

## Il mio coaching

Credo che ogni **apprendimento** sia reale soltanto se passa attraverso la **consapevolezza** dei propri talenti, delle proprie motivazioni profonde e dei propri punti di fragilità.

Per questo lavoro da sempre con le persone aiutandole in primo luogo ad aumentare tale consapevolezza, affinché ciascuno possa identificare da sé i **cambiamenti** necessari alla **propria realizzazione** e così arrivi all'essenziale **volontà** di un **autentico impegno** verso **nuovi atteggiamenti**, quelli che gli potranno consentire risultati diversi e migliorativi rispetto al passato.

Il **mio coaching è fatto** dunque di **domande** e di **tanto feed-back**, un **dialogo riflessivo** a ogni incontro.

Attraverso un percorso di coaching si ricevono stimoli a osservare e considerare le proprie credenze, aggiungendone possibilmente di nuove o di alternative. Le rinnovate credenze normalmente permettono alle persone di sperimentare nuovi modi di agire e quindi ottenere risultati diversi.

Esistono vari modelli e scuole di pensiero nel mondo del coaching. Il metodo da me scelto nella pratica della professione è quello del Coaching Ontologico, che è centrato sulla persona, sul modo di essere, sviluppandosi attorno agli apprendimenti derivati dalle esperienze sia professionali che personali. Il metodo utilizza in modo armonico il linguaggio, le emozioni e la postura.

Una sensibilità che mi viene riconosciuta da sempre e mi è molto utile nella pratica del coaching è la capacità di leggere oltre le parole del dialogo e di decifrare anche quelli che in gergo vengono chiamati "blind spots" (i segnali nascosti), pertanto quando lavoro "restituisco" le mie interpretazioni con l'obiettivo di favorire il raggiungimento dell'auto-consapevolezza il più velocemente possibile. Ovviamente soltanto se e quando l'interlocutore me lo permette.

- Via Ignazio Silone 2 · 20019 Settimo Milanese (Milano)  
P.I. 07253090968 · C.F. CLLRNN63S68F205S  
+39 348 4715725 · [rosanna.cella@rosannacella.com](mailto:rosanna.cella@rosannacella.com)
- [www.rosannacella.com](http://www.rosannacella.com)