

## In che cosa il coaching si differenzia dalla terapia, dalla formazione e dalla consulenza?

Inviato da wikipedia

**TERAPIA** Il Coach non investiga sui problemi antecedenti, sul &ldquo;Perché non facesti quella determinata azione?!&rdquo;; Non lavora retrospettivamente sul passato: &ldquo;Certo devi proprio essere stata maltrattata da quel tuo vecchio capo&hellip;&rdquo;; e non lavora sulle cause primarie che hanno spinto a certi comportamenti che hanno procurato stati di &ldquo;disagio&rdquo;; chi va dal Coach non cerca un sollievo a sofferenze emotive. Insomma il Coach non ha alcuna necessità di trasferire la conoscenza dall&rsquo;inconscio al conscio; Il Coach aiuta il Partner a progredire e a definire obiettivi che lo fanno evolvere verso uno stile di vita funzionale per lui e idoneo al raggiungimento dei suoi obiettivi (professionali o personali).

**FORMAZIONE** Nella formazione non esiste un patto di &ldquo;cochiability&rdquo;; inteso come la reciproca disponibilità di impegno nell&rsquo;affrontare una relazione intensa come quella di coaching. Nella formazione, si tende a fare un frequente ricorso all&rsquo;esposizione di modelli e di applicazioni che funzionano (o che dovrebbero funzionare!) universalmente, ma questi non vengono tirati fuori dal Partecipante. Nel coaching i tempi di ripartizione del colloquio sono mediamente 80:20 a favore del Partner, mentre nella formazione sono diametralmente capovolti a favore del Docente/Trainer. Nel coaching il setting è generalmente di tipo one-to-one, nella formazione abbiamo dinamiche di aula più svariate.

**CONSULENZA** Il coaching è contrattualmente una forma di consulenza, dove però il Coach sta dalla parte del Partner per aiutarlo ad implementare le nuove abilità e i cambiamenti che desidera. Il Coach non è necessariamente un esperto del job del Partner, come un Mentore, non da infatti consigli, ma pone molte domande affinché il Partner trovi il modo più funzionale al raggiungimento dei suoi obiettivi. Nel setting mentale tipico del Consulente abbiamo "UNO che sa una cosa che spigherà ad un ALTRO che non la sa". Nel setting del coaching è diverso, non si tirano fuori piani, non si mostrano brillanti soluzioni, ma si aiuta il Cliente nella scoperta di nuovi pensieri utili per sé stesso, si aiuta il Partner a individuare convinzioni, emozioni e pensieri che possano rafforzarlo nelle sue abilità di agire per il raggiungimento di ciò che desidera. Nel coaching le cose le fa accadere il Partner, non il consulente. &ldquo;Il Coach non cambia i pannolini al Partner!&rdquo;