ROMA
QUOTIDIANO D'INFORMAZIONE FONDATO NEL 1862

Passeggiata con il coach, percorsi di crescita personale a Scisciano

di Redazione

CONDIVIDI:

Lun 02 Gennaio 2023 18:15

Tra le campagne del Comune di Scisciano in provincia di Napoli, è nato un vero e proprio percorso podistico battuto dai praticanti del coaching. L'idea è dell'intraprendente Filly Auriemma, laureata in Ingegneria, specializzata all'Università della Tecnologia di Eindohoven, che da qualche anno è diventata Coach proponendo, tra le tante attività, il percorso formativo "Passeggiata con il Coach".

Supportare le persone perché facciano crescere se stesse e le proprie performance, chiariscano il loro scopo e la loro vision, raggiungano i propri obiettivi e realizzino il proprio potenziale. Sono i principi del Coaching, oggi sempre più diffuso.

Che sia rivolto alla parte di vita personale o alla parte professionale, il Coaching si concentra sul presente e sul futuro, stimolando le persone a trovare le

proprie risposte, mettendo in luce le proprie risorse. Il Coach si concentra sull'aumento di consapevolezza e responsabilità tramite indagine, esplorazione mirata e autorealizzazione.

Quali esperienze l'hanno portata a diventare Coach?

«Dopo la laurea e la specializzazione, ho maturato le mie esperienze professionali in una multinazionale delle telecomunicazioni nel settore delle Vendite. Ad un certo punto della mia vita, ho avvertito il bisogno di cambiare qualcosa e di migliorarmi da un punto di vista personale e professionale al fine di utilizzare le mie competenze per aiutare gli altri. Da qui la decisione di intraprendere studi sul coaching prima con un Master Universitario in Coaching poi con la scelta del MICAP -Master in Coaching ad Alte Prestazioni. I nuovi percorsi mi hanno portata ad approfondire la programmazione neurolinguistica e a fare tante esperienze, come per esempio la maratona di New York, che mi hanno fatto acquisire gli strumenti, le strategie ed i metodi necessari per poter essere un Coach al servizio della comunità».

Quali tipi di percorsi di Coaching propone?

«Propongo sia soluzioni di Life Coaching sia di Business Coaching, fruibili sia di persona sia in video. Per la parte di Life Coaching, propongo percorsi sia singoli sia di gruppo. Il mio ultimo progetto ha portato risultati davvero entusiasmanti. Volevo sperimentare un format diverso di coaching. L'idea era quella di far fare una esperienza di coaching in mezzo alla natura così da creare un momento di riflessione su temi di crescita personale in un ambiente rilassante e stimolante. Cosi è nato il percorso di crescita personale "Passeggiata con il Coach", 7 incontri di coaching tenuti mentre si faceva una passeggiata di una ora su un percorso podistico ritagliato tra le campagne del comune di Scisciano. Le persone che hanno aderito alla prima edizione di 'Passeggiata con il Coach', hanno raggiunto in pochi incontri consapevolezza di sé, hanno lavorato sui propri pensieri limitanti e si sono sfidati dandosi nuovi obiettivi. Con l'intero gruppo ho festeggiato la fine del percorso con un party natalizio, in cui ho annunciato che avrei devoluto l'intero ricavato ad opere di beneficenza. Per la parte di Business Coaching, propongo percorsi per aziende rivolti a professionisti delle vendite. La mia pluriennale esperienza nelle vendite unita alle competenze di Coach, mi consentono di creare particolare empatia con i team di vendita in maniera da guidarli verso metodi di lavoro più etici, più efficaci e più produttivi. Mi piace collaborare con aziende

e professionisti che hanno la sana ambizione di migliorarsi per poter portare valore al mercato e ai clienti».

Il concetto di Etica compare spesso nei suoi discorsi?

«Ritengo che alla base di qualsiasi lavoro ci debba essere il valore che creo per me stessa e per gli altri. Io sono prima di tutto una mamma e sono convinta che, se ognuno di noi lavorasse per essere la migliore versione di se stesso, ci sarebbe la possibilità di lasciare un mondo migliore alle generazioni future. Sono poi una persona del Sud e lavoro per diffondere una forma mentis che porti le persone a scardinare convinzioni depotenzianti sulle possibilità che il nostro territorio offre. Collaboro con associazioni locali per organizzare eventi che smuovano la mentalità statica a favore di una mentalità dinamica che induca le persone a creare valore ed opportunità».

Un consiglio subito attuabile a chi vuole mettersi in discussione ed essere più soddisfatto di se stesso?

«Agire! Abbandonate le vostre zone di comfort e imparate ogni giorno una cosa nuova. Mettere da parte le paure a favore dell'azione. Il coraggio verrà con i primi risultati. Qualunque sia il vostro obiettivo o il vostro sogno nel cassetto, lavorate per attuarlo. Accettate i vostri timori, siate consapevoli, commettete errori e siate pronti ad imparare da essi. In questo modo arriverete alla fine dei vostri giorni, senza rimpianti e con una valigia piena di sogni realizzati».