



***“LA METODOLOGIA DEL COACHING: PROMUOVERE E SVILUPPARE  
L’ECCELLENZA NEL BUSINESS E NELLA VITA PRIVATA”***

***Corso base di coaching Livello I  
Corso di integrazione  
per preparazione ESAME ICF MOD. PORTFOLIO  
IX EDIZIONE anno 2021 (Ed. Ottobre)***

***A cura della dott.ssa Ivana La Pira  
Coach certificata ICF a livello internazionale (PCC-ICF)***

***“C’è un solo tipo di successo: quello di fare della propria vita ciò che si desidera.”  
Henry D. Thoreau***

## *INDICE*

Premessa	Pag. 3
Obiettivi	Pag. 4
Organizzazione del corso per Moduli	Pag. 4
Cosa Offre il corso	Pag. 5
Argomenti Generali Sviluppati dal corso	Pag. 6
Dettaglio di Sviluppo dei Moduli	Pag. 7
La Metodologia	Pag. 10
Aspetti organizzativi	Pag. 11
Per avviare la pratica di certificazione ICF (corso ad integrazione)	Pag. 12
Profilo dei coach	Pag. 13
Cosa dicono i nostri corsisti	Pag. 14

## **CORSO DI FORMAZIONE**

### ***“LA METODOLOGIA DEL COACHING: PROMUOVERE E SVILUPPARE L’ECCELLENZA NEL BUSINESS E NELLA VITA PRIVATA”***

*“ C’è sempre una partita interiore che è giocata nella tua mente qualsiasi sia la partita che stai giocando. Il modo in cui affronti questa partita fa la differenza tra il successo e il fallimento”  
(Timothy Gallwey).*

Il coaching è un metodo che permette di agire su sè stessi con il fine di massimizzare il potenziale che è presente in ciascuno di noi generando nuovi approcci e comportamenti che permettono di gestire la propria vita con il migliore impatto di efficacia sia esso collegato alla vita privata piuttosto che alla vita professionale.

L’ international Coach Federation (la più grande organizzazione di coach professionisti al mondo della quale faccio parte con un livello di certificazione PCC) definisce il coaching professionale come *“...un rapporto di partnership che si stabilisce tra coach e cliente con lo scopo di aiutare quest’ultimo ad ottenere risultati ottimali in ambito sia lavorativo che personale. Grazie all’attività svolta dal coach, i clienti sono in grado di apprendere ed elaborare le tecniche e le strategie di azione che permetteranno loro di migliorare sia le performance che la qualità della propria vita”.*

Fondamentale in questo percorso è:

- ✓ Sviluppare la consapevolezza per capire in che direzione andare ed imparare dall’esperienza per poter replicare i successi e riparare gli errori
- ✓ Promuovere il senso di responsabilità personale nell’agire quotidiano per imparare a “gestire” e a non farsi “gestire” dagli eventi o dalle situazioni

Il coaching è riconosciuto a livello internazionale come il metodo migliore e il più personalizzato per assicurare che il pieno potenziale e la performance dei singoli individui e del team vengano sviluppati e mantenuti nel tempo ed è inoltre uno dei metodi più efficaci per promuovere dei cambiamenti duraturi sia a livello personale sia all’interno dei team di lavoro.

Il presupposto di fondo è che il coaching aiuta a sviluppare nuove strategie e la posizione del singolo rispetto alle situazioni diventa sempre più attiva e meno perturbabile dagli eventi che non sono sotto il proprio controllo.

Il coaching si differenzia dalla psicoterapia perché va a lavorare sulle aree di sviluppo e su comportamenti specifici in tempi ben definiti e non lavora sulla patologia (Codice Etico ICF).

## ***OBIETTIVI***

*“Conquista te stesso, non il mondo “  
(Cartesio)*

Il corso intende offrire le basi e i principali strumenti per chi intende adottare un approccio “coaching” (orientato alla soluzione ed agli obiettivi) come modello per gestire la propria quotidianità sia nell’ambito lavorativo (e di business) sia nell’ambito della vita privata.

Si rivolge a chiunque è interessato a conoscere ed integrare delle tecniche ad hoc per migliorare il proprio modo di rapportarsi a fatti e cose acquisendo un approccio attivo ed indirizzato alla risoluzione dei problemi.

### ***Il target al quale ci rivolgiamo :***

- ✓ il singolo individuo interessato al tema e che parte dal presupposto di conoscere il coaching per la propria vita privata (life coaching),
- ✓ il consulente che può usare le tecniche per ottimizzare la gestione con i propri clienti e per lavorare con focus sui propri obiettivi professionali,
- ✓ il manager ed imprenditore per usare il coaching nella guida dei propri collaboratori o come impostazione nello sviluppo di attività di business e per sviluppare strategie,
- ✓ il professionista che vuol conoscere il coaching per incominciare ad avvicinarsi al mondo del coaching con l’obiettivo di crearsi un nuovo sbocco professionale,
- ✓ professionisti già impegnati in relazioni di aiuto (counsellor, terapeuti, mediatori, psicologi).

Mediante il trasferimento esperienziale delle principali tecniche il corsista sarà da subito indirizzato a promuoversi e a sperimentarsi come soggetto attivo sia in aula sia al di fuori del contesto formativo (tra una giornata di formazione ed un’altra sarà richiesto di fare esercizi di pratica collegate alle tecniche apprese in aula).

Il corso è aperto a qualsiasi partecipante (previo colloquio motivazionale) che presenti la motivazione a potenziarsi nelle proprie capacità di sviluppo di team e/o di sviluppo di capacità personali per produrre risultati di eccellenza sia nella vita privata sia in quella professionale (ad esempio come guidare i propri collaboratori o la propria attività di business o promuovere una nuova attività). La formazione di base del partecipante può essere di tipo eterogeneo (Diploma di scuola superiore, Laurea in discipline scientifiche, umanistiche, legali, amministrative).

Le esperienze di aula virtuale saranno costantemente monitorate con feedback sia da parte del docente coach sia da parte del tutor coach di aula. E’ richiesta ai partecipanti apertura e disponibilità rispetto alla metodologia prospettata e di attivarsi personalmente per vivere ed esercitare in prima persona gli strumenti proposti. Tutti i partecipanti in aula saranno tenuti a rispettare l’assoluta confidenzialità (privacy) rispetto ai temi che potranno emergere ed al riguardo ci sarà un impegno condiviso sin dall’avvio delle giornate di formazione

## ***ORGANIZZAZIONE DEL CORSO PER MODULI:***

**Durata: Lezioni sul coaching di 3 Moduli (6gg) + 1gg di ripasso. Periodo Ottobre -Dicembre 2021**

Nei vari moduli gli argomenti che saranno affrontati fanno esplicitamente riferimento alle 8 competenze ICF (International Coach Federation) approvate nel novembre 2019.

Le attuali 8 competenze hanno sostituito le precedenti 11 competenze attive dal 1998.

## ***COSA OFFRE IL CORSO:***

*“Nessun fatto è così importante quanto il nostro atteggiamento verso di esso, poiché è proprio questo che determina il nostro successo o fallimento “*

**(Robert Kiyosaki).**

Attraverso l'acquisizione delle tecniche del coaching ed un lavoro richiesto in prima persona (mediante le attività pratiche agite) il partecipante avrà la possibilità di apprendere approcci che gli permetteranno di:

- ✓ Gestire sé stessi e la propria attività di business
- ✓ Gestire il tempo e le priorità
- ✓ Sviluppare un approccio generale nella gestione della propria quotidianità in una modalità proattiva
- ✓ Acquisire una modalità di lettura di sé e della situazione in cui si opera più consapevole e flessibile
- ✓ Esprimere le reali ambizioni e potenzialità, in modo da sfruttare in pieno ogni opportunità. Ritrovare la giusta motivazione, leva essenziale del cambiamento desiderato
- ✓ Sperimentare la propria creatività e la predisposizione a mettersi in gioco, assumendosi la responsabilità della propria vita
- ✓ Allineare le proprie azioni allo scopo, lavorare su un progetto di sviluppo personale e/o professionale (o individuare un progetto da sviluppare)
- ✓ Raggiungere il successo nella professione e nel business
- ✓ Ottenere un maggiore equilibrio tra la vita personale e personale
- ✓ Incrementare l'autostima
- ✓ Comunicare con efficacia e costruire relazioni più concrete e profonde
- ✓ Favorire l'espressione dei propri desideri e l'autorealizzazione personale

## ***PER CHI SI OCCUPA DI BUSINESS PERCHE' PARTECIPARE:***

*“ Non esiste vento favorevole per il marinaio che non sa dove andare”*

**(Lucio Anneo Seneca)**

Per chi gestisce e per chi guida o è costantemente orientato a proiettarsi nel proprio lavoro mantenendo il focus nel raggiungimento dei risultati senza dimenticare che per ottenere risultati di eccellenza è il valore e la capacità di chi guida a fare la differenza nell'ottenimento degli obiettivi.

Con questo corso avrai la possibilità di fermarti per focalizzarti con un nuovo approccio sulla gestione del tuo business e dei tuoi collaboratori, avrai la possibilità di “portarti a casa” tecniche e strumenti ad hoc da usare nel tuo contesto produttivo per generare responsabilità condivise nel raggiungimento dei risultati e per la creazione di un clima di lavoro positivo e stimolante.

L'esperienza della dott.ssa La Pira, direttore didattico del corso e coach esperto anche in ambito Corporate Coaching (coaching all'interno delle organizzazioni ed aziende) sarà messa al servizio di quei partecipanti che intendono frequentare il corso con lo scopo principale di apportare delle novità nel proprio contesto lavorativo. Le tecniche apprese potranno essere trasferite immediatamente nel proprio ambiente di lavoro (società, studi, aziende) ed accelerare in tal modo l'orientamento verso gli obiettivi prefissi.

## ***ARGOMENTI GENERALI SVILUPPATI NEL CORSO LIVELLO 1***

*Gli argomenti che seguono saranno sviluppati nelle 7 giornate del Corso. Livello 1 (48 ore)  
(Il livello 2 del corso prevede un approfondimento specifico di ulteriori 12 ore)*

- ✓ Le basi del Coaching e le 8 Competenze ICF
- ✓ Creare una relazione empatica a doppio senso: creare un clima di fiducia e di confidenza con il cliente.
- ✓ La definizione dell'obiettivo- I modelli a supporto: Smart, Grow, Ecologico
- ✓ Il modello della sessione di coaching: le 5 Fasi del processo con estensione a 9 Fasi
- ✓ Comunicare con efficacia - Ascolto attivo e linguaggio non verbale
- ✓ Comunicazione diretta: L'uso del feedback
- ✓ Le Domande Potenti
- ✓ Facilitare l'apprendimento ed i risultati.
- ✓ Il ruolo del coach, Il ruolo del leader, il ruolo del Manager Coach
- ✓ Obiettivi personali/aziendali: sviluppare risultati concreti
- ✓ Allenare la responsabilità e la capacità di decidere nella propria vita e nel lavoro
- ✓ Lo stile del coaching, Essere o Fare il Coach

## **MODELLO DI RIFERIMENTO SULLO SVILUPPO DEI MODULI (LE COMPETENZE ICF)**

I singoli moduli si svilupperanno attraverso lo sviluppo e la conoscenza delle **otto competenze di coaching Icf (Novembre 2019)**.

Ad ogni competenza saranno associati lo sviluppo di strumenti ad hoc e la promozione di uno stile di coaching olistico (mettere insieme l'essere e il fare coaching).

Particolare attenzione in tutto il corso sarà data alla competenza n2 e n5 (vedi di seguito) mediante le varie attività ed esercitazioni collegate ad un approccio Mindfulness e di Presenza.

Costante il lavoro durante tutto i moduli per favorire la crescita ed il potenziamento personale/professionale del partecipante.

All'interno dei vari moduli i partecipanti lavorano sullo sviluppo del proprio obiettivo ed apprendono le tecniche sperimentandosi in una pratica attiva con i colleghi del corso.

Le stesse competenze di coaching trovano espressione e possibilità di applicazione all'interno della professione da manager/imprenditore/formatore/consulente ciò che viene promosso è "un'approccio coaching" orientato verso un fare efficace.

**Seguono le 8 competenze secondo la declinazione ICF.**

### ***Le basi***

#### **1. Dimostra la pratica etica**

*Definizione:* comprende e applica coerentemente l'etica e gli standard di coaching

#### **2. Incarna una mentalità di coaching**

*Definizione:* sviluppa e mantiene una mentalità aperta, curiosa, flessibile e centrata sul cliente

### ***Co-Creazione della relazione***

#### **3. Stabilisce e mantiene accordi**

*Definizione:* collabora con il cliente e le parti interessate per creare accordi chiari sulla relazione, processo, piani e obiettivi di coaching. Stabilisce accordi per l'impegno generale di coaching e quelli per ogni sessione di coaching.

#### **4. Coltiva fiducia e sicurezza**

*Definizione:* collabora con il cliente per creare un ambiente sicuro e di supporto che consenta al cliente di condividere liberamente. Mantiene un rapporto di reciproco rispetto e fiducia.

#### **5. Mantiene la presenza**

*Definizione:* è pienamente consapevole e presente con il cliente, impiegando uno stile aperto, flessibile, radicato e fiducioso

### ***Comunicare efficacemente***

#### **6. Ascolta attivamente**

*Definizione:* si concentra su ciò che il cliente è e non sta dicendo per comprendere appieno ciò che viene comunicato nel contesto/sistema del cliente e per supportare l'autoespressione del cliente

#### **7. Evoca consapevolezza**

*Definizione:* facilita la comprensione e l'apprendimento del cliente utilizzando strumenti e tecniche come domande potenti, silenzio, metafore o analogie

### ***Coltivare l'apprendimento e la crescita***

#### **8. Facilita la crescita del cliente**

*Definizione:* collabora con il cliente per trasformare l'apprendimento e la comprensione in azioni. Promuove l'autonomia del cliente nel processo di coaching.

## ***DETTAGLIO DI SVILUPPO DEI MODULI***

### ***MODULO 1- STABILIRE LE BASI DEL COACHING (14 h)***

Essere allineati alle linee guida del codice deontologico e gli standard professionali del coaching. Differenze tra coaching, consulenza, psicoterapia ed altri supporti professionali. Congruenza tra il metodo di coaching e le necessità del cliente. Stabilire valori e confini del Coaching, le responsabilità del coach e del cliente.

#### **Stabilire il contratto di coaching.**

Comprendere cosa è richiesto nella specifica interazione di coaching e concordare con il cliente il processo di coaching, focalizzando i termini della relazione e concordando le modalità di lavoro logistica, compensi, pianificazione sessioni, ecc. Come il Manager può definire il contratto con il collaboratore.

#### **Le fasi della sessione e la struttura della conversazione di coaching**

Comprendere lo sviluppo del processo tra obiettivo di sessione, obiettivo di periodo. Spiegazione del modello di conversazione per passi ed applicazione. Spiegazione del concetto di processo.

#### **La definizione dell'obiettivo**

Definire lo sviluppo dell'obiettivo secondo i modelli Grow e Smart. Come aiutare il cliente nella definizione e nella declinazione di obiettivi realisticamente raggiungibili e come favorire la trasformazione e la realizzabilità attraverso l'uso delle domande.

### ***MODULO 2 - CREARE RELAZIONE e COMUNICARE CON EFFICACIA (14h)***

#### ***Creare relazione***

#### **Stabilire un clima di fiducia e confidenza con il cliente.**

Stabilire con il cliente accordi chiari e mantenere le promesse. Individuare e far esprimere le intenzioni del cliente e supportarli nella loro espressione.

#### **Presenza nel coaching.**

Focalizzazione del Coach nel creare relazioni spontanee con il cliente, impiegando uno stile aperto, flessibile e fiducioso, adeguandosi alla situazione.

Dimostrare fiducia nell'interfacciarsi con emozioni forti, gestire le emozioni del cliente. Gestire la relazione con focus.

#### ***Comunicare con efficacia (I)***

#### **Ascolto attivo.**

Cogliere e comprendere il significato di ciò che il cliente dice e non dice, supportandone l'espressione.

Distinguere tra le parole, il tono della voce, ed il linguaggio del corpo. Trasformare il consiglio e giudizio in ascolto, comprensione e domande.

L'uso dello strumento della Sintesi come tecnica per verificare la comprensione e per assicurarsi chiarezza ed allineamento.



***MODULO 3- COMUNICARE CON EFFICACIA (II) E FACILITARE L'APPRENDIMENTO  
ED I RISULTATI (14h)***

***Comunicare con Efficacia (II)***

**Domande potenti.**

Abilità di fare domande che rivelino l'informazione necessaria al massimo beneficio della relazione di coaching e del cliente.

**Comunicazione diretta**

L'uso dello strumento del feedback per favorire un linguaggio che abbia il massimo impatto positivo sul cliente. Come trasferire e trasformare intuizioni in messaggi chiari, articolati e diretti. Formulare con chiarezza gli obiettivi del coaching, l'agenda degli incontri, lo scopo di tecniche o esercizi.

***MODULO DI RIPASSO a chiusura corso (6h)***

***Facilitare Apprendimenti e Risultati***

**Ripresa di tutti i processi sviluppati nei moduli precedenti**

Nel modulo di ripasso il Focus sarà indirizzato in particolar modo sull'integrazione degli strumenti appresi nei moduli precedenti (gestione della sessione rispetto alle varie fasi, uso delle domande aperte e potenti, uso del feedback, definizione dell'obiettivo e sviluppo del piano di azione) + la parte di gestione dei progressi e delle responsabilità.

Ci si soffermerà sulla chiusura di un percorso di coaching e come gestire la sessione di chiusura e su un ulteriore livello di approfondimento delle competenze Chiave ICF e come queste si declinano all'interno della sessione.

## **METODOLOGIA**

*“Un vincitore è solitamente colui che riconosce i suoi talenti naturali, lavora sodo per svilupparli in capacità, ed usa queste capacità per raggiungere i suoi obiettivi.”  
“Larry Joe Bird”*

Il programma didattico, segue lo sviluppo delle competenze fondamentali definite dall’International Coach Federation, per lo svolgimento della professione del Coach. Le tematiche verranno sviluppate attraverso lezioni frontali, esercitazioni di gruppo, sessioni live di coaching, sperimentazioni, secondo una metodologia partecipativa. La piattaforma usata per i meeting sarà quella di ZOOM.

La proporzione tra metodologia didattica frontale e quella esperienziale sarà sviluppata in una percentuale del 30% di lezione frontale ed il 70% di attività esperienziale (previste sessioni di coaching, sperimentazione delle tecniche apprese in coppia, triadi, sottogruppi e nel gruppo allargato).

**Nel periodo che intercorre tra le giornate di formazione sono previste delle sessioni di coaching tra i partecipanti con il fine di applicare il metodo appreso in aula nel contesto quotidiano e per iniziare ad esercitare le competenze oggetto di studio.**

Durante le giornate di formazione i singoli partecipanti saranno costantemente supervisionati sia dal docente coach principale sia dal tutor di aula (a sua volta coach professionista). Il tutor di aula sarà inoltre un riferimento costante per ogni singolo partecipante anche al di fuori delle giornate di aula.

## ***ASPETTI ORGANIZZATIVI***

### ***CORSO ONLINE SU PIATTAFORMA ZOOM***

#### **DATE DEL CORSO**

##### **MODULO 1- 14 h**

22- 23 Ottobre  
h 9.30- 13.00 / 14,30-18,00

##### **MODULO 2- 14h**

05-06 Novembre  
h9,30-13,00 /14,30-18,00

##### **MODULO 3- 14 h**

26-27 Novembre  
h9,30-13,00 /14,30-18,00

##### **MODULO DI RIPASSO- 6h**

10 Dicembre  
H 9,30-13,30 / 14,30-16,30

#### **ORGANIZZAZIONE DELLE GIORNATE**

Durante le giornate saranno previste delle pause di 15 minuti a metà mattina e a metà pomeriggio o solo pause di 15 minuti nei moduli con mezze giornate.

#### **COSTO ED ISCRIZIONI CORSO BASE DI 48h TOTALI**

Per procedere con l'iscrizione: effettuata la fase di contatto ed un colloquio motivazionale con la dott.ssa La Pira, si potrà procedere all'iscrizione con invio della scheda di iscrizione e contestuale bonifico. (vedi scheda di iscrizione per dettagli).

**TARIFFA FULL: 1.150, 00 euro + Cassa Previdenza (2%).**

**TARIFFA EARLY - Per iscrizioni entro il 15 Settembre 1.050,00 euro + Cassa Previdenza (2%)**

**RECUPERO MODULI:** In caso di mancata partecipazione ai moduli per impossibilità è previsto un allineamento in modalità one to one di 4h (frazionata in ore) da parte del tutor che prevederà un costo a parte di 300 euro + CP.

Eventuali assenza di mezze giornate sarà di 160 euro per n2 h di allineamento.

L'intero modulo potrà essere recuperato integralmente senza costi aggiuntivi in edizioni successive del corso. NB: Tale possibilità sarà garantita solo all'avvio effettivo di corsi successivi.

#### **ATTESTATO DI PARTECIPAZIONE**

A conclusione del corso sarà rilasciato un attestato di partecipazione con i principali argomenti trattati e competenze acquisite sulle tecniche di coaching secondo il modello ICF International. Saranno riconosciute anche le ore di formazione specifiche collegate ad una formazione specifica sulle competenze ICF. Questo corso riconosce n48h di formazione specifica sulle competenze ICF. Si specifica che tale attestato non dà diritto immediato per l'accreditamento ICF e che l'iter da seguire per la certificazione seguirà il percorso in modalità portfolio.

***PER AVVIARE LA PRATICA DI CERTIFICAZIONE IN MODALITA' PORTFOLIO ICF:  
CORSO AD INTEGRAZIONE***

**PER ACCEDERE ALLA CERTIFICAZIONE ACC**

Per chi intende conseguire la certificazione ICF al Corso base precedente di 48h saranno da aggiungere ulteriori n 12 h di formazione ad hoc. Il presente corso prepara alla MODALITA' PORTFOLIO.

Si ricorda che le ore di formazione sulle competenze di coaching devono essere pari a n.60.

Le ore di pratica (intese come ore di esperienza) saranno pari a 100h. Le ore di pratica di esperienza verranno contegiate a partire dalla prima giornata di formazione del corso base (secondo quando previsto da ICF).

Per maggiori informazioni e dettagli sulla specificità delle credenziali si consiglia di visionare direttamente il sito di ICF International (<https://coachingfederation.org/credentials-and-standards>) o il sito ICF Italia (<http://www.coachfederation.it/le-credenziali/>).

Le seguenti informazioni sono aggiornate al luglio 2021. E' in corso da parte di ICF International una revisione della pratica di accreditamento entro dicembre 2021.

Qualsiasi aggiornamento collegato alla pratica della certificazione sarà trattato all'interno delle due giornate di formazione.

**CORSO DI PREPARAZIONE ALLA CERTIFICAZIONE:**

In caso di interesse a procedere per arrivare alle 60 h di formazione teorica sono previste le 12 ore di integrazione e queste prevederanno un costo a parte.

Le ore di integrazione si soffermeranno in particolar modo su: CODICE ETICO- PREPARAZIONE AL CKA (Coaching Knowledge Assessment) e BASI DEL COACHING.

Il fine delle 12h di integrazione è quindi quello di rendere il corsista completamente padrone di tutto ciò che ICF richiede per avviare la pratica di certificazione.

**ASPETTI ORGANIZZATIVI:**

14-15 GENNAIO 2022

H9,30-12,30/ 14,00-17,00

**COSTO DEL CORSO CON ACQUISTO DISGIUNTO RISPETTO A CORSO BASE COACHING**

**(a seguito della chiusura del corso base)**

430,00 euro + Cassa Previdenza (2%)

**COSTO DEL CORSO CON ACQUISTO CONGIUNTO (Corso Base + Preparazione Certificazione) al momento della prima iscrizione**

CORSO BASE+ INTEGRAZIONE – TARIFFA EARLY – entro il 15.09.2021- 1350,00 euro + Cassa Previdenza (2%)

CORSO BASE+ INTEGRAZIONE – TARIFFA PIENA dal 16.09.2021– 1500,00 euro + Cassa Previdenza (2%)

**MODALITA' DI PAGAMENTO:**

**TARIFFA EARLY entro il 15.09.2021 (pagamento unica soluzione)**

IMPORTO 1.350,00 euro + CP (2%)- 1379,00 (importo bonifico)

**TARIFFA PIENA dal 16.09.2021 (pagamento unica soluzione)**

IMPORTO 1.500,00 euro + CP (2%)- 1532,00 (importo bonifico)

**CONTATTI**

Per info relativamente al corso saremo ben lieti di offrirvi tutte le indicazioni utili per la vostra scelta.

Scrivere alle seguenti email: [ivanalapira@gmail.com](mailto:ivanalapira@gmail.com); [ivanalapira@coaching2go.it](mailto:ivanalapira@coaching2go.it)

Contatti cell Ivana La Pira: 339 3392607

## ***PROFILO DEI COACH***

### **Responsabile didattico e docente unico del corso**

**IVANA LA PIRA:** Laureata in Psicologia, Psicoterapeuta, Consulente, Formatrice, Life e Corporate Coach con accreditamento PCC (certificazione a livello internazionale presso l'International Coach Federation e membro della Federazione Italiana ICF). Per il 2020- 2021 membro del Border di SCP ITALY (Society Coaching For Psychology Italy).

Ha maturato oltre 2000 h di coaching erogato sia nei contesti organizzativi seguendo manager di aziende e società, sia in ambito privato. Le modalità del coaching erogato sono sia di gruppo sia in forma individuale.

Inizia la professione da coach nel 2008 con alle spalle l'esperienza di consulente nelle risorse umane avviata a partire dal 2000 e con alla base la professione da psicologa maturata in ambito sociale. Ha conseguito la specializzazione in Psicoterapia sistemico-relazionale nel 2004.

Docente per scuole di coaching accreditate dall'ICF International e responsabile didattica e docente per corsi di coaching rivolti a target diversificato (imprenditori, manager, professionisti, consulenti, psicologi, formatori e persone interessate alla metodologia da applicare nell'ambito della propria vita privata).

Specializzata in Corporate; Business, Life e Career Coaching ha seguito a partire dal 2002 centinaia di manager (middle ed executive) di vari settori merceologici sia come consulente di carriera sia come career e business coach.

Ha collaborato in qualità di assistente per anno accademico 2010-2011 con la cattedra di selezione e valutazione del personale per la Facoltà di Sociologia dell'Università "La Sapienza" di Roma.

Collabora con diverse realtà leader nell'ambito delle Risorse Umane per progetti legati allo sviluppo delle risorse umane.

La frase che meglio la rappresenta è: *"C'è un solo tipo di successo: quello di fare della propria vita ciò che si desidera."* (Henry D. Thoreau)

Profilo visionabile su [www.linkedin.com](http://www.linkedin.com)

### **Tutor ed Assistente d'aula**

**Michele Gradi:** Corporate e Business coach con accreditamento PCC ICF con 750 ore di coaching erogato. Mindfulness Trainer dal 2018.

Prima dell'esperienza con Coaching2go è stato Tutor in un Master di Coaching riconosciuto a livello internazionale dall'ICF (anno 2017).

Ha avviato la professione da Coach con alla base una formazione da avvocato e da esperto nell'ambito della gestione del credito all'interno di un primario istituto di credito.

Con la formazione da Coach acquisita nel 2013 riesce ad integrare la passione per la gestione delle risorse umane con gli aspetti tecnici tipici del settore bancario. Oggi oltre ad essere uno dei coach interni (sia per progetti in Italia sia all'estero) segue progetti di sviluppo specialistici (ad esempio sulla valutazione del potenziale e sullo sviluppo dei talenti) e supporta su necessità specifiche la funzione HR per eventi formativi.

Ha conseguito il titolo dal Mindfulness Trainer nel 2018 presso il Centro italiano Mindfulness a seguito della frequentazione del Master Annuale.

La frase che meglio lo rappresenta è: *"non c'è nulla che con paziente e amorevole dedizione non possa essere migliorato.."* (Anonimo) Profilo visionabile su [www.linkedin.com](http://www.linkedin.com)

## ***COSA DICONO I PARTECIPANTI DEL CORSO DI COACHING ED n1 ONLINE FEBBRAIO 2021 (alcune testimonianze)***

### **Samanta Paciucci (Responsabile Area Comunicazione e Marketing, Azienda di Servizi)**

#### **Cosa hai apprezzato del Corso di Coaching?**

Venivo già da una scuola di coaching ma partecipare a questo corso è stata un'esperienza nuova in cui oltre alla teoria molto spazio è stato dato alla concretezza, quella che sentivo mancarmi! Ho apprezzato molto l'umanità, la chiarezza e non per ultima la vicinanza di Ivana durante il percorso di formazione. E' stato un corso molto ricco sia di emozioni che di concetti oltre che di profonda analisi sia sulle tematiche trattate che sulla mia personalità. Ciascuno di noi ha avuto possibilità di guardarsi anche un po' dentro e scoprire, accettare e risolvere "i se e i ma" (questo diventa fondamentale nel percorso formativo in oggetto)

#### **Perché ti senti di consigliare il corso?**

Lo consiglio perché non solo è un ottimo affaccio sul mondo del coaching ma è anche una grande opportunità di miglioramento personale e un'ottima ispirazione per progetti futuri per chi desidera realizzarsi come Coach ICF! Grazie Ivana la mia fortuna aver partecipato!

### **Luciana Gallerano (HR Senior Consultant, Coach, Trainer )**

#### **Cosa hai apprezzato del Corso di Coaching?**

Ho apprezzato fin da subito la grande attenzione che Ivana ed i suoi collaboratori Laura e Michele hanno riposto in ogni dettaglio e passaggio del percorso formativo svolto insieme. Non era scontato per me raggiungere un livello così elevato di coinvolgimento e di ingaggio attraverso la modalità di formazione on line che temevo potessero penalizzare la qualità del corso. Questo non solo non è accaduto, ma la modalità da remoto ha permesso un livello altissimo di concentrazione e di impegno da parte dei docenti e del team in apprendimento, con cui si è creata fin da subito un'ottima relazione. Ho apprezzato i contenuti di spessore che Ivana ha saputo offrire, sempre con una grande dedizione e cura del significato delle cose, forte presenza nei diversi momenti del processo di formazione. Il valore che ho subito colto del percorso con Ivana riguarda l'immediata possibilità di applicare nelle sessioni di coaching le indicazioni, i suggerimenti e l'approccio che ci è stato trasmesso, con molte attività pratiche e spazi di condivisione e di riflessione continui. Ivana ha saputo sempre dare estrema attenzione ad ognuno dei partecipanti, facendo in modo che ognuno avesse il suo spazio, rispettando il ritmo individuale di apprendimento e la voglia di acquisire sempre più informazioni, non risparmiandosi mai nel dare input e risposte alle domande e curiosità. Insomma un'eccellente mix di impostazione teorica e di processo con un'immediatezza di applicazione pratica, spendibile da subito. Ho sentito che il mio approccio come coach ha fatto un passo in avanti, mi sento più sicura oggi, grazie alla tanta pratica fatta in aula, e soprattutto grazie al costante confronto con Ivana che è un'eccellente mentor oltre che formatrice.

#### **Perché ti senti di consigliare il corso?**

Consiglio il percorso con Ivana a chi voglia arricchire la sua formazione come coach o a chi si affacci per la prima volta a questo mondo fantastico del coaching con il desiderio di comprenderne la basi e l'essenza. Ivana saprà trasferire a chi la seguirà la passione e la forte professionalità che la contraddistinguono, ma che anche le persone che frequentano il corso possono assorbire. Il valore che si può trarre dal corso è la possibilità di sperimentare da subito in modo molto pratico la metodologia del coaching, le fasi del processo secondo ICF, le competenze del coach. Per ogni fase del processo sono previsti momenti attivi di partecipazione e di sperimentazione organizzati in modo che ognuno possa avere il proprio spazio per mettersi in gioco, provare e ricevere dei feedback costruttivi e sempre incoraggianti dai docenti. Il clima che Ivana riesce a creare in aula è molto incoraggiante e positivo, senza giudizio, dove ognuno possa esprimere le proprie necessità ed esigenze e trovare la sua strada di apprendimento. Il corso è anche un'ottima opportunità per riflettere sul proprio percorso professionale, le proprie aspirazioni come coach e per mettere a terra un progetto coerente con i propri obiettivi e potenzialità. È possibile fin da subito sperimentare sulla propria pelle un approccio coaching che diventa eccezionalmente pervasivo!

### **Ylenia Viviani (Ambito HR, azienda di grandi dimensioni utilities)**

#### **Cosa hai apprezzato del Corso di Coaching?**

Del corso ho apprezzato l'approccio maieutico. Teoria i ma che fissava i concetti chiave sperimentando. Inoltre questa modalità ha creato un forte coinvolgimento e una attenzione costante nonostante fosse davanti un monitor.

#### **Perché ti senti di consigliare il corso?**

Non solo, lo consiglieri perché accompagna il partecipante velocemente a sperimentare, riflettere, elaborare, rivedere le aree di miglioramento, senza troppi fronzoli.

**Giuseppe La Balestra (Azienda Multinazionale Biotech, Product Specialist)**

**Cosa hai apprezzato del Corso di Coaching?**

Del corso ho apprezzato innanzitutto la grande competenza dei Coach (Ivana, Michele, Laura) che hanno permesso al gruppo dei partecipanti di seguire le sessioni con grande partecipazione ed interesse.

Ho trovato l'ascolto attivo, la definizione e la gestione degli obiettivi, la sintesi ed il feedback, argomenti che mi hanno particolarmente aiutato a definire quanto mi ero prefisso prima di iniziare il corso.

Molto interessanti e coinvolgenti le pratiche di mindfulness.

Molto formative le esercitazioni di gruppo o di coppia

**Perché ti senti di consigliare il corso?**

Mi sento sinceramente di consigliare questo corso perché ti consente di lavorare con grandi competenze che ti permettono di apprendere gli argomenti in un'ambiente sereno senza possibilità di essere giudicato. È un corso che dopo il suo completamento ti mette nelle condizioni di vedere i tuoi obiettivi in un modo più concreto ed efficace.

**Lisa Di Donato (Psicologa, Coach, Consulente Risorse Umane, Formatrice, Operatrice Mindfulness)**

**Cosa hai apprezzato del Corso di Coaching?**

1. Il lavoro su se stessi, preziosissimo e di grande impatto, come modo per evolvere come professionisti e come coach;  
2. La capacità di trasmettere in modo pratico e concreto strumenti che ti fanno sentire realmente padrona del processo;

3. Ottima conduzione di aula virtuale che è stata resa sempre stimolante e mai faticosa

4. Vedere le simulate fatte dal docente, un dono prezioso! Così come la capacità della docente di inserirsi nelle sessioni di allenamento per agevolare l'apprendimento pratico dei coach

**Perché ti senti di consigliare il corso?**

Perché è un corso completo che ti fornisce strumenti e tecniche che ti consentono di governare il processo di coaching. Inoltre il collegamento con le competenze ICF consente di avere un quadro ampio e chiaro di cosa deve fare un coach. Infine la possibilità di prepararsi all'acquisizione della certificazione attraverso il percorso base e quello avanzato, è un plus da valorizzare.

**Camilla Scarinci (Addetta alla relazione Cliente- Studio Privato)**

**Cosa hai apprezzato del Corso di Coaching?** Ho apprezzato tantissimo l'approccio empatico e costruttivo dell'insegnamento della coach Ivana che è sempre rimasta attenta ad ascoltare e supportare il gruppo nella conoscenza delle fasi del processo del coaching.

**Perché ti senti di consigliare il corso?**

Consiglio a tutti questo corso perché fa emergere nuove consapevolezza, permette di focalizzarsi sugli obiettivi della vita, di creare una mentalità aperta e soprattutto di darsi delle priorità.

Ho imparato grazie al tuo corso ad essere di poche parole ma incisive.

**(Figura Ambito HR, azienda di grandi dimensioni utilities):**

**Cosa hai apprezzato del Corso di Coaching?**

L'approccio pratico ai contenuti, ad esempio attraverso esercitazioni e feedback reciproci tra i partecipanti, volti anche a favorirne la partecipazione attiva.

La facilitazione di un clima di fiducia e aperta condivisione.

La proposta di tecniche trasversali utili per il coach.

**Perché ti senti di consigliarlo?**

Perché il corso è costruito con cura e completamente orientato ai partecipanti. I contenuti vengono trasferiti con un metodo efficace e vengono approfonditi gli aspetti, anche pratici, legati alla certificazione.

***COSA DICONO I NOSTRI CORSISTI DELLE PRECEDENTI EDIZIONI (a partire dal 2015)***  
*Commenti sull'esperienza di partecipazione al corso estrapolati da facebook e linkedin dalla pagina di Ivana La Pira*

**Barbara Pizzuco (Responsabile Ufficio Sviluppo Organizzativo e Formazione, Fondazione Policlinico Gemelli)**

Un'esperienza di crescita incredibile, guidata da una persona eccezionale sia dal punto di vista professionale sia dal punto di vista umano. E' raro trovare tanta competenza, energia, voglia e capacità di trasmettere ai discenti.

**Salvo Latino (Imprenditore settore ristorativo, Agronomo, Responsabile società di servizi settore agrario, Docente Formatore Università Lumsa Roma)-**

Un'esperienza che mi ha fatto riflettere molto e fatto conoscere strumenti di cui siamo dotati e non utilizziamo. Grazie Ivana la Pira. Auguro a tutti di fare questo viaggio, per conoscersi e stupirsi di quanto belli siamo.

**Paola Cutaia (Imprenditrice, già Direttore Generale di una Organizzazione non Governativa)**

Segnalo il corso perchè ho già frequentato un corso di Ivana più di due anni fa. Lo ammetto serenamente: quel corso ha dato un nuovo indirizzo alla mia vita, personale e professionale. Si tratta di un corso che consente anche di imparare a lavorare su noi stessi e a relazionarci meglio con gli altri. Alcune persone del mio gruppo hanno imparato a gestire al meglio le proprie aziende, io mi sono avventurata su una strada nuova ed oggi sono anche io una coach certificata. Ivana è riuscita a creare un corso dove trovano posto teoria e pratica, fatica e risate, nuove scoperte su noi stessi e nuovi, cari amici.

**Simona Taliani (Senior Manager azienda settore informatico)**

Fonte di ispirazione per chi conosce e pratica la materia, grande esperienza formativa, di crescita e di miglioramento per chi ci si avvicina, e magnifica opportunità umana di conoscere persone vicine negli intenti e nei valori, imperdibile opportunità!

**Cinzia Giacomelli (Consulente ambito HR)**

Esperienza potente, energia dilagante, clima positivo, professionalità indiscutibile. Il percorso intrapreso con te è un processo sempre in corso, sempre attivo ed attivante ... sempre alla ricerca del nostro se', del nostro bambino interiore che cerca con il gioco di scoprire sempre cose nuove, di porsi nuove mete, di intraprendere nuovi viaggi. L'esperienza con Ivana è stato un meraviglioso viaggio di ricerca ...si un viaggio importante ed in costante evoluzione... se volete riscoprire la bellezza del viaggio ... del vostro viaggio ... "acquistate" il biglietto e iniziate a viaggiare ... non perdetevi questa grande occasione ... entrate nel flusso e vi meravigliate di voi stessi.  
(Commento del Gennaio 2018, corso frequentato nel 2015 edizione Roma)

**Guja Spina ( Marketing e Social Media Consultant)**

L'umanità la cura e l'immensa dedizione di Ivana la rendono non solo una coach, docente e professionista di livello, quanto più un punto di riferimento per tutti i corsisti che intendono lasciarsi attraversare da questa fantastica esperienza tanto pratica quanto introspettiva.

La competenza la professionalità e la cura che Ivana offre nel suo corso fornisce ad ogni corsista tutti gli strumenti utili per apprendere non solo questa bellissima professione per chi vi si avvicina la prima volta, ma anche e soprattutto strumenti utili per affrontare in maniera efficace le sfide della vita di ogni giorno migliorando la qualità delle performance sia nella vita privata che professionale.

Un percorso unico che aiuta il corsista a riscoprire, sviluppare e portare alla luce le sue infinite potenzialità. È un'esperienza che consiglieri a tutti e che ha superato ogni mia aspettativa.

(Commento del Gennaio 2018, corso frequentato nel 2017 edizione Roma)

**S. C (Manager di multinazionale)**

Il Corso di Coaching che ho frequentato con Ivana ed il suo team, mi è stato molto utile in primis per conoscere il significato e gli aspetti principali del Life Coaching non solo come opportunità professionale ma come nuovo approccio alla vita.

Ogni lezione ha sollevato in me riflessioni importanti che vanno dalla gestione del lavoro per obiettivi e del timing, al significato di responsabilità individuale, al contributo del confronto con l'altro, permettendomi di lavorare su me stessa dando sempre più valore a quello che faccio o che desidero fare.

In poche parole, ad avere una visione più chiara e consapevole delle mie esigenze e quindi della mia vita.

Ho trovato molto utili e di forte impatto emotivo le esercitazioni pratiche con gli altri partecipanti che mi hanno permesso ad ogni incontro di comprendere meglio i temi affrontati nella parte teorica.

Ivana La Pira è una grande professionista molto preparata e sempre disponibile ad approfondire gli argomenti trattati. Ma soprattutto è una persona gentile, accogliente e positiva.



## **COMMENTI AD HOC DEI PARTECIPANTI SULLE 3 DOMANDE CHE SEGUONO:**

- 1) Quali benefici nell'aver frequentato questo corso? Sul versante privato e sul versante professionale?
- 2) Cosa ha apprezzato maggiormente nello sviluppo del corso stesso? (es. metodologia concreta e partecipata, assistenza, clima creato, argomenti, etc...)
- 3) Per quale motivo consiglierebbe la partecipazione a questo corso?

### **Nadia Zuppardo (amministratrice unico, Attività di Ottica, n.8 dipendenti)**

1) i benefici per me sono stati molteplici, prima dal punto di vista personale e di conseguenza anche a livello lavorativo per la gestione della mia azienda!

Elenco i principali: Ho migliorato notevolmente la comunicazione, in particolare la CHIAREZZA nella comunicazione, sono rimasta stupita dalla velocità con cui, mettendo in pratica azioni giuste, arrivano i risultati, ho aumentato la mia consapevolezza, eliminato i giudizi e soprattutto ho imparato a chiudere tutti i "cicli aperti"..!!

2) Chiarezza, competenza e concretezza del Docente, atmosfera, confronto, emozione, condivisione, corso molto dinamico!

3) Perché ci fa crescere, aumenta la consapevolezza e ci rende "Liberi" dai nostri pensieri spesso contorti e dalle convinzioni limitanti!

### **Francesca Zagarelli (Imprenditrice nell'ambito del settore turistico, ristorativo e ambito wellness, n.30 dipendenti)**

1) Questo corso mi ha permesso di capire l'importanza dell'ascolto attivo, della pianificazione, della positività da mettere nell'accogliere ciò che arriva, di lavorare e vivere per obiettivi Smart.

Aver frequentato questo corso mi ha fatto conoscere degli strumenti che posso utilizzare nella vita privata e professionale. Inoltre mi ha permesso di conoscere un gruppo di persone fantastiche.

Altro riscontro curioso rispetto a questo corso l'ho avuto dall'esterno, ovvero diverse persone, sia sul piano professionale che privato, mi hanno vista cambiata, più serena, cordiale, positiva e soprattutto più comprensiva.

2) Le cose che ho apprezzato di più nel corso sono state sicuramente la professionalità del Coach Ivana la Pira, il rispetto reciproco all'interno del gruppo, il livello alto del gruppo stesso anche la diversità dei vari partecipanti e la condivisione. La possibilità di sperimentarsi in aula e fuori.

Tutti gli argomenti trattati assolutamente di grandissimo interesse non c'è mai stato un calo di attenzione da parte dei partecipanti in nessuna occasione.

3) Per tutti i motivi che ho sopra descritto consiglieri questo corso a tutti e soprattutto consiglieri di provare una sessione come Coachee per capire l'efficacia e la potenza del coaching.

### **Massimo Dall'Olio (Formatore, Psicologo)**

Il corso sul coaching mi ha dato un metodo chiaro ed efficace che è diventato per me un riferimento importante sia sul lavoro che nella sfera personale.

La metodologia attiva e partecipativa ha reso il percorso simile ad una "palestra" in cui, oltre ad apprendere un modello, abbiamo anche allenato delle competenze.

Per questi motivi mi sento di consigliare il corso a tutti quelli che sono interessati all'argomento e che hanno voglia di crescere.

### **Giuseppina Fiaccola (Consulente di Marketing per aziende)**

1) la scoperta per la bellezza di viaggiare all'interno del proprio cuore e della propria mente in libertà. Il primo beneficio su tutti è stato ricevere degli strumenti nuovi che mi hanno permesso di fare ordine nella mia vita personale e professionale.

2) un'alternanza di metodo e contesto protetto per sperimentare le tecniche, mi hanno permesso di interiorizzare la potenza e l'efficacia del coaching.

3) la ritengo un tappa determinante nel percorso della vita che mette luce sulla consapevolezza del nostro ESSERE. Fondamentale per la crescita professionale sia nella sfera delle relazioni, che nella sfera di "chi decido essere" nel contesto lavorativo.

### **Gianfranco Fragomeni (amministratore unico società servizi Telecomunicazione)**

1) Ho migliorato l'ascolto. Sia sul fronte personale sia su quello professionale.

2) L'aula ha trovato in poco tempo una elevata sintonia, che ha facilitato lo scambio e l'apprendimento

3) Direi di getto: perchè dopo averlo seguito ti chiedi perchè non l'hai fatto prima. Aggiungerei poi: perchè è utile ad ogni essere umano che abbia interesse alla comunicazione.



*di Ivana La Pira*

*Contatti*

*cell: 339 3392607*

*[ivanalapira@coaching2go.it](mailto:ivanalapira@coaching2go.it)*

*[ivanalapira@gmail.com](mailto:ivanalapira@gmail.com)*