Salvo per uso personale e' vietato qualunque tipo di redistribuzione con qualsiasi mezzo.

LAVORO

VOGLIO DIVENTARE family coach

Una figura nuova che aiuta i genitori di bebè e adolescenti a ritrovare un dialogo migliore (e una vita tranquilla) con i figli. Capendosi di più

Il family coach è una figura nuova e ben definita. Non è un terapeuta di coppia: analizza le dinamiche tra i partner solo nella misura in cui impattano sul rapporto con i figli. Non è un life o business coach: si occupa di relazioni domestiche. Non è uno psicologo né uno psicoterapeuta: il suo intervento si muove solo **entro i confini della relazione tra genitori e figli**. Se emergono nodi profondi della personalità, il coach lascia il campo alle figure cliniche competenti.

obiettivi concreti

Con il family coaching si progetta il presente. L'obiettivo, stabilito insieme con la famiglia, punta alla risoluzione dei conflitti attraverso il ripristino di canali comunicativi efficaci. Dalla gestione del sonno nella prima infanzia alle problematiche dell'adolescenza, il coach guida i genitori a **riscoprire l'ascolto empatico**, il rispetto dei ruoli e la tolleranza delle individualità, favorendo la condivisione di valori che facciano da collante al nucleo.

dario@miserveunufficiostampa.com

Salvo per uso personale e' vietato qualunque tipo di redistribuzione con qualsiasi mezzo.

PER I *più piccoli*

Capita spesso di approdare a un percorso lavorativo partendo da un'esigenza personale. «Avevo alle spalle una laurea in Linguistica presso l'Università di York e anni di lavoro nella comunicazione a livello manageriale, quando l'arrivo di un figlio, poi di un secondo **ha letteralmente stravolto la mia vita e quella dell'intera famiglia**» spiega Chiara Baiguini, life e family coach, esperta di sonno infantile e profili sensoriali, autrice del libro *Nati per dormire* (Vallardi Editore).

NOTTI INSONNI

«Le notti con un bambino piccolo possono farti sentire persa, stanca, a volte anche sbagliata: **impattano sul lavoro, sulla quotidianità, alterano gli equilibri di coppia.** Ho sentito il bisogno di capire come gestire la situazione e da lì è partito il mio percorso di studi che mi ha portato a diventare prima gentle sleep educator e poi, family coach».

VERSO LA SERENITÀ

Il mondo dei neonati rappresenta uno degli ambiti in cui un family coach può operare. «Il fulcro del mio lavoro si concentra proprio sulla fascia d'età che va da 0 ai 6 anni» precisa Baiguini «e si articola in incontri di una o due ore alla volta rivolti ai genitori». Genitori sereni e sicuri del proprio ruolo trasmettono calma ai figli. «**Il sonno non è un problema da risolvere, ma un processo da comprendere, in cui relazione, regolazione emotiva e consapevolezza del genitore giocano un ruolo centrale**» continua l'esperta. «Può sembrare semplice ma il family coach opera in un ambito molto delicato: è per questo che ho voluto acquisire anche **una certificazione come life coach, preziosa nel supporto agli adulti,** e approfondire aree come **l'elaborazione sensoriale** e la teoria polivagale per gestire le risposte allo stress. Proprio queste conoscenze ulteriori garantiscono una maggiore efficacia in ogni intervento in famiglia».

PER I *giovanissimi*

Gli adolescenti mettono a dura prova la resistenza personale e la "tenuta" della famiglia. «Sono partita proprio dalla mia esperienza di madre di due adolescenti per dare una svolta al mio percorso professionale» spiega Nicoletta Giardini, family & youth coach. «Sono un ingegnere biomedico e quando la mia prima figlia ha raggiunto l'età dell'adolescenza mi sono resa conto che la relazione che avevo con lei non mi soddisfaceva. Ho deciso di approfondire e mi sono iscritta a **un'accademia che in tre anni di corso, tra parte teorica e operatività sul campo, basilare per la professione, mi ha permesso di diventare prima family coach e poi anche youth coach** indirizzando così il mio intervento verso le famiglie con figli adolescenti».

UN'ETÀ COMPLESSA

«Conosco bene le preoccupazioni, le domande, le fatiche che i genitori vivono: ascolto quanto mi viene detto senza dare giudizi, **aiuto a far chiarezza e a costruire percorsi** concreti lavorando in modo particolare sulla comunicazione in modo che i genitori, attraverso un ascolto empatico, possano trasmettere ai figli incoraggiamento e supporto».

SENZA GIUDIZI

«Parallelamente lavoro anche con i ragazzi offrendo loro **uno spazio in cui raccontarsi sentendosi ascoltati e non giudicati**. In questo lavoro non ci si improvvisa» continua Giardini. «Oltre a doti personali di empatia, determinazione, volontà di mettersi in gioco, **serve un percorso formativo serio che vive di continui approfondimenti:** non a caso ho deciso di prendere una laurea in psicologia anche se gli ambiti di intervento dello psicologico e del family coach devono restare ben divisi».

il percorso formativo

Aperta a profili diversi, provenienti dal mondo dell'educazione, del sociale ma anche dell'impresa, la professione di family coach richiede una formazione rigorosa, che nei percorsi più qualificanti può durare fino a tre anni. La scelta di enti privati deve ricadere su realtà che garantiscano insieme a una base teorica una solida componente pratica: la sola formazione online non basta a trasmettere la sensibilità per gestire le dinamiche umane sul campo.

A CHI RIVOLGERSI:

✔ Younite: www.youniteonline.com/it/
✔ The Mind of The Child: themindofthechild.com/percorsi/diventare-family-coach/

Alberta Mascherpa

dario@miserveunufficiostampa.com

Salvo per uso personale e' vietato qualunque tipo di redistribuzione con qualsiasi mezzo.