LE FASI DI UN INTERVENTO DI COACHING

- FOCALIZZARE LA SITUAZIONE ATTUALE
- DEFINIRE L'OBIETTIVO
- SCEGLIERE IL PERCORSO
- REALIZZARE IL PERCORSO
- VERIFICARE I RISULTATI

FOCALIZZARE LA SITUAZIONE ATTUALE

- In questa fase si fa parlare il coachee della situazione che sta affrontando.
- Alcune domande vengono poste per incoraggiarlo a esaminare la situazione, identificare l'obiettivo o le "cose che non vanno".

FOCALIZZARE LA SITUAZIONE ATTUALE

LE DOMANDE

- Che cosa sta succedendo?
- Quali sono i fatti piu' importanti?
- Quali sono le conseguenze di questa situazione?
- Chi e' coinvolto?
- Da quanto tempo?
- Che cosa hai fatto fin'ora? Cosa hai ottenuto? E cosa non hai ottenuto?

DEFINIRE L'OBIETTIVO

- L'OBIETTIVO TALVOLTA NON E' SUBITO CHIARO, DEFINITO.
- LE DOMANDE DEL COACH DEVONO AIUTARE IL COACHEE A CHIARIRSI E FAR PRENDERE FORMA ALL'OBIETTIVO
- L'AIUTO DEL COACH TENDE A FAR SCEGLIERE OBIETTIVI RAGGIUNGIBILI (CONCRETI) ANCHE SE AMBIZIOSI

CARATTERISTICHE CHE DEVE AVERE L'OBIETTIVO

- SPECIFICO, CHIARO, DEFINITO
- MISURABILE
- QUANTIFICATO NELLE RISORSE
- QUANTIFICATO NEI TEMPI

DEFINIRE L'OBIETTIVO

LE DOMANDE

- Qual'è il tuo scopo? Che cosa vuoi ottenere?
- Quali sono gli obiettivi che vuoi raggiungere?
- Quanto controllo hai sul raggiungimento dell'obiettivo?
- Quanta voglia hai di raggiungerlo?

DEFINIRE L'OBIETTIVO

LE DOMANDE

- L'obiettivo e' raggiungibile, chiaro, definito ?
- Come farai a sapere di aver raggiunto l'obiettivo?
- Come lo misurerai? Con quali parametri?

SCEGLIERE IL PERCORSO

- E' il momento di riflettere sul <u>come</u> <u>conseguire</u> (percorso) l'obiettivo scelto.
- E' la fase nella quale si costruisce il percorso ottimale per passare dalla situazione attuale (presente) a quella desiderata (futuro).

SCEGLIERE IL PERCORSO

LE DOMANDE

- Quali sono i passi per raggiungere l'obiettivo?
- Quali sono le alternative per raggiungerlo?
- Quali sono i vantaggi e gli svantaggi di queste alternative?
- Chi potrebbe aiutarti a realizzarle e con quali risorse?

SCEGLIERE IL PERCORSO

LE DOMANDE

- Quale percorso preferisci?
- Che cosa farai per implementare questo percorso scelto?
- Se dipendesse solo da te che scelta faresti?

SCEGLIERE IL PERCORSO

LE DOMANDE

- Entro quando realizzerai il percorso?
- Qual è il primo passo da fare?
- Cosa farai affinché ciò accada?
- Qual é il tuo livello di volontà per mettere in atto la scelta? In una scala da 1 a 10?

REALIZZARE IL PERCORSO

- E' la fase della realizzazione delle azioni che costituiscono il percorso scelto
- E' importante eseguire il primo passo stabilito e poi quelli successivi.

VERIFICARE I RISULTATI

E' IN QUESTA FASE DI FEEDBACK CHE SI RIVEDONO:

- I RISULTATI OTTENUTI "SUL CAMPO".
- COMPORTAMENTI CHE HANNO FUNZIONATO O I SUCCESSI
- I FALLIMENTI E LE RETTIFICHE DA DARE AL PERCORSO
- IL COACH FA DA "SPECCHIO" DANDO FEEDBACK SINCERI, CHIARI, ILLUMINANTI.

VERIFICARE I RISULTATI

LE DOMANDE

- Com'è andata?
- Quali i progressi verso la meta?
- Cosa hai imparato?
- Quali comportamenti e cosa ha funzionato bene? Lo puoi riutilizzare per le prossime volte?
- Quali impedimenti?
- Qual è stato il tuo livello di volontà? Scala 1-10
- Cosa vuoi cambiare per il futuro?
- Qual è il prossimo passo?