

# BILANCI PERSONALI

## *Tecniche di Coaching per Commercialisti*



Miguel Scordamaglia  
*Commercialista | Coach*



Torino, 17 ottobre 2024

# BENVENUTI!

# ZEBRA QUESTION





I asked the zebra  
Are you black with white stripes?  
Or white with black stripes?  
And the zebra asked me,  
Are you good with bad habits?  
Or are you bad with good habits?  
Are you noisy with quiet times?  
Or are you quiet with noisy times?  
Are you happy with some sad days?  
Or are you sad with some happy days?  
Are you neat with some sloppy ways?  
Or are you sloppy with some neat ways?  
And on and on and on and on  
And on and on he went.  
I'll never ask a zebra  
About stripes  
Again.



SHEL SILVERSTEIN





Un giorno chiesi alla zebra:  
Sei nera con strisce bianche?  
O sei bianca con strisce nere?  
La zebra, guardandomi, mi chiese:  
Sei buono con cattive abitudini?  
O sei cattivo con buone abitudini?  
Sei agitato con momenti di calma?  
o sei calmo con momenti di agitazione?  
Sei felice con alcuni giorni tristi?  
o sei triste con alcuni giorni felici?  
Sei elegante con alcuni dettagli sciatti?  
o sei sciatto con alcuni modi eleganti?  
E ancora, ancora, ancora  
così, a lungo, continuò.  
Non chiederò a una zebra  
delle sue strisce.  
Mai più.



# Obiettivi dell'incontro



## **Capire il Coaching**

Scoprire come il coaching può migliorare la vita professionale e personale.

## **Esplorare tecniche efficaci**

Imparare tecniche di coaching pratiche e utili per potenziare le proprie abilità

## **Applicazione pratica**

Integrare le tecniche di coaching nella propria attività quotidiana per ottenere risultati immediati.

# RIFERIMENTI NORMATIVI

## **Legge N. 4 / 2013**

Attività professionale “non ordinistica”  
non regolamentata da Ordini o Collegi

## **Norma UNI 11601 (2015, agg. 2024)**

Definisce il servizio di coaching e i requisiti per la sua  
erogazione, garantendo  
professionalità, etica e responsabilità



# PARTE 1

# Cenni teorici



# COS'È IL COACHING?

***Disciplina del miglioramento  
personale e professionale***

***SCIENZA e ARTE di facilitare  
l'EMERSIONE della MIGLIORE PARTE  
di ciascuno di noi***

# E IL COACH?

***“Facilitatore del cambiamento”***

***accompagna e sostiene il cliente (Coachee)***

***nella definizione dei suoi obiettivi,***

***del piano di azione corrispondente,***

***degli strumenti adeguati per raggiungerli***

# MITI COMUNI SUL COACHING

# ***MITO 1***

***Coaching = Terapia***

# ***Terapia***

*Guarigione emotiva, superamento problemi > PASSATO*

# ***Coaching***

*Definizione e raggiungimento obiettivi specifici, migliorando le prestazioni attuali e future > FUTURO*

*Terapia*



*Coaching*

## ***MITO 2***

***Coaching = Consulenza***

## ***Consulenza***

*Fornisce risposte e soluzioni esperte a problemi specifici*

## ***Coaching***

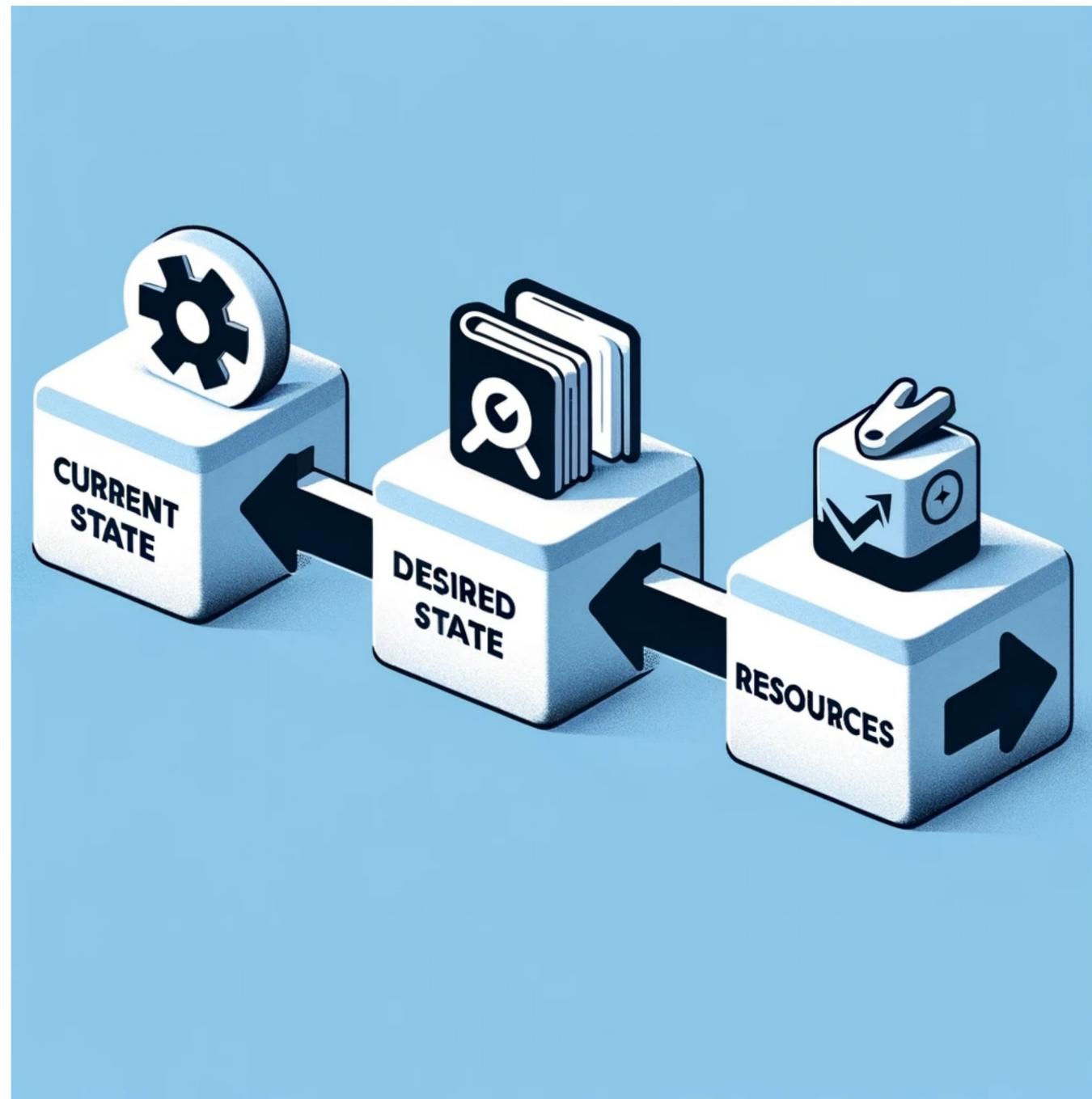
*Ogni individuo ha già dentro di sé le risposte.*

*Supporta il coachee nell'esplorare queste soluzioni interne*

*> emersione risorse e capacità*

# FONDAMENTI DEL COACHING

**Le tecniche di coaching**  
**trasportano la persona dallo**  
**stato attuale > stato desiderato**  
**generando un ponte**  
**fatto di risorse interne alla persona**



*Alcuni possibili «**effetti desiderati**»*

- *cambiamento di credenze*
- *cambiamento di atteggiamenti*
- *aumento di motivazione e consapevolezza*
- *correzione del focus e dei pensieri*
- *sistemazione di sensazioni legate a situazioni specifiche*

*Il coach*

***seleziona e propone risorse***

***che permettono di muoversi***

***dallo stato attuale (da cambiare)***

***allo stato desiderato dal cliente***

## ***4 condizioni fondamentali affinché i cambiamenti avvengano:***

***1. Conoscenza > sapere cosa e come fare***

***2. Volontà > volerlo fare***

***3. Opportunità > avere l'opportunità per fare i cambiamenti***

***4. Impegno > essere preparato a "pagare il prezzo» per ottenere il risultato e rendere il cambiamento consolidato e inconscio***



## Il Modello di Competenza di Noel Burch

**Le 4 fasi che una persona attraversa nell'apprendimento di una nuova abilità**

- 1. Inconsapevolezza Inconsapevole (Non so di non sapere):** Non è consapevole della propria incompetenza. Non sa che non sa e quindi non riconosce la necessità di sviluppare nuove abilità
- 2. Consapevolezza Inconsapevole (So di non sapere):** Si rende conto di non possedere una certa abilità o conoscenza. Questa consapevolezza spinge la persona a imparare e svilupparsi
- 3. Consapevolezza Consapevole (So di sapere):** Ha acquisito le nuove competenze ma deve ancora concentrarsi attivamente per eseguirle. L'apprendimento è avvenuto, ma non è ancora automatico
- 4. Inconsapevolezza Consapevole (Non so di sapere):** L'abilità diventa seconda natura. È in grado di eseguire le competenze acquisite senza pensarci consciamente. Questa è la vera maestria: l'abilità è completamente integrata

# PUNTI CHIAVE

## **Servizio personalizzato**

Il coaching è una partnership strutturata basata sulla fiducia reciproca e centrata sugli obiettivi del cliente.

## **Competenze richieste**

Ascolto attivo, gestione relazionale, capacità di sintesi e gestione di situazioni complesse.

## **Impatto sociale**

Il coaching promuove il pieno sviluppo delle persone, in linea con l'Art. 3 comma 2 della Costituzione Italiana.

# APPROCCI DI COACHING

## *3 possibili approcci di coaching*

- 1. Situazionale o “ad hoc”*
- 2. Classico, di Sviluppo o per Performance*
- 3. Integrale o Consigliere di vita*

# 1. **Coaching situazionale, «ad hoc»**

*Come un intervento chirurgico > **mira a risolvere un problema specifico***



*Coach detective:  
**identifica il nucleo del problema e fornisce strumenti per affrontarlo***

*Perfetto per  
**questioni ben definite > soluzioni rapide e concrete***

## ***2. Coaching Classico, Sviluppo o Performance***

***« viaggio » stato attuale > stato desiderato***

*Coach: stretto contatto con il coachee -processo più profondo- per:*

- esplorare le sue aspirazioni,***
- identificare gli ostacoli interni ed esterni***
- pianificare un percorso strategico > raggiungimento obiettivi***

***Per chi cerca una trasformazione o un miglioramento sostanziale in un'area della propria vita o carriera***

### ***3. Coaching integrale, Consigliere di vita***

*Processo integrato:*

***Persona nella sua totalità fisica, emotiva, mentale, spirituale***

***> promuovere equilibrio dinamico e benessere generale***

***Coach: consigliere di vita aiuta il coachee  
a ristabilire l'equilibrio dove ci sono disarmonie o blocchi***

*Ideale per chi:*

***> ha bisogno di riequilibrare aspetti della propria vita***

***> cerca guida e confronto per navigare in periodi di cambiamento o  
incertezza***

# STORIE DI “COACHING LAB”

## Alessia, Farmacista

Come farmacista sono ogni giorno a contatto con i clienti e da sempre ha stimolato la mia curiosità cercare di comprendere meglio me stessa per migliorare la relazione con chi ho di fronte. Nello specifico, era mio interesse imparare a relazionarmi con lo stereotipo del paziente ipocondriaco ansioso, tipologia di cliente che mi mette sempre a dura prova. Probabilmente anche a causa del vissuto familiare, di rado riuscivo a trasmettere loro tranquillità e tutela, tanto agognato obiettivo di ogni mio consiglio a banco.

Interpretare per una volta il ruolo dell'altro, mi ha permesso non solo di comprendere meglio gli atteggiamenti altrui ma anche di mettere in luce miei consentendomi di conseguenza di migliorarmi.

Il percorso è stato molto costruttivo e per certi versi provante. Lavorare su se stessi non è semplice soprattutto in presenza di altri, mettendo in risalto quelli che sono i propri punti di forza ma soprattutto di debolezza. Tuttavia, è stato estremamente confortante ritrovarsi in molte dinamiche e difficoltà comuni emerse dalle esperienze di vita degli altri componenti del gruppo. È stato un percorso intenso sotto tanti aspetti che mi ha permesso di migliorare nel lavoro e nella vita di tutti i giorni, mi ha insegnato a riflettere su me stessa, sugli altri e soprattutto su me stessa in relazione agli altri, punto chiave per la buona riuscita di ogni nostra relazione con il mondo esterno.

## **Paolo, Avvocato**

Mi sono trovato molto bene, sia con il coach che con gli altri partecipanti al gruppo di lavoro. Non so dire se l'ambiente positivo fosse legato al coach o alle persone: probabilmente a tutte e due le situazioni all'unisono.

L'esercizio che mi è piaciuto di più è stato il primo, nel quale ho potuto analizzare una situazione che nella mia vita è stata molto complicata: quella di trovare parcheggio.

La questione del parcheggio mi è servita: sembra banale dirlo, ma ora cerco sempre un parcheggio davanti al luogo dove devo andare invece di fermarmi chilometri prima. Risultati percepiti: capacità di lavorare in team, competenze nell'introspezione e nel mettere in discussione dei comportamenti stratificati e negativi.

## **Elisa, Consulente di marketing**

Ho avuto il piacere di seguire il percorso “Coaching Lab” con Miguel Scordamaglia.

È stata una bellissima esperienza che mi ha permesso di scavare ancora più a fondo nelle mie emozioni e, più in generale, nella mia persona, ogni incontro ha portato a galla tantissime risposte che cercavo da tempo.

Un esempio?

Ho lavorato molto sull'imparare a dire dei NO. Mettere da parte le mie reali esigenze e volontà è sempre stato il mio punto debole, la voglia di accontentare ed essere sempre disponibile nei confronti degli altri, mi ha spinto tante volte a vivere situazioni di stress emotivo e anche fisico. Posso dire che il percorso è stato parte integrante del mio viaggio interiore, che sta portando a sviluppare una sana comunicazione assertiva.

# MENU DI OGGI

# COACHING SITUAZIONALE

## «AD HOC»

# ***Coaching situazionale, «ad hoc»***

*Come un intervento chirurgico > mira a risolvere un problema specifico*



*Coach detective:  
identifica il **nucleo del problema** e **fornisce strumenti per affrontarlo***

*Perfetto per  
**questioni ben definite > soluzioni rapide e concrete***

## **Coaching “ad hoc”**

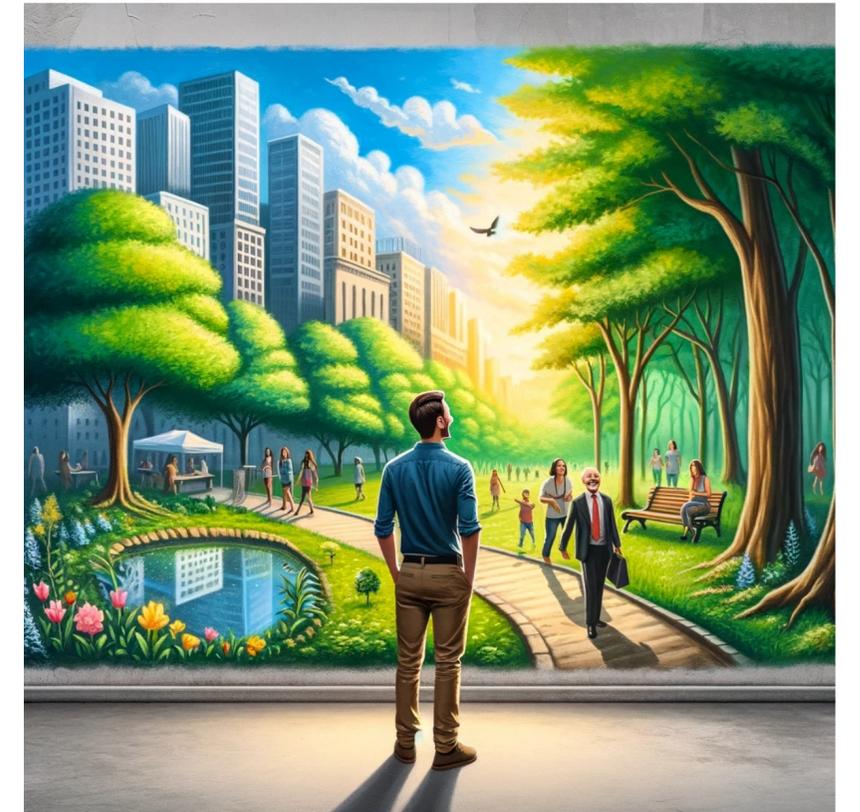
- **attiva un processo dinamico e trasformativo**
- **utilizza strumenti e tecniche basate sulla scienza del comportamento e della psicologia per facilitare il miglioramento personale e professionale**

## **Tecniche specifiche per:**

- **espandere la consapevolezza di sé**
- **migliorare la comprensione delle dinamiche interpersonali**
- **promuovere cambiamenti positivi nel comportamento**

*Obiettivo?*

*Trasformare  
la visione di sé e  
del mondo circostante*





Miguel Scordamaglia  
Commercialista Strategico

# PARTE 2

# Aspetti pratici



# APPRENDIMENTO ATTIVO

## 2 POTENTI TECNICHE

In questa parte faremo  
esperienza di **apprendimento attivo**

Trasformiamo  
**CONOSCENZA → AZIONE**

**vivere pienamente** queste **TECNICHE**  
e poi...  
**trasferirle** nella vita quotidiana

# Le 2 tecniche selezionate

## *Swish Pattern*

## Posizioni percettive

## Swish Pattern

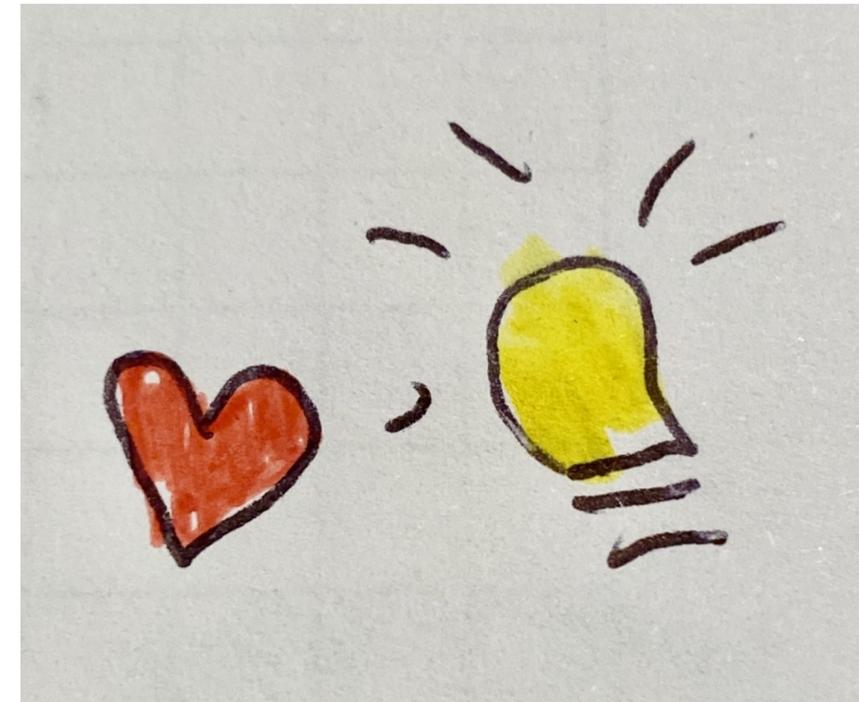
**cambiare le nostre reazioni automatiche**  
che ci tengono intrappolati in comportamenti non desiderati, con  
**risposte più positive e costruttive**

## Posizioni percettive

**nuova comprensione di noi stessi e degli altri,**  
permettendoci di **vedere le situazioni da angolazioni diverse**  
e **scoprendo soluzioni creative ai nostri problemi**

# REQUISITI

- mente aperta
- cuore pronto per l'esplorazione
- sana curiosità



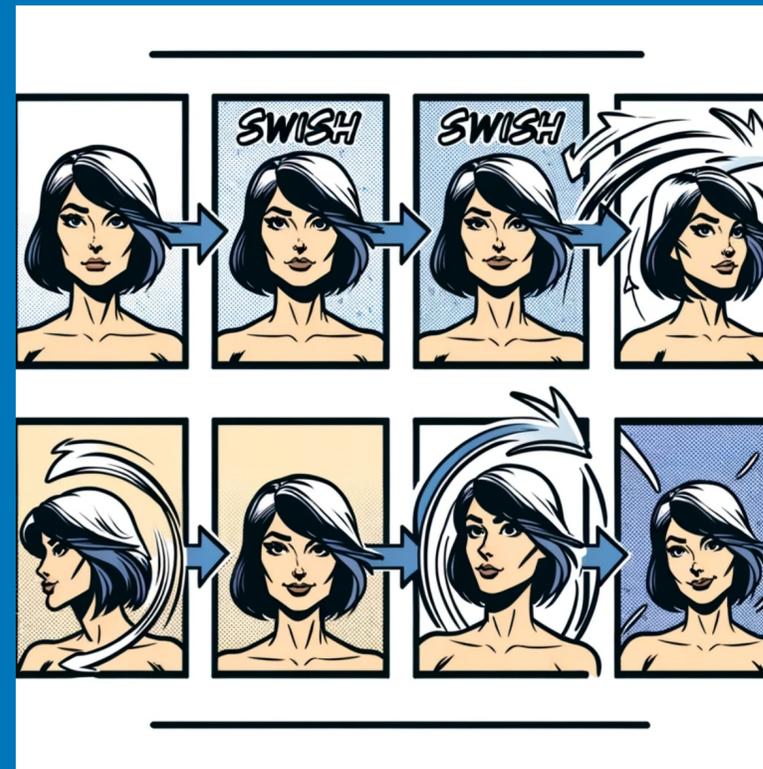
**Pronti per iniziare questo viaggio verso il  
miglioramento personale?**

**E ricordate che nel coaching vale la regola che regna  
in Economia:**

**potete portare il cavallo all'acqua,  
ma non potete costringerlo a bere**



# SWISH PATTERN



**Tecnica utilizzata per insegnare al cervello  
> nuovo percorso e una nuova direzione**

**Può cambiare i collegamenti neuronali dei nostri  
pensieri, gli schemi mentali e i comportamenti**

**Sfrutta il rapido processo di apprendimento del cervello  
quando impara**

**- sequenze di azioni > passi di danza - cambiare marcia  
alla guida**

**- calcoli matematici > tabelline**

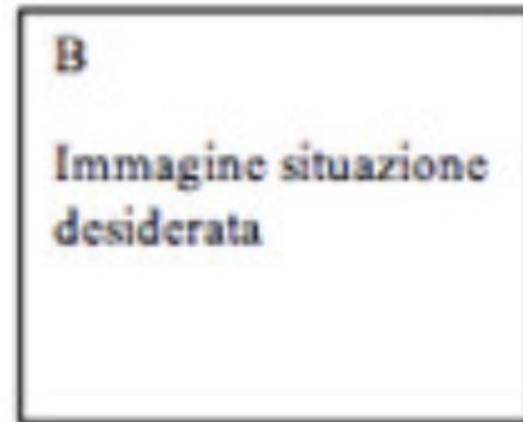
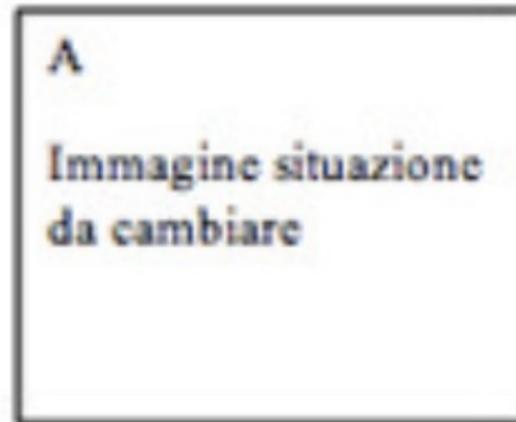
## COME FUNZIONA?

identifica, in due immagini davanti a te:

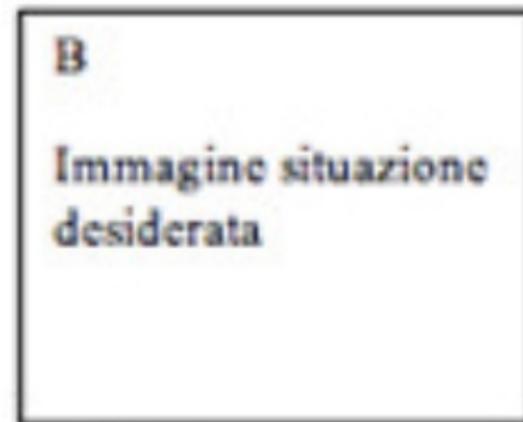
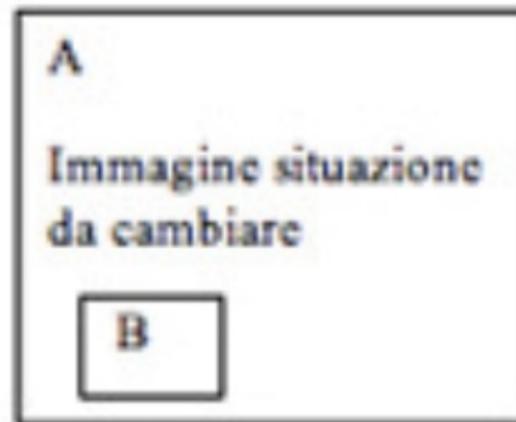
1. **Stato da cambiare**
2. **Stato desiderato**

**Poi, immagina che nell'immagine dello stato da cambiare si insinui da un angolo e in modo rapido, fino a prendere il predominio dello spazio, l'immagine dello Stato desiderato**

Ripeti velocemente il meccanismo fino a renderlo automatico



Identifica immagini situazioni



Ripeti più volte l'allargamento di B in A



## Esercizio

1. Identifica e visualizza uno schermo o una TV dove puoi vedere due immagini affiancate contemporaneamente.
2. Nella prima immagine, identifica la situazione che vuoi cambiare.
3. Nella seconda immagine, identifica la situazione desiderata.
4. Ora, fai apparire nella prima immagine (stato attuale) un riquadro con la seconda immagine (stato desiderato).
5. Ripeti questo passaggio 7 volte.
6. Ad ogni passaggio, fai in modo che il riquadro della seconda immagine si sovrapponga gradualmente e costantemente più grande.
7. Al settimo passaggio, la seconda immagine deve sovrapporsi completamente alla prima.
8. ~~Descrivi le sensazioni alla fine dell'esercizio.~~

2'



# POSIZIONI PERCETTIVE





La "**posizione percettiva**" è il **punto di vista** da cui **una persona percepisce un evento o una relazione.**

Ogni persona ha **la propria interpretazione particolare della realtà** che la circonda e che coinvolge, **filtrata dalle proprie esperienze, apprendimenti, credenze, valori e dalle circostanze emotive** in cui si trova.

**Questa immersione in una realtà** che a volte consideriamo unica rappresenta un **limite per raggiungere obiettivi** (relazionali o di altro tipo).

**Adottare prospettive differenziate rispetto alle nostre è un'abilità indispensabile per ampliare la nostra visione del mondo, arricchire la nostra mappa mentale e migliorare le nostre relazioni individuali e professionali.**

**Mettersi nei panni dell'altro o di un semplice osservatore o consulente di sé stessi non solo consente di liberarsi dalla percezione attuale dei limiti della realtà, ma anche di utilizzare pienamente l'immaginazione e così accedere alle nostre risorse.**

## 4 Posizioni Percettive

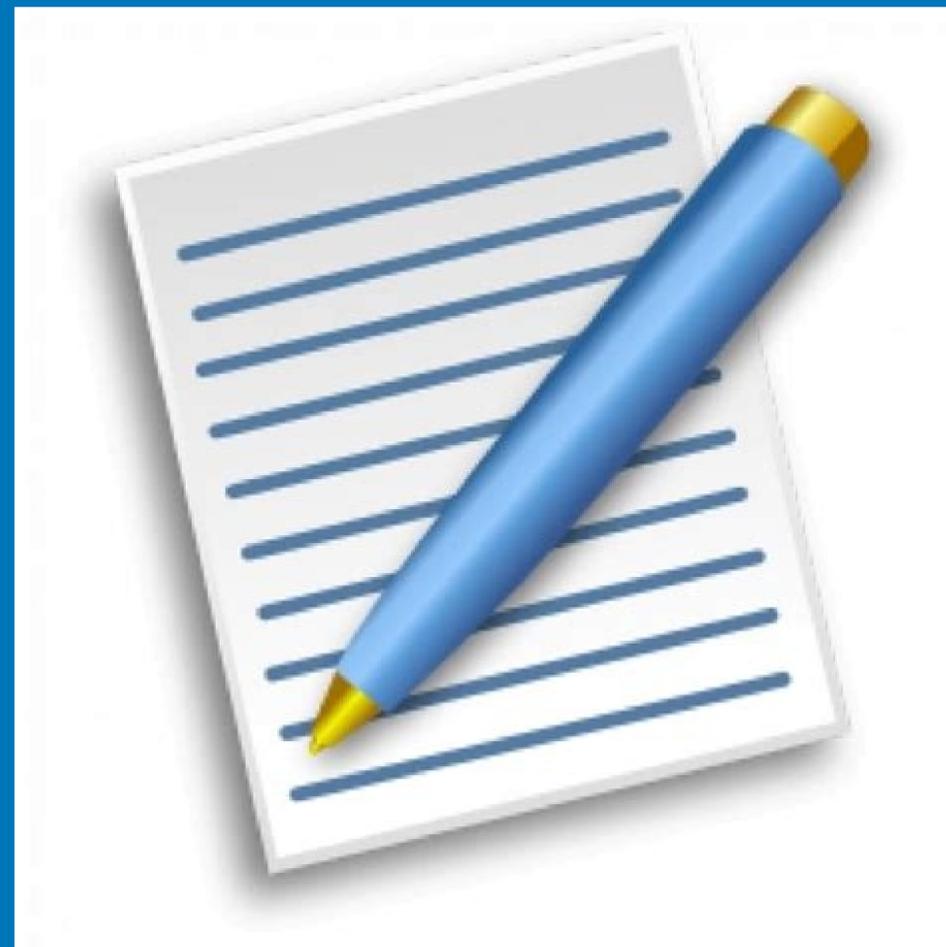
<p><b>Prima posizione</b> è la <b>posizione del sé</b> Associata al proprio punto di vista: è il modo in cui normalmente filtriemo e valutiamo le situazioni in conseguenza delle nostre credenze, valori e opinioni</p>	<p><b>Seconda posizione</b> è la <b>posizione dell'altro</b> Si associa al punto di vista dell'altro e percepisce la situazione secondo la prospettiva dell'altro, pensando come lui o lei. E' la <b>base dell'empatia</b> e della relazione con l'altro</p>
<p><b>Terza posizione</b> è la <b>posizione dell'osservatore</b> Osservatore esterno, distaccato dal problema. Osserva due interlocutori, o si osserva sé stesso in una determinata situazione</p>	<p><b>Quarta posizione</b> è la <b>posizione del noi</b> La persona percepisce la situazione dal punto di vista di un sistema più ampio (sociale, gruppo, media, ecc.).</p>

## Esercizio PP

***Obiettivi >>> sviluppare e allenare***

- la capacità di **osservazione e calibrazione**
- la capacità di **entrare nelle diverse posizioni percettive**
- l'abilità di **assumere contestualmente prospettive molteplici e differenziate per ampliare la propria comprensione di un evento o di una relazione**
- la capacità di **accedere alle proprie risorse e potenzialità latenti**

# Carta & Penna



## Esercizio

Durata: 10 minuti per posizione. Totale 30 minuti

### **Prima parte: 10 minuti**

racconta a te stesso in modo esaustivo una situazione di tipo relazionale (disaccordi, incomprensioni, conflitti...) che hai con un'altra persona. Scrivi.

### **Seconda parte: 10 minuti**

entra in seconda posizione con la persona con cui hai il disaccordo e interpreta come se fosse l'altro (esprimendo le opinioni, i punti di vista e i sentimenti dell'altro). Scrivi.

### **Terza parte: 10 minuti**

entra in terza posizione e osserva dal di fuori la prima e la seconda rappresentazione. Immagina di essere un consulente di te stesso che osserva il tuo comportamento e dai il tuo parere. Immagina di osservare te stesso come in un televisore e osservati. Scrivi.

## Rispondi alle seguenti domande:

- come hai vissuto l'esperienza in seconda posizione?
- e quella in terza posizione?
- in che modo l'essere entrato in seconda e terza posizione ha modificato la percezione della tua prima posizione circa il problema/situazione in termini emotivi, cognitivi, di giudizio...?



"Non vorrei mai far parte di un club  
che accettasse tra i soci uno come  
me"

*Groucho Marx*

# CONCLUSIONI

## 3 Consigli pratici + 1 BONUS

## CONSIGLI PRATICI PER IL CAMMINO DI CRESCITA PERSONALE

### 1. Celebra i Piccoli Successi

Riconosci e celebra i progressi, anche i più piccoli.

#### ***Benefici:***

- mantiene alta la **motivazione**
- rafforza il tuo **senso di realizzazione**
- crea anche un **impulso emotivo** che ti spinge a **continuare a impegnarti verso obiettivi più significativi**
- aiuta a mantenere una **prospettiva positiva** sul tuo viaggio, rendendo il processo **più gratificante e sostenibile**

## CONSIGLI PRATICI PER IL CAMMINO DI CRESCITA PERSONALE

### 2. Circondati di Supporto Positivo: Gemello e Inner Circle

La presenza di una **rete di supporto**, che includa amici, familiari, mentori o colleghi, è **cruciale per il tuo cammino di crescita**.

Possono offrirti **motivazione, ispirazione e feedback** e sono un **supporto nei momenti difficili**.

**Condividere i tuoi obiettivi**, le tue sfide e i tuoi successi può anche **aprire nuove prospettive e opportunità di apprendimento**, amplificando il tuo progresso.

## CONSIGLI PRATICI PER IL CAMMINO DI CRESCITA PERSONALE

### 3. Crea una Routine Quotidiana

**Integrare abitudini quotidiane** che sostengono il tuo sviluppo personale e professionale può avere un **impatto profondo sul tuo benessere e successo.**

## **BONUS > Continua a Imparare**

Il percorso di crescita personale è **infinito e pieno di successi e di insuccessi.**

Cerca sempre **nuove opportunità di apprendimento**, sia che si tratti di **leggere libri, partecipare a workshop o esplorare nuove aree di interesse.**

Mantenere una **curiosità attiva** è il carburante per una **crescita continua.**

# IL VIAGGIO DI CRESCITA PERSONALE...

...è unico per ognuno di noi e trovare gli **approcci che più risuonano con te** è la **chiave** per un **percorso di sviluppo efficace**.

**Sei il principale artefice del tuo sviluppo, e ogni piccolo passo che compi è una vittoria da celebrare.**

# BUEN VIAJE, VIAJEROS DE LA VIDA!



Per eventuali approfondimenti  
*[ms@scordamaglia.it](mailto:ms@scordamaglia.it)*

