

I FONDAMENTI DEL COACHING

PROGRAMMA

- **Principi filosofici** di base e Origini del Coaching
- L'**Autogoverno**: desiderare, pensare, agire
- Verso la **Realizzazione personale**
- Che cos'è la **Felicità**
- L'importanza della **Motivazione Intrinseca**
- La definizione di **Talento**
- L'**Allenamento** negativo e quello positivo
- Il **Potenziale Umano** e la Psicologia Positiva
- **Paradigmi** e Convinzioni limitanti
- **Goal Setting**: come formulare un buon Obiettivo
- Il **Piano di Azione**
- Il **Rapporto Coach/Coachee**