

Indice

Pre-Prefazione, dedicata agli scettici, a quelli che dicono:
“Coaching? Non ne ho bisogno, grazie”

Prefazione, di *Luisa Adani* e *Marina Fabiano*

1. Storia del coaching

- 1.1. Il futuro del coaching
- 1.2. Introduzione al coaching
- 1.3. Le fasi del processo di coaching
- 1. 15 domande per introdursi nel coaching

2. Ancor prima di iniziare: l'accordo e il contratto

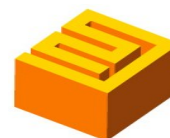
- 2.1. La riservatezza ed il rapporto fra coach-committente-coachee
- 2.2. Prima del prima
- 2.3. Pronti... partenza... VIA!
- 2.4. La fase di riscaldamento
- 2.5. Altre questioni da chiarire

3. Primo incontro: la fotografia della situazione attuale

- 3.1. La storia del coachee
- 3.2. Il feedback iniziale
- 3.3. La prima bozza degli obiettivi
- 3.4. Nel frattempo... tra una sessione di coaching e l'altra
- 3.5. ABC del linguaggio comune
- 3. La scaletta dell'incontro

4. Secondo incontro: la ricerca dell'obiettivo

- 4.1. La misura dell'obiettivo
- 4.2. Cosa fare se l'obiettivo è sfuggente
- 4.3. Riflessioni sulla relazione fra coach e coachee
- 4. Esempio



5. Terzo incontro: alternative e scelte per prendere decisioni

- 5.1. Le azioni efficaci
- 5.2. Per ogni persona, la sua via al cambiamento
- 5.3. Come bussola una scatola di obiettivi
- 5.4. Competenze organizzative e relazionali
- 5. Esempio concreto di una sessione di coaching

6. Quarto incontro: definire ed eseguire il piano

- 6.1. Come stimolare il coachee nella ricerca delle sue scelte?
- 6. Elementi di attenzione

7. Quinto incontro: il feedback costruttivo

- 7.1. A che punto sei?
- 7.2. Il feedback positivo e il feedback negativo
- 7.3. Formazione in affiancamento e a seguito
- 7. Altre competenze del coach e del manager-coach

8. Ultimo incontro: la valutazione e il commiato

- 8.1. Gli strumenti di valutazione
- 8.2. Salutarsi con un arrivederci

9. Diventare coach: da dove partire?

- 9.1. Le competenze fondamentali del coach e del coaching
- 9.2. Etica del coach
- 9. Chi allena l'allenatore?

Appendice 1. Documenti operativi

Appendice 2. Offerta/proposta/contratto

Appendice 3. Situazioni appiccicose