



# WIKI-UP

PRODUTTIVITÀ CRESCENTE

## IL COACHING

---



Prima di capire a cosa è utile il Coaching, bisogna innanzitutto capire che cos'è il Coaching.

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



Un'espressione che rende molto bene il suo significato è "to travel coach", ossia viaggiare in vettura. Rivolgersi a un coach, quindi, è come prendere un mezzo di trasporto per essere condotti nel luogo prestabilito, una guida che aiuta una persona o un gruppo di persone che si trovano in una determinata condizione (situazione attuale) a raggiungere la meta prefissata (situazione desiderata).



Il Coaching è un metodo valido per raggiungere il futuro che si desidera, un metodo che si concentra sulle possibilità future, non sugli errori del passato.

Il Coaching è un metodo finalizzato al miglioramento delle performance personali che, attraverso l'utilizzo, lo sviluppo e l'allenamento delle potenzialità, tende a far raggiungere risultati di miglior e maggior valore.



Il metodo è fondato su una serie di competenze e conoscenze di un Coach Professionista tra le quali spiccano da un lato la competenze relazionali dall'altro quelle relative alla comunicazione efficace.

Queste fungono da pilastri e sorreggono tutta l'impalcatura metodologica del modello di Coaching.



A cosa è utile il Coaching come metodo di allenamento del potenziale?

Il Coaching è utile:

- alla determinazione e al raggiungimento di obiettivi specifici
- alla strutturazione di piani d'azione utili ad accompagnare il Cliente nel suo futuro desiderato



- al sostegno della motivazione intrinseca
- alla costruzione di relazioni positive
- alla valorizzazione delle potenzialità





Il Coaching è un metodo efficace in grado di aiutare le persone a migliorare la propria vita.

Tale miglioramento riguarda la vita privata e professionale, il rapporto con se stessi e con gli altri.

Il presupposto è favorire la conoscenza e la consapevolezza di sé, delle proprie risorse e delle aree di miglioramento.