CORSO

Esperto in Coaching allenatore del benessere

Allenamento del **potenziale** per un cambiamento nella vita, nel lavoro, nello sport

Riconosciuto a livello nazionale da AICP

Metodologia ed obiettivi formativi

Il Coaching è il cambiamento: l'obiettivo è lo sviluppo della persona e dell'organizzazione, rafforza la fiducia e potenzia le risorse. Il Coach professionista lavora con le persone che vogliono investire nel **benessere** e in sé stessi. Fare Coaching significa promuovere le condizioni per ottenere la **massima espressione del potenziale** delle persone attraverso una maggiore consapevolezza e responsabilità.

Il Corso F&C Consulting Esperto in Coaching è l'unico percorso di coaching in Liguria **riconosciuto a livello nazionale da AICP**, obbligatorio per l'iscrizione all'associazione ed è rivolto a chi vuole valorizzarsi e formarsi alla professione del Coach, riconosciuta dalla legge 4/2013.

In un clima di collaborazione, ogni partecipante esprimerà le risorse in suo possesso, imparerà ad affrontare i problemi secondo un approccio costruttivo e a trovare nuove soluzioni nella direzione dei risultati desiderati. Metodologie innovative, docenze interattive, esempi ed esercizi pratici, materiale multimediale verranno usati per far sperimentare e praticare il Coaching in vari ambiti: **Life, Business e Sport**.

A chi è rivolto il corso

A chi svolge una professione in contatto con le persone e vuole ottenere risultati migliori e a chi già possiede e utilizza tecniche di ascolto e di cura specifiche nel proprio campo e le vuole affinare

- **Imprenditori**
- **Professionisti**
- **Figure commerciali**
- **Manager**
- **Docenti**
- **Operatori olistici**
- **Operatori sociosanitari**
- **Educatori**

A chi si sente portato ad aiutare gli altri nel cambiamento e vuole farlo anche professionalmente, conoscendo alcuni strumenti e dinamiche fondamentali del proprio settore.

© 2026 - FC Formazione & Consulting | www.formazioneconsulting.com | news@formazioneconsulting.com

Durata

Il corso completo, di 80/100 ore, è diviso in 3 parti: **FONDAMENTA, INTERMEDIO, AVANZATO.**
È possibile anche iscriversi ad un singolo modulo, in questo caso si rilascia attestato specifico di frequenza.

Alla fine dell'intero percorso di 80 h, superato l'esame finale, verrà rilasciato **attestato**, con il quale sarà possibile iscriversi ad **AICP (Associazione Italiana Coach Professionisti).**

Prerequisito d'ingresso: è previsto un colloquio preliminare di ingresso ed una valutazione del curriculum vitae personale per far emergere le competenze già acquisite e la motivazione alla frequenza al corso.

Programma

Il percorso si sviluppa in 7 moduli per un totale di 80 o 100 ore d'aula in presenza e/o in diretta on line, disponibile anche in formula nei weekend. Sono previste convenzioni e pagamenti personalizzati.

FONDAMENTA - Le basi del Coaching

MODULO 1. Associazione AICP - Obiettivi, funzionamento, Statuto, Codice etico. La natura del cambiamento e del coaching; Il potere trasformativo del colloquio; domande efficaci; la sequenza delle domande; stabilire gli obiettivi; il flow; l'esperienza ottimale. Esercitazioni e role-playing.

MODULO 2. La metodologia del Coaching - La sua evoluzione, gli strumenti relazionali e tecnici e le differenze con altre metodologie (counseling, psicoterapia, consulenza). Casi applicativi. Conosci te stesso: ego gramma, profilo stress, resilienza. Esercitazioni attive.

MODULO 3. Le Core competence - Gli strumenti del mestiere: relazionali e tecnici - Fare il coach o essere coach - Analisi della situazione presente: qui e ora - Analisi e tipologie di obiettivi. Auto casi di successo. Tecniche di coaching per la gestione dei colloqui. Comprendere gli strumenti e le metodologie del **coaching umanistico e integrato (Psicologia positiva, AT, Gestalt, PNL, Neuroscienze**) nello sviluppo delle potenzialità in contesti personali, professionali e Corporate.

INTERMEDIO - Leadership, comunicazione e gestione del team

MODULO 4. Life coaching - La relazione di coaching e la sua costruzione; il Focus; Aree di competenza; La centralità della persona; il doppio legame; le virtù, il ruolo delle potenzialità, la centratura; allenare le potenzialità e il senso di autoefficacia. Da distress a eustress, resilienza: per affrontare e superare le varie sfide che la vita ci propone. Role playing.

MODULO 5. Sport, Corporate e Business coaching - Leadership positiva e coaching organizzativo. Ostacoli, obiettivi e piano d'azione; obiettivi performance e risultato. Il contratto con il committente. Gestione del team e dinamiche di gruppo. Body language e public speaking. **Sport coaching**: docenze, Testimonianze e autocasi.

AVANZATO - Avvio alla professione

MODULO 6. Autopromozione e marketing di sé - Comunicazione e Tecniche di marketing applicate al coaching: fare di una passione un mestiere. Scelta argomento per eventuale stage finale. Role play. I concetti chiave del marketing per un coach. Social media e le Community.

MODULO 7. Esercitazioni attive, **Esame finale** e verifica apprendimento. **Rilascio attestato" Esperto in coaching".** Eventuale Avviamento a stage e percorsi individuali.

© 2026 - FC Formazione & Consulting | www.formazioneconsulting.com | news@formazioneconsulting.com

Comitato scientifico/docenti

Coach professionisti (iscritti AICP), ciascuno con una specializzazione distintiva, guidano i partecipanti lungo il percorso, garantendo continuità metodologica e visioni complementari sul cambiamento organizzativo.

Il programma prevede testimonianze e formazioni integrative di manager, docenti e coach professionisti.

Francesca Curi

Business & Life Coach · Fondatrice di F&C

Coach professionista e Counselor Professionista Avanzato iscritta a CNCP.
Autrice del libro "Coach è donna".

Federica Canini

Life Coach

Coach professionista e Counselor Professionista
Esperta in Servizio Sociale

Maurizio Bottaro

Business coach senior · Esperto in Family Business e Passaggio generazionale

Affianca imprenditori e successori nei processi di definizione della governance e del passaggio generazionale.
Autore del libro “Family Business Formula”

Carlo Vampi

Career coach senior · Specialista nell’orientamento professionale

Specializzato nell'orientamento e nel ricollocamento professionale - Formatore AIF.

Angelica Pierri

Coach professionista · Specialista in Mindfulness e formazione aziendale

Manager della formazione in aziende multinazionali, con Master in mindfulness applicata al benessere psicofisico.

Guida i moduli su passaggio generazionale, leadership e Diversity & Inclusion.

La Scuola

F&C Consulting è una Scuola che riunisce un network di professionisti con oltre 20 anni di esperienza nel Coaching, nel Counselling, nella Formazione Manageriale e nella Consulenza Professionale.
Offre servizi innovativi e personalizzati in Life & Business Coaching, Counseling, Formazione (su Vendita, Comunicazione, Management, Marketing, Strategia e Risorse Umane), Consulenza di Processo.

Segreteria Organizzativa [SU APPUNTAMENTO]
Piazza Colombo 3 Genova
Tel. +39 347 5340379

news@formazioneconsulting.com
www.formazioneconsulting.com

formazione & consulting

© 2026 - FC Formazione & Consulting | www.formazioneconsulting.com | news@formazioneconsulting.com