altri. Diventare consapevoli del proprio potenziale, definire obiettivi e piani d'azione.

### 1

#### Definizione e concetti

- Chi è il coach
- Cos'è il coaching
- Il potenziale del coaching

### 2

#### Le abilità di coaching

- L'ascolto
- Il linguaggio
- L'intuito
- L'uso delle domande

### 3

#### Come preparare un intervento di coaching

- Come identificare le aree di intervento
- La pianificazione dell'intervento
- La verifica dell'azione di coaching

**Esercitazioni:** All'interno di questo corso è previsto un manuale di esercitazioni che conduce a comprendere il processo proposto.

**Partecipanti:** Massimo 10 persone.

**Contatti:** [info@new-workshop.it](mailto:info@new-workshop.it) - [www.new-workshop.it](http://www.new-workshop.it)