



Libera Università del Volontariato e dell'Impresa Sociale

.....

Corso di formazione

IL COACHING OLISTICO

Docente: Anna Fata



Sito internet: uniluvvis.it

E-mail: luvis@erbasacra.com

Indirizzo: [Piazza San Giovanni Bosco, 80 - 00175 Roma](#)

Destinatari	Diplomati e laureati.
Obiettivi	Corso professionalizzante di Coaching a orientamento olistico per la creazione della figura professionale di Coach a indirizzo olistico.
Modalità di svolgimento del corso	Elementi di teoria veicolati via internet e seminari di pratica in presenza (3 fine settimana).
Durata	100 ore totali (50 online e 50 in presenza).

Premessa

Cosa è il Coaching?

Il Coaching è un processo attraverso il quale si aiutano le persone e i gruppi a raggiungere il massimo livello delle proprie capacità di performance.

Esso promuove consapevolezza, responsabilità, motivazione, stimola la piena espressione delle proprie potenzialità, in funzione di obiettivi concreti da raggiungere.

Cosa è il Coaching Olistico?

Il Coaching Olistico considera ogni aspetto della persona, in relazione al tutto.

Si basa su un modello olistico che considera mente, corpo, spirito. Sul piano corporeo il coach lavora con quel che funziona del coachee (cioè il suo cliente) del suo mondo fisico e che sta accadendo nel suo ambiente. Sul piano mentale si adopera per facilitare il processo di svelamento delle convinzioni limitanti, responsabili delle manifestazioni fisiche di quel che sta accadendo nella sua vita, e per creare e incorporare nuovi pensieri, convinzioni, azioni, che sono allineate con gli obiettivi e i desideri. Sul piano spirituale si assiste il coachee nello sviluppare la consapevolezza della connessione con il trascendente e sviluppare pratiche spirituali adatte al suo credo o religione, per trasformare le condizioni esistenti e le esperienze di vita.

Chi è il Coach Olistico?

Il Coach è un professionista che è specializzato nel facilitare i processi di consapevolezza e impegno. Egli si pone su un piano di relazione paritetica con il coachee, che in tale situazione diviene responsabile dei contenuti che apporta. Egli è in grado di lavorare contemporaneamente su mente, corpo, spirito, e di considerare gli aspetti micro e macro, quelli individuali e sociali, quelli privati e professionali, partendo dal presupposto che l'individuo è un tutt'uno che si manifesta in diversi luoghi, modi, tempi, contesti.

A cosa serve il Coaching Olistico?

A tutti coloro che desiderano essere consapevoli e applicare nel migliore dei modi le proprie potenzialità, per conseguire gli obiettivi che più stanno a cuore, per se stessi e per la società, al fine di vivere una vita più autentica, piena, soddisfacente e incarnando la propria natura più profonda.

Aree di applicazione del Coaching Olistico:

- Life coaching: aiuta le persone a migliorare la vita con un percorso evolutivo, si basa sul riconoscimento, l'impiego di potenzialità per raggiungere obiettivi personali;
- Business/Corporate coaching: lavora con professionisti e imprenditori per raggiungere performance migliori e successo, attraverso il conseguimento di obiettivi specifici, lo sviluppo della leadership, la gestione del tempo, l'organizzazione, il public speaking, la relazione;
- Sport coaching: fornisce a sportivi e squadre allenamento mentale che, abbinati a quello fisico, li stimola a vincere, lavorando su autoconsapevolezza psicofisica, gestione dello stress;
- Executive coaching: si rivolge ai vertici aziendali, che vengono affiancati per conseguire obiettivi, tramite lo sviluppo del potenziale, la leadership, la delega, il team building, i processi decisionali, le fasi critiche;
- Team coaching: si usa per ottenere maggiore collaborazione in team aziendali,

migliori capacità relazionali, definizione di obiettivi, identità, cambiamenti organizzativi, risoluzione conflitti, gestione piani di sviluppo, creazione nuovi progetti;

- Career coaching: serve per supportare le persone per la crescita professionale, lavorando su talenti, autostima, fiducia, capacità relazionali, per il cambiamento e miglioramento professionale o per l'ingresso nel mondo del lavoro.

Obiettivi

Il presente corso si compone di 100 ore: 50 di teoria e 50 di pratica.

La teoria consta di lezioni frontali, lezioni veicolate via internet, studio personale.

Sono previsti 3 fine settimana (sabato e domenica) presso la sede di Senigallia (Ancona).

La teoria si compone di seminari in presenza, esercitazioni, scambi di sessione, supervisioni.

Al termine del corso si diverrà in grado di padroneggiare i fondamenti teorici e pratici del coaching olistico.

Agli allievi è richiesta la disponibilità a lavorare su se stessi (autocoaching), con un approccio integrato mente-corpo-spirito, e con i propri colleghi.

E' auspicabile, inoltre, una formazione continua e costante anche al termine del corso, in modo da migliorare e affinare ulteriormente le proprie capacità umane e professionali.

Modalità di verifica

Al termine del corso è previsto un esame teorico e pratico, che comprende la compilazione di una tesi.

Materiali utili per l'approfondimento:

- “La vita professionale e la pratica meditativa”, Edizioni Il Punto d’Incontro, Anna Fata
- “L’etica del cuore”, Edizioni Psiconline, Anna Fata
- “Vivere e lavorare meglio”, Edizioni Paoline, Anna Fata
- “Cosa ho imparato dalla vita”, Edizioni Segno, Anna Fata

Programma del corso

Il corso si suddivide in 6 moduli

Modulo 1 – Introduzione al Coaching

Definizioni di Coaching, i Padri del Coaching, differenze tra ruoli professionali, ambiti e finalità del Coaching, paradigmi di riferimento, psicologia positiva, teorie olistiche, il Coaching somatico, il Coaching spirituale, il modello GROW, il modello AB®ArmoniaBenessere di Coaching Olistico.

Modulo 2 – Il Coaching secondo ICF International Coach Federation

Le 11 Competenze ICF, l’etica del Coaching, il contratto di Coaching, il setting.

Modulo 3 – Strumenti di autoconoscenza e autoconsapevolezza per il Coach

Rilassamento e autoconsapevolezza, tecniche mentali, lavoro energetico, tecniche emozionali, tecniche corporee, tecniche spirituali, interdipendenza e interconnessione, il legame con la natura, l’AutoCoaching Meditativo secondo il Metodo AB®ArmoniaBenessere.

Modulo 4 – Elementi da coltivare nel percorso di Coaching

Consapevolezza, identità, responsabilità, libertà, autonomia, convinzioni, credenze,

valori, potenzialità, creatività, emozioni, intelligenza emotiva, intelligenza spirituale, apprendimento, comprensione, accettazione, autostima, motivazione, autoefficacia, autorealizzazione.

Modulo 5 – Creare la relazione e comunicare a 360°

La relazione, l'ascolto, il silenzio, la comunicazione verbale, non verbale, paraverbale, l'empatia, le domande efficaci, il feedback, il flusso.

Modulo 6 – Stabilire e raggiungere gli obiettivi

Gli obiettivi, l'analisi SWOT, le resistenze, i facilitatori, i task, i compiti di impegno, i compiti di consapevolezza, il piano d'azione, il monitoraggio, la fine di un percorso di Coaching. Elementi di personal e self brand per il Coach.

Modalità di svolgimento del corso

Il corso “Il Coaching Olistico” si svolge sia online che in presenza (3 fine settimana, a Senigallia – AN). Nella formazione a distanza, il docente, con l'eventuale supporto di un tutor, aiuterà i partecipanti ad affrontare le tematiche trattate servendosi della piattaforma per l'e-learning. L'iscrizione alla piattaforma telematica è assolutamente gratuita: per entrare è sufficiente accedere all'indirizzo <http://www.erasacra.eu/aule/> e creare il proprio account se ancora non si è registrati, altrimenti, basterà inserire il proprio Username e Password precedentemente attivati. Per effettuare entrambe le operazioni, basterà cliccare su “Login” in alto a destra della schermata.

Non appena il pagamento sarà pervenuto, un responsabile si occuperà dell'iscrizione dell'utente al corso scelto.

Costo e modalità di pagamento

Il corso “Il Coaching Olistico” ha un costo di € 1.800,00 + IVA, comprensivo di formazione online, 3 weekend in presenza e attestato di partecipazione rilasciato da *Luvis*.

Il pagamento si può effettuare in due semplici modalità:

1. tramite bonifico bancario a

CARIPARMA – Ag. 30 di Roma

IBAN: IT64C 0623 0032 2800 0043435676

Intestato a "Libera Università del Volontariato e dell'Impresa Sociale"

OPPURE

2. tramite Carta di credito accedendo all'indirizzo

<http://uniluvis.it/corsi-erbasacra>

Contatti

Segreteria Luvis:

Tel. 06.71546212 – Cell. 3462179491 – E-mail: **luvis@erbasacra.com**