

Corriere della Sera 7- maggio 2017

# Ti alleno alla vita!

*ALLA SCOPERTA DEL COACHING*

La giornalista Giulia Cimparelli  
assiste come ospite  
alla prima giornata del corso  
**© NSL Coaching di Roberto Ferrario**  
approvato da International Coach Federation  
e introdotto in oltre 150 organizzazioni dal 2003



*" Sono sempre stata un tipo pratico. Così, quando mi sono trovata in difficoltà, ho cercato aiuto. Un amico non mi sembrava abbastanza, uno psicologo mi pareva troppo. Ho scelto un life coach. Un allenatore alla vita. Ne avevo intervistati diversi e sapevo che il loro servizio consiste nel raggiungere un obiettivo mirato in tempi concordati. Perfetto, perché per me un problema chiama sempre una soluzione, rapida e concreta. Mi sono detta: proviamoci. Cos'è successo? Ve lo racconto.*

Per capire meglio, decido di iscrivermi a un corso per diventare, io stessa, coach. Perché, a quanto pare, tutti lo possono fare, indipendentemente da curriculum ed esperienze pregresse.

Quello che non ho capito da allieva potrei capirlo da insegnante. Sul web trovo un mare di informazioni confuse. I corsi per diventare life coach variano da 16 a 240 ore. Alcuni vengono riconosciuti da ICF (International Coach Federation): con 60 ore di formazione puoi imparare la professione.

> PER PROPORSI COME COACH NON OCCORRE ALCUN CERTIFICATO. PER PROPORSI IN MODO CREDIBILE CONVIENE SEGUIRE PRECISI PARAMETRI ( vedi link al mio sito web: [bit.ly/2f7bW3f](http://bit.ly/2f7bW3f) )

> ESISTONO VARIE SPECIALIZZAZIONI COME COACH ( Executive coach, corporate coach, life coach....). QUESTA E' UNA DELLE PRIME COSE CHE SPIEGO PROPRIO ALL'INIZIO DEL CORSO

Invio email con richieste di informazioni a varie scuole, che rispondono celermente. Alcune mi chiamano e mi illustrano la loro offerta formativa.

Sui prezzi sono più reticenti, ma tutti partono da un minimo di 1.800 euro. Scelgo una scuola certificata ICF. Non sarà un ordine professionale legalmente riconosciuto, ma la International Coach Federation è comunque una storica associazione internazionale fondata una quarantina d'anni fa negli Stati Uniti. Trovo una scuola che offre una lezione di prova gratuita, **IN Coach Academy di Roberto Ferrario**, che esibisce un **curriculum di tutto rispetto**: 155 aziende servite come executive coach, 12 mila persone formate, +5.000 ore di coaching erogate, +350 allievi coach. Il 30 aprile vado a seguire la prima giornata del corso © NSL Coaching - approvato da International Coach Federation, tenuto da Roberto Ferrario

Chiedo innanzitutto al Coach come si può imparare un mestiere tanto delicato in sole 60h ?

> PROPRIO PER NON GENERARE CONFUSIONE O FALSE ASPETTATIVE, PRIMA DI ACCETTARE ISCRIZIONI SPIEGO BENE ( E RIBADISCO PIU VOLTE DURANTE IL CORSO ) LA DIFFERENZA CHE C'E' TRA I 3 LIVELLI DI SVILUPPO DI UNA COMPETENZA ( ESSENDO ANCHE TRAINER AZIENDALE DA 15 ANNI , QUESTO PER ME E' UN ASPETTO DEONTOLOGICO MOLTO IMPORTANTE, CHE HO SEMPRE SOTTOLINEATO ALLE +150 AZIENDE CHE HO FORMATO ).

1. IMPARARE LE REGOLE DEL GIOCO

2. IMPARARE A GIOCARE

3. IMPARARE A VINCERE

> NEL MIO CORSO METTO GLI ALLIEVI IN CONDIZIONE DI ARRIVARE AL 2' LIVELLO. PER ARRIVARE AL TERZO ( OVVIAMENTE, COME PER TUTTI I MESTIERI ) OCCORRE PRATICARE, PRATICARE, PRATICARE .

PER QUESTO ICF PREVEDE, DOPO IL CORSO , ALTRI 2 IMPORTANTI REQUISITI: ALMENO 100h DI COACHING DA SVOLGERE , E ALMENO 10h DI SUPERVISIONE RICEVUTA DA UN COACH QUALIFICATO.

PER ESPERIENZA MIA E DEGLI OLTRE 300 ALLIEVI CHE HO AVUTO, OCCORRONO DA 1 A 2 ANNI ( A SECONDA DEL RITMO DI LAVORO E DELLE ABILITA' DEL PRATICANTE COACH) PER ACQUISIRE UN BUON LIVELLO DI COMPETENZA

Il Coach, per cominciare, chiarisce in modo chiaro e preciso un aspetto fondamentale: la differenza tra coaching, counseling, consulenza, psicoterapia e formazione. Il coach non dà dare consigli, ma aiuta il coachee a formulare un obiettivo preciso e a perseguirne il raggiungimento , con domande potenti , feedback e tanto ascolto attivo.

Chiedo se esiste un metodo preciso. La risposta del Coach arriva con il metodo ©CO.R.S.A.

L'ha sviluppato lo stesso Ferrario: uno schema molto preciso per condurre una conversazione di coaching, portando il coachee dal problema alla sua soluzione, attraverso un obiettivo concreto e un robusto piano d'azione. Ferrario simula davanti a tutti una seduta con una corsista, il suo stile è molto professionale, estremamente chiaro e coinvolgente:

IL MIO APPROCCIO DIDATTICO SI SVILUPPA IN 4 FASI. NELLA 1a SPIEGO LA TECNICA. NELLA 2a LA DIMOSTRO CON UN PARTECIPANTE DAVANTI A TUTTI. NELLA 3a OGNI ALLIEVO SVOLGE UNA BREVE SESSIONE CON UN COLLEGA O UN OSPITE DI FRONTE A TUTTI. NELLA 4a FORNISCO UN FEEDBACK DETTAGLIATO E SCRITTO A CIASCUN PARTECIPANTE SUI PUNTI DI FORZA E DI MIGLIORAMENTO. NELLE 64h DEL CORSO INTERO ( APPROVATO DA ICF ) OGNI PARTECIPANTE SVOLGE 6 SESSIONI CON RELATIVI FEEDBACK PERSONALIZZATI E SCRITTI . PER UN TOTALE DI CIRCA 40h DI PRATICA.

...il Coach fa domande e riformula, riassume e ripete a voce alta quello che dice la persona davanti a lui. Domande aperte come: «Qual è il vero problema?», «Cosa puoi fare per avvicinarti all'obiettivo?», «Cosa ti fa dire che raggiungerlo ti renderà più felice/sereno/sicuro di te?». E anche "domande potenti" come: «Qual è la tua qualità che ti allontana dal risultato?».

LA PRIMA DIMOSTRAZIONE PARAGONATA AD UN CORSO DI SCUOLA GUIDA, E' MOLTO SIMILE ALLA GUIDA IN UN PARCHEGGIO. VADO PER GRADI OVVIAMENTE.

UN ASPETTO FONDAMENTALE CHE RIBADISCO PIU VOLTE AI MIEI ALLIEVI ( E AGLI OSPITI..) E' LO SCOPO DELLA PRATICA. TUTTE LE MIE DIMOSTRAZIONI COSI COME LE SESSIONI DEGLI ALLIEVI, NON SONO MAI FINALIZZATE A RISOLVERE I PROBLEMI DEL COLLEGA DI TURNO CON CUI SI FA PRATICA. LA FINALITA E PRATICARE CORRETTAMENTE UNA PER UNA TUTTE LE TECNICHE CHE VIA VIA VENGONO SPIEGATE ( SAREBBE OLTREMODO VELLEITARIO E POCO SERIO PRETENDERE DA ALLIEVI IN ERBA CHE SAPPIANO SCRIVERE POEMI QIANDO ANCORA DEVONO IMPARARE A SCRIVERE)

Ma non è tutto qui. Dopo le prime 60 ore devi dimostrare a Icf di aver fatto cento ore di coaching, di cui almeno 75 pagate. L'associazione, però, si fida della parola. Chiede sì nomi e cognomi dei clienti, ma non pretende nessuna fattura né ricevuta. I livelli di accreditamento sono tre: dopo 60 ore di formazione diventi ACC (Associate certified coach), dopo 125 sei PCC (Professional certified coach) e dopo 200 arrivi a livello MCC (Master certified coach). Ci sono anche un codice di condotta etico professionale e 11 competenze chiave da rispettare.

In Italia c'è la UNI 11601, che regola i servizi di coaching: chi dice di essere coach deve rispettare questa norma che inquadra le caratteristiche del servizio e spiega cosa è coaching e cosa non lo è.

Ferrario sottolinea inoltre che il coach non è un semplice motivatore, come non è un guru, né uno psicoterapeuta, nemmeno un amico o un genitore che danno consigli e giudizi diretti. Di più, un bravo coach si allena parecchio per esserlo. Quindi, per ottenere risultati, è necessario cercarne uno con molta esperienza e sapere esattamente a cosa si va incontro. Di sicuro, dopo un'ora con Giovanna mi sono un po' "scavata dentro": a darti risposte, in fin dei conti, devi essere tu.

> OCCORRONO ANNI, MOLTA PRATICA, ERRORI, CORSI DI AGGIORNAMENTO.

> NEL VALUTARE UN PROFESSIONISTA È DI FONDAMENTALE IMPORTANZA DISTINGUERE LA CIRCOSTANZA IN CUI LO SI VEDE OPERARE.

UN COACH MENTRE TIENE UNA SESSIONE LO SI PUO' VALUTARE PER L'IMPATTO CHE HA SUL COACHEE.

UN TRAINER COACH MENTRE INSEGNA IL MESTIERE LO SI VALUTA SUL GRADO DI APPRENDIMENTO DEGLI ALLIEVI

---

Per maggiori informazioni sul corso © NSL Coaching – approvato da ICF  
[www.robtoferrariocoach.it](http://www.robtoferrariocoach.it) - [info@robtoferrariocoach.it](mailto:info@robtoferrariocoach.it) – 347/884.33.99



**IN COACH Academy**  
di Roberto Ferrario Coach - accreditato ACC / ICF  
Executive Life Business - dal 2003



**© NSL Coaching**  
corso ACSTH approvato da ICF

Apprendimento Pratico e Veloce  
4 weekend | full time: 7gg o 4+4gg | 8gg feriali  
**Partecipazione gratuita e senza impegno  
ad una intera giornata del corso !**

70% di pratica e dettagliati feedback individuali  
Manuale di +250 pagine

Max 6 px per edizione  
+47 edizioni dal 2003

- +11.000 manager formati
- +1.300 gg di formazione
- +150 aziende servite
- +5.000 h di coaching

**Ediz. speciale full time estiva | S. Marino : 25-31 AGO 2017**

[www.robtoferrariocoach.it](http://www.robtoferrariocoach.it) | Milano