



# SPORTELLLO COACHING



**PER TUTTI COLORO CHE STANNO VIVENDO UN MOMENTO DI CAMBIAMENTO**

**PER I GENITORI CON FIGLI ADOLESCENTI**

**PER GLI INSEGNATI**

**PER I PROFESSIONISTI CHE VIVONO UN MOMENTO DI DIFFICOLTÀ**

**PER CHIUNQUE ABBA DESIDERIO DI MIGLIORARE LA PROPRIA VITA**

**MOTIVATION**

Formawork ha il piacere di presentare il nuovo servizio di sportello di coaching attivo sulle due sedi di via Londonio 12 e via Montenapoleone 23 a Milano (e online in caso di necessità) e rivolto a tutti coloro che sono interessati ad un percorso di crescita personale e valorizzazione dei propri punti di forza.

#### **Cos'è il coaching?**

È un percorso creativo e dialogico di scoperta delle proprie potenzialità, finalizzato alla crescita personale e basato su specifici obiettivi da raggiungere e azioni concrete da attivare.

#### **Quando rivolgersi ad un Coach?**

Il coaching può essere utilizzato in ogni aspetto della vita privata delle persone: dalle relazioni al lavoro, dallo studio al rapporto con se stessi, in particolari momenti di cambiamento o di passaggio attraverso le diverse fasi della vita.

#### **Cosa troverete?**

Un coach è un professionista che è tenuto al rispetto di un preciso codice di condotta. In un coach professionista troverete:

- Accoglienza, che implica assenza di giudizio, capacità empatica e accoglienza di sé;
- Ascolto, che si sostanzia in momenti di silenzio, domande e feedback;
- Alleanza che consiste nell'attivare un atteggiamento positivo e di fiducia incondizionata nelle capacità del proprio interlocutore;
- Autenticità, capacità eccelsa del Coach di entrare in relazione autenticamente con il proprio interlocutore.

La relazione di Coaching è dunque orientata allo sviluppo (empowerment) della persona verso la sua piena espressività delle proprie ricchezze, in un clima di totale accoglienza.

**Se senti di dover cambiare qualcosa della tua vita**, se ti senti bloccato senza apparenti vie d'uscita, se ti senti indeciso su quali azioni intraprendere, il coaching è la risposta giusta.

**Se sei genitore o insegnante** e vuoi comprendere come relazionarti con un figlio adolescente, il coaching è la risposta giusta.

**Se sei un adolescente** e vuoi conoscerti meglio per capire come orientare le tue scelte nel futuro, il coaching è la risposta giusta.

Insieme esploreremo le tappe di un percorso che partirà da 4 domande fondamentali: Dove voglio andare? Dove mi trovo? Quali strade posso percorrere? Come ci arrivo?

#### **I Coach**

**Cristina Rollando**,

*Coach certificata AICP*

*con specializzazione in Parent e Teen Coaching.*

**Antonella Averna**,

*Coach certificata*

#### **Richiedi info e orari**

3492611713 - [cristina.rollando@formawork.it](mailto:cristina.rollando@formawork.it)

3485437585 - [antonella.averna@formawork.it](mailto:antonella.averna@formawork.it)



[www.formawork.it](http://www.formawork.it)

FOLLOW US

