

- **Chi siamo**
- **Servizi ai genitori**
- **Club FF**
- **Attivati**
- **La tua zona**
- **Agenda**

MomCoach

24 Nov 2009

Teaser Description:

La sfida di caterina: coaching personalizzato, o di gruppo, per mamme



Il MomCoach

Sbloccare il potenziale insito in ogni individuo e, in particolare, quello delle mamme. Caterina Della Torre, un passato in pubblicità e un presente come direttore di Dol's, portale dedicato alle pari opportunità, pensa che la strada giusta per riuscirci sia il MomCoach, ovvero un coaching per le mamme.

Di che si tratta?

Il coaching è un'attività che aiuta a migliorarsi. Ognuno di noi ha in sé tutte le risorse che occorrono per dare il meglio, vivere al meglio. E' che ogni tanto restiamo come "impantanati", non sappiamo più cosa fare, soprattutto se siamo sotto stress, se subiamo cambiamenti che non abbiamo programmato, se ci troviamo sopraffatti da situazioni ed eventi esterni che riteniamo di non poter controllare

Che temi affronta con le mamme?

Il MomCoach si rivolge alle mamme che desiderano raggiungere uno stato di miglior benessere; mamme che desiderano riprendere a gestire il proprio tempo anziché continuare a rincorrerlo; mamme che desiderano migliorare alcune loro relazioni (ad esempio col marito o i suoceri); mamme che devono rivedere il rapporto coi propri figli adolescenti (questi sconosciuti!); mamme che lavorano e sono stufe di sentirsi sempre in colpa, se al lavoro nei confronti della famiglia e se a casa nei confronti dell'ufficio; mamme che hanno difficoltà con il rapporto di delega con la tata o con i nonni; mamme che si sentono sole o strangolate dall'organizzazione e desiderano ritrovare i propri spazi; mamme che vogliono tornare a sentirsi donne.

Come funziona il coaching?

Proponiamo varie cose. Dagli aperitivi con il coach durante i quali, sorseggiando un drink, si discute di temi che ci stanno a cuore o dell'attualità riportata sulla stampa a colloqui individuali con la propria personal coach. Un'altra possibilità è partecipare a corsi di coaching o, ancora, si possono creare gruppetti di mamme che condividano gli stessi obiettivi e lavorare sul proprio potenziale in gruppo.

Chi tiene i corsi e quali sono gli argomenti?

Coach professioniste, coordinate da Ioia Rocco. Principalmente donne. Il corso per mamme coach affronterà temi come l'intelligenza emotiva, l'autostima, l'ascolto, l'empatia, i riconoscimenti, la crescita, gli obiettivi.

Cosa vi rende speciali?

Dol's vuol dire donne on line, non bambole. Cioè donne che lavorano, comunicano, fanno, creano.

Dol's è sempre dalla parte delle donne.