

Associazione AUGÉAS
PERCORSO DI COACHING

“Sviluppare e allenare l'intelligenza emotiva”



OGGETTO: coaching per l'intelligenza emotiva

La nostra Associazione propone un **percorso individuale di coaching** per sviluppare e allenare l'intelligenza emotiva che si ispira al modello “Six Seconds”, network mondiale per la diffusione dell'intelligenza emotiva nelle scuole e nella società.

Il percorso è rivolto a Studenti (*di tutte le età e percorso di studi*), Genitori, Educatori, Professionisti, Responsabili HR, Leader e Manager aziendali: in generale a tutti coloro che sono interessati alla crescita personale e allo sviluppo delle proprie e altrui potenzialità.

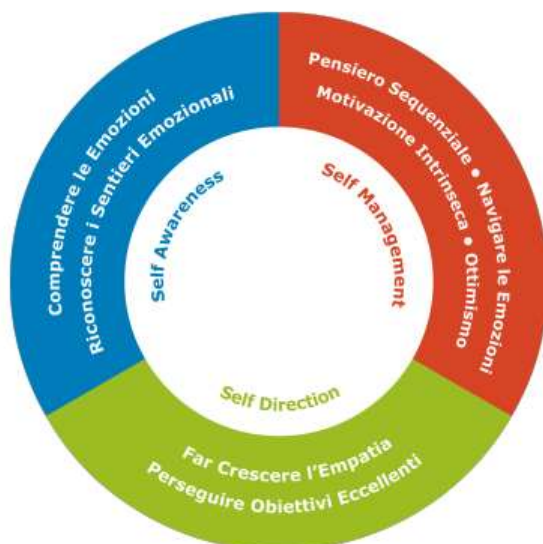
Il **COACHING** (o *affiancamento e guida*) è una metodologia di sviluppo personale nella quale una persona (*il Coach*) supporta un cliente o allievo (*detto Coachee*) nel raggiungimento di specifici obiettivi personali, professionali, familiari o sportivi.

Il coaching genera fiducia in se stessi, maggiore capacità di scelta, motivazione interiore, fiducia e autonomia e un preciso impegno all'AZIONE!

L'**INTELLIGENZA EMOTIVA** è la capacità di unire pensiero ed emozioni fornendo la consapevolezza necessaria per relazionarsi al meglio con te stessi e con gli altri. In altre parole vuol dire porre attenzione alle EMOZIONI e comprenderle, poi utilizzare le informazioni ricevute per prendere le migliori decisioni possibili.

Le emozioni infatti, forniscono informazioni che riguardano te e gli altri: la tua intelligenza emotiva fa sì che tu possa utilizzarle al meglio, sviluppando consapevolezza, responsabilità e autostima!

Allenare la componente mentale ed emotiva è fondamentale per ottenere prestazioni di successo ed è fondamentale per sentirsi bene, avere buone relazioni, essere soddisfatti della vita, esercitare la propria efficacia personale, raggiungere i propri obiettivi, siano essi in ambito scolastico, lavorativo e/o familiare.



Il percorso di COACHING non segue una didattica prestabilita e standardizzata, ma parte dall'analisi esigenze del cliente o allievo, dalla valutazione delle sue attitudini personali, per costruire poi **un itinerario di consapevolezza e crescita PERSONALIZZATO** in grado generare migliori performance, maggior benessere e il raggiungimento di grandi obiettivi personali.