



*SCHEMA PROGETTO  
PRIMAVERA DEL COACHING 2020*

## **COACHING CLUB MARCHE**

### **GUARDANDO FUORI #SCOPRI IL TUO TESORO**



In questo documento, noi, Coach del Coaching Club Marche, vogliamo raccontare come abbiamo creato, vissuto e diffuso la fantastica esperienza del progetto "Primavera del Coaching 2020".

Come prima cosa riteniamo doverosa una piccola presentazione.

**GUARDANDO FUORI #SCOPRI IL TUO TESORO**  
**100 ORE DI COACHING ONLINE**  
*SOLO PER MAGGIORENNI*

**FREE**  
service  
29 aprile - 10 luglio

**LA PRIMAVERA DEL COACHING / 2020**  
[WWW.ASSOCIAZIONECOACH.COM](http://WWW.ASSOCIAZIONECOACH.COM)





## Lo slogan del Coaching Club Marche:

### GUARDANDO FUORI #SCOPRI IL TUO TESORO

Nasce da una profonda riflessione di tutti noi Coach marchigiani pronti ad offrire supporto per scoprire attraverso percorsi di coaching personalizzati quel tesoro nascosto dentro ognuno di noi.



## I Coach del CC delle Marche che hanno aderito al progetto.

In pieno lockdown 2020 ci siamo trovati sempre e solo online, per confrontarci e costruire le basi del progetto, sempre **insieme**.

Una task force eccezionale, ricca emotivamente e spiritualmente e pronta a donare.

**Insieme** poi, abbiamo deciso, di "Metterci la faccia": eccoci qui, pieni di gioia prima di iniziare la nostra "Primavera del Coaching 2020".



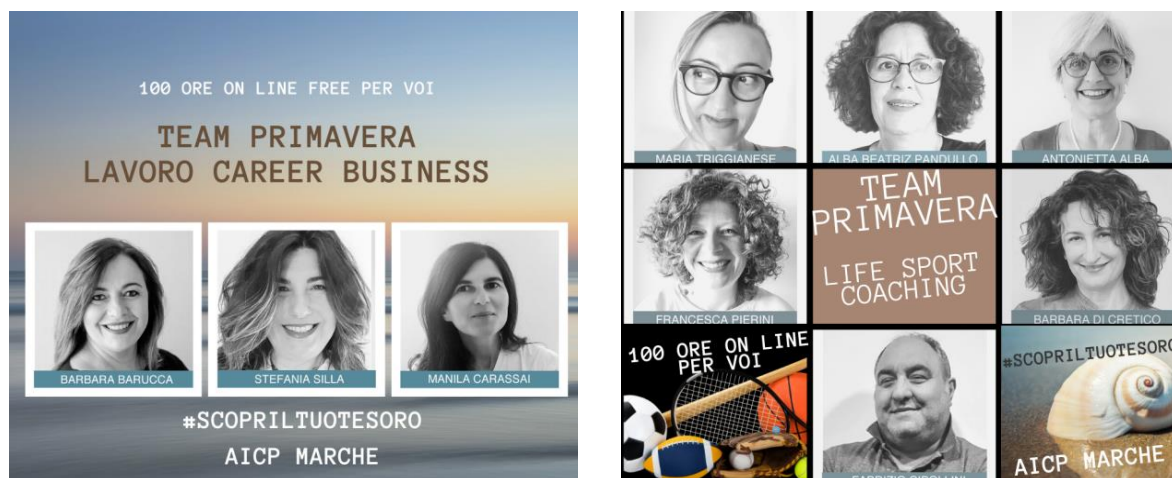
foto STUDIO DI CRETICO

Diverse le riunioni tematiche organizzate seguendo le linee guida dell' Associazione AICP. Ci siamo confrontati per stabilire e condividere, sempre **insieme**, dalla metodologia di lavoro.

- Abbiamo selezionato immagini, slogan, foto e video.
- Abbiamo sorriso insieme e lavorato tanto.
- Abbiamo scelto insieme le parole da utilizzare nei vari canali di divulgazione, cercando dentro ognuno di noi, ciò che più ci facesse vibrare l'anima.
- Abbiamo sorriso e lavorato con entusiasmo sapendo che presto avremmo supportato persone in un momento di particolare difficoltà come quello della pandemia.

E queste sono solo una piccola parte delle motivazioni che hanno fatto esplodere il **TESORO** che ognuno di noi aveva celato dentro.

Qui di seguito alcune nostre immagini utilizzate nei canali social.



## TESTI UFFICIALI



### Il nostro comunicato stampa



**GUARDANDO FUORI #SCOPRILTUOTESORO**  
**100 ORE DI COACHING ONLINE**  
SOLO PER MAGGIORENNI

**FREE**  
service  
29 aprile - 10 luglio

LA PRIMAVERA DEL COACHING / 2020  
[WWW.ASSOCIAZIONECOACH.COM](http://WWW.ASSOCIAZIONECOACH.COM)



#### **100 ORE DI COACHING ONLINE GRATUITO PER MAGGIORENNI**

*La Primavera del Coaching nelle Marche. Servizio free fino al 10 Luglio  
AICP, Associazione Italiana Coach Professionisti, è iscritta nell'elenco delle Associazioni  
Professionali presso il Ministero dello Sviluppo Economico (MISE) ex legge 4/2013*

*L'Esplosione della primavera e dell'estate imminente portano il desiderio di esplodere con lei,  
anche se bisogna avere pazienza.*

*Stiamo partendo alla moviola e procedendo lentamente abbiamo tempo per pensare,  
immaginare, progettare, fino a che la pistola, sparando in aria, ci annuncerà che possiamo  
aumentare il ritmo dell'andatura.*

*È proprio in questo particolare momento che il Coaching Club AICP MARCHE **dona 100 ore  
di coaching on line ad adulti maggiorenni** fino al 10 Luglio, affinché possano prepararsi a  
fiorire, mano a mano che la nostra libertà diventa "sempre meno condizionata".*



*Le nostre abitudini sono dovute cambiare rapidamente imponendoci distanze, protezioni, macchinosità nei movimenti, sforzo di coordinamento dei gesti. Di nuovo un evento ci impone di cambiare marcia. Noi marchigiani conosciamo bene questa situazione.*

*Ancora una volta non potendo cambiare i fatti, cambiamo noi.*

*Baricco in una intervista offre uno spunto: proviamo a mettere di fianco all'idea della PRUDENZA che stiamo sviluppando l'idea del CORAGGIO. **È un'ottima suggestione che accende i coach marchigiani.***

*Proviamo a mettere un pizzico di **CORAGGIO** accanto alla **PRUDENZA**.*

***CORAGGIO** è una parola che solo nel pronunciarla apre spiragli di luce. Luce, giallo, oro, tesoro.*

*..... e se accogliessimo l'invito a metterci un po' di CORAGGIO?*

*Provare con una briciola di audacia a pensare di tradurre un desiderio in una decisione, in un **OBIETTIVO** e poi in un **PIANO**?*

*Proviamo con **CORAGGIO** a cercare le nostre risorse per **RIPROGETTARE**. Questo è l'invito di **AICP MARCHE**.*

***Ora che stiamo imparando a convivere con questa nuova situazione, l'obiettivo di AICP Marche** è quello di supportare le persone nello scovare e riconoscere il **TESORO** che possiedono, definire il loro **SCENARIO DESIDERATO, TRADURLO IN UN PIANO** da agire.*

*Perseguendo questo scopo AICP Marche offre le proprie competenze, i propri strumenti e le proprie metodologie mettendole a disposizione della comunità.*

*Ci sono dei momenti in cui è più importante che in altri agire il valore delle comunità dello **STARE INSIEME**.*

*Questo è uno di quei momenti.*

*È il momento altresì per divulgare il valore del coaching come metodo concreto di sviluppo concreto delle persone e della società.*

*La **PRIMAVERA DEL COACHING** è l'evento che in tutto il territorio italiano, promuove l'incontro del coaching e delle sue fondamenta scientifiche con le persone. In questo contesto si inserisce il contributo di AICP Marche.*

**Per info e dettagli:**

[marche@associazionecoach.com](mailto:marche@associazionecoach.com)

<https://www.facebook.com/MarcheAICP/>



## Dall'idea ispiratrice al progetto finale

***PRUDENTEMENTE CORAGGIOSI.***  
***"VOLA SOLO CHI OSA FARLO"- Gatto Zorba in "La gabbianella e il gatto"***  
***omaggio a Luis S epulveda.***



L'idea di questo slogan "**prudentemente coraggiosi**" proviene dalle sagge parole fatte pronunciare dal gatto Zorba in "La gabbianella e il gatto" dall'illustre Luis S epulveda. Tali parole sono state d'ispirazione per noi in quanto ci hanno permesso di riflettere sull'importanza di trovare il coraggio per affrontare i tanti ostacoli che quotidianamente la vita ci pone davanti. Allo stesso tempo tuttavia, sappiamo bene che non   possibile tralasciare la necessit  di essere **prudenti** per fronteggiare le tante difficolt  che si trovano lungo il cammino.

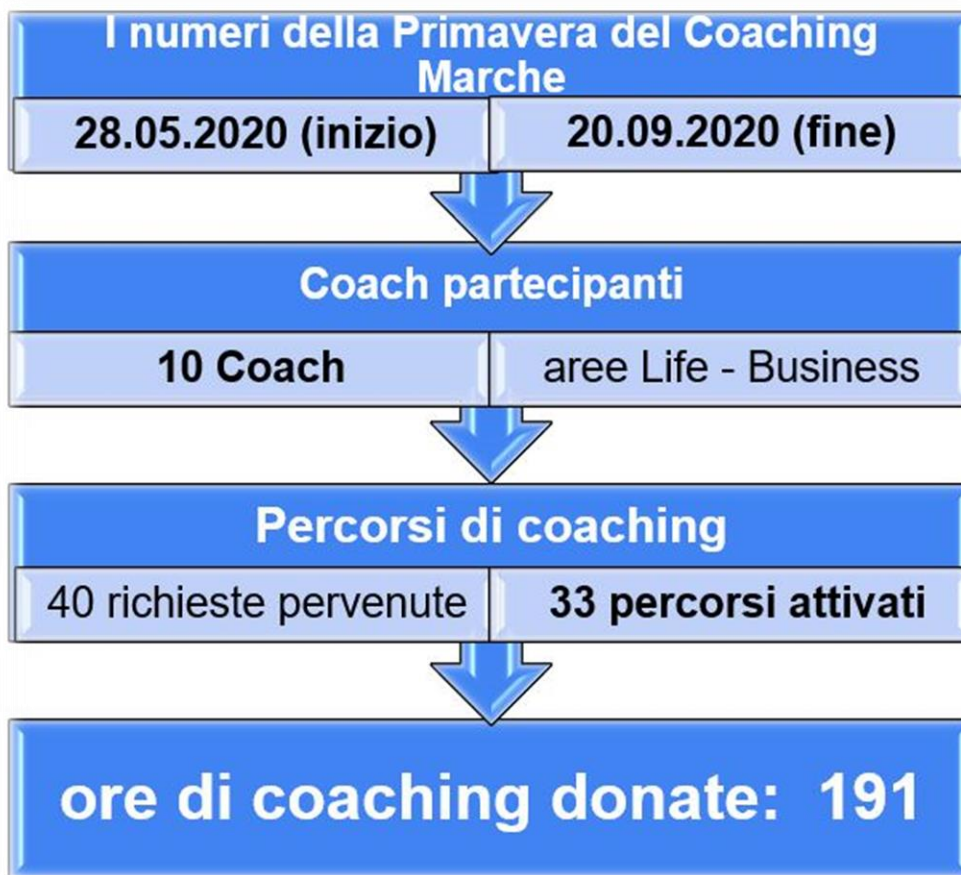
  stata dunque immediata la connessione di queste parole: i percorsi di coaching che noi avremmo realizzato sicuramente avrebbero catturato perfettamente l'essenza di queste parole.

Noi le abbiamo volute prendere a cuore e utilizzare come fonte d'ispirazione per noi stessi ma anche per i nostri futuri coachees.

Baricco ne "L'epidemia al tempo del GAME" condivide una riflessione e pone una domanda: ci stiamo impegnando molto sul fronte della **PRUDENZA**, abbiamo imparato a muoverci con cautela e circospezione. Potremmo pensare di mettere un pizzico di **CORAGGIO** accanto alla prudenza? Provare con una briciola di audacia a pensare di tradurre un desiderio in una decisione?

**CORAGGIO**   una parola che solo pronunciarla apre spiragli di luce: luce, giallo, oro, tesoro... Ecco noi siamo partiti condividendo questi ragionamenti.

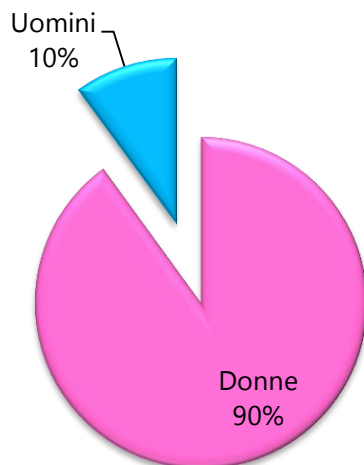
## I RISULTATI QUANTITATIVI



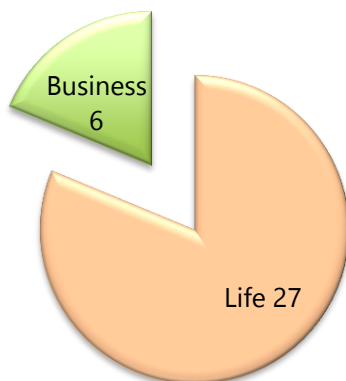


## Qui di seguito alcuni dati statistici

### ➤ **Iscritti al progetto per sesso**

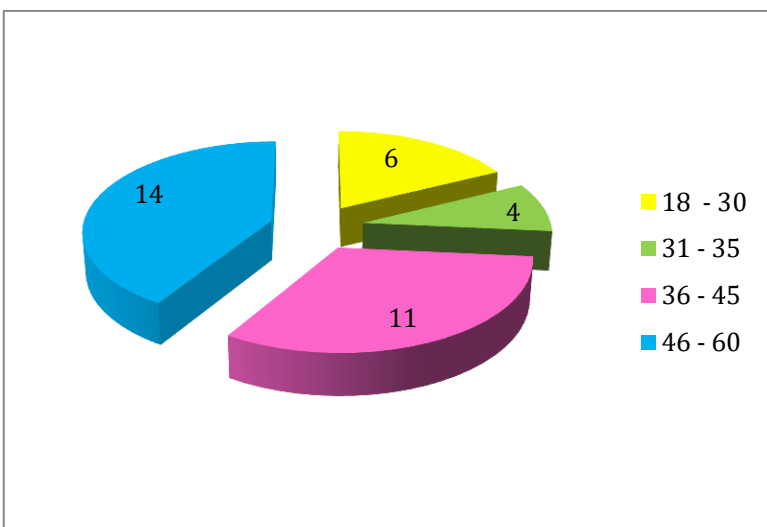


### ➤ **Iscritti al progetto per tipologia di Coaching**





➤ **Iscritti per fasce di età**



**“Cosa ti porta ad inviare questa richiesta?”**

**Abbiamo selezionato, qui di seguito, alcune delle risposte avute nelle schede di iscrizione.**

- *Affrontare delle paure .*
- *Desiderio di miglioramento.*
- *Sono sempre alla ricerca di come migliorare me stessa per essere più produttiva.*
- *La poca autostima e la paura del futuro.*
- *Voglio rifiorire*
- *Desiderio di realizzazione personale e nelle relazioni.*
- *Vorrei capire le mie capacità e talenti e come farne un lavoro*
- *Crescita personale*

- *Vorrei intraprendere una nuova professione*
- *Vorrei cambiare la mia vita e avere nuovi stimoli. Voglia di cambiamento.*
- *Ho iniziato una volta un percorso di coaching e poi ho mollato .*
- *Riorganizzare e fare scelte decisive per la mia professione*
- *La consapevolezza di cambiare lo stile di vita.*
- *Scoprire nuovi metodi per organizzare ed interagire con colleghi clienti fornitori.*
- *Vorrei fare il percorso per raggiungere degli obiettivi.*
- *Mi piacerebbe essere orientato per quando entrerò nel mondo del lavoro.*
- *Sento la necessità di mettere in chiaro chi sono io, cosa voglio dalla mia attività e la via per realizzarmi. Lavorare su me stessa e mettere a disposizione il mio percorso per aiutare le persone della mia community a mettersi in proprio.*
- *Mi piace l'iniziativa e vorrei vedere se riesco a sbloccare alcune cose sulla sicurezza di me stessa.*
- *Ho sempre fatto l'ufficio stampa nella vita, ma non riesco ad avere clienti e successo. Non riesco a vendermi come vorrei. Penso che ci sia troppa concorrenza di persone affermate per prendere me in considerazione.*
- *Perché ho perso la direzione della mia vita. Non so che cosa fare da grande anche se grande lo sono già da un po'.*
- *Sto affrontando un momento difficile, non mi vedo più bella, non mi sento una brava mamma e nemmeno una brava compagna, sono sempre triste e arrabbiata.*
- *Mi rendo conto che sto entrando in un circolo vizioso di totale assenza di equilibrio, sto perdendo di vista i miei obiettivi e la via per raggiungerli.*
- *Ho bisogno di sviluppare disciplina per mantenere gli impegni legati ai miei obiettivi strategici e in questo momento mi sento confusa e rallentata, con la testa tra le nuvole.*

## CONTENUTI EXTRA



### Il Coaching Club Marche nei social



Questo progetto ci ha anche offerto l'occasione di accrescere, all'interno del Coaching Club le **competenze digitali** che all'inizio erano "detenute" principalmente da una nostra associata e sono state quelle che ci hanno permesso di attivarci tutti.

In seguito, grazie alla generosità della collega, oltre alla collaborazione e sostegno dei colleghi di altre regioni, anche noi abbiamo potuto accrescere il nostro "TESORO digital. Le attività e la condivisione del progetto attraverso i social per noi è stata fondamentale. Gran parte delle nostre Coachees sono arrivati oltre che da contatti personali, da Gruppi di Facebook in particolare una specifica Community di donne grazie all'attiva divulgazione dell'iniziativa promossa in particolare da una socia del CC Marche.

La proposta ha raccolto numerosi consensi soprattutto tra il pubblico femminile che a detta di molti analisti, è quello che è rimasto maggiormente intrappolato nelle vischiosità della pandemia.

Per divulgare i messaggi sulla nostra pagina FB di **AICP Marche** abbiamo tutte scelto di ricorrere principalmente alle immagini in video accompagnate da musiche evocative. Il video che tutti avremo per sempre nel cuore è il primo, quello di lancio e presentazione del nostro progetto.

Ecco il link al video:

<https://www.facebook.com/MarcheAICP/videos/234607491207387>





Tutti i deliziosi video e non meno importanti del primo, sono stati pubblicati sulla pagina FB di AICP Coaching Club Marche e sono ancora disponibili ai seguenti link:

- 21 giugno 2020  
<https://www.facebook.com/MarcheAICP/videos/2523039701341932>
- 13 giugno 2020  
<https://www.facebook.com/MarcheAICP/videos/694981634392275>
- 6 giugno 2020  
<https://www.facebook.com/MarcheAICP/videos/2748291372070713>
- 30 maggio 2020  
<https://www.facebook.com/MarcheAICP/videos/3273044319395474>
- 29 maggio 2020  
<https://www.facebook.com/MarcheAICP/videos/586987791953943>
- 26 maggio 2020  
<https://www.facebook.com/MarcheAICP/videos/583177855636633>
- 4 maggio 2020  
<https://www.facebook.com/MarcheAICP/videos/347113746266959>



## Alcune delle immagini condivise nella nostra pagina FB





## Alcuni post presi dalla nostra pagina FB



**AICP - Coaching Club Marche**  
28 aprile · 🌐

Potremmo pensare di mettere un pizzico di **CORAGGIO** accanto alla prudenza?  
**PRUDENTEMENTE CORAGGIOSI.** "Vola solo chi osa farlo", Gatto Zorda in "La gabbianella e il gatto" omaggio a Luis Sépulveda.  
Parte domani **LA PRIMAVERA DEL COACHING** Aicp Marche.  
Scopri di più da domani sulla nostra pagina FB e su <https://www.associazionecoach.com>

**GUARDANDO FUORI #SCOPRILTUOTESORO**  
**100 ORE DI COACHING ONLINE**  
*SOLO PER MAGGIORENNI*

**FREE**  
service  
29 aprile - 10 luglio

Tu, Barbara Barucca, Stefania Silla e altri 19    Condivisioni: 15

**Mi piace**    **Commenta**    **Condividi**



AICP - Coaching Club Marche

1 maggio · 🌐



Quest'anno più che mai ti auguriamo "Buon Primo Maggio" 🍷  
Dal 29 Aprile al 10 Luglio i Coach Aicp Marche mettono a disposizione 100 ore di coaching gratuito in cui potrai riflettere sulle tue risorse e prepararti al tuo domani.  
🙌🙌🙌🥳 contattaci per info e se vuoi poi per l'iscrizione.

📧 INFO: [marche@associazionecoach.com](mailto:marche@associazionecoach.com)

[www.a... Altro...](http://www.a... Altro...)



**GUARDANDO FUORI #SCOPRILTUOTESORO**  
100 ORE DI COACHING ONLINE  
SOLO PER MAGGIORENNI

**FREE**  
service  
29 aprile - 30 luglio

LA PRIMAVERA DEL COACHING / 2020  
[WWW.ASSOCIAZIONECOACH.COM](http://WWW.ASSOCIAZIONECOACH.COM)



Tu, Barbara Barucca, Stefania Silla e altri 10

Condivisioni: 12





 **AICP - Coaching Club Marche** 3 maggio · 🌐

👏👏👏 Benvenuta fase 2 😊 timidamente riprendiamo 🍀.  
🌟 E a te? Ti va di ricominciare dalle tue risorse? Con un pizzico di coraggio, prudenza e un coach al tuo fianco sarà più facile.  
🌟 INFO: [marche@associazionecoach.com](mailto:marche@associazionecoach.com)  
[www.associazionecoach.com](http://www.associazionecoach.com)  
🌟 ISCRIZIONE: compila il Form per inviare la tua richiesta entro il 15 Maggio 2020:  
<https://forms.gle/JGZpz8Q9b6fXuzyE8>  
vieni a... Altro...

**GUARDANDO FUORI #SCOPRILTUOTESORO**  
**100 ORE DI COACHING ONLINE**  
*SOLO PER MAGGIORENNI*

**FREE**  
service  
29 aprile - 30 luglio

**LA PRIMAVERA DEL COACHING / 2020**  
[WWW.ASSOCIAZIONECOACH.COM](http://WWW.ASSOCIAZIONECOACH.COM)



👍 Tu, Barbara Barucca, Massimo Negro e altri 13      Condivisioni: 5

👍 Mi piace      💬 Commenta      ➦ Condividi

**AICP - Coaching Club Marche** 21 giugno · 🌐

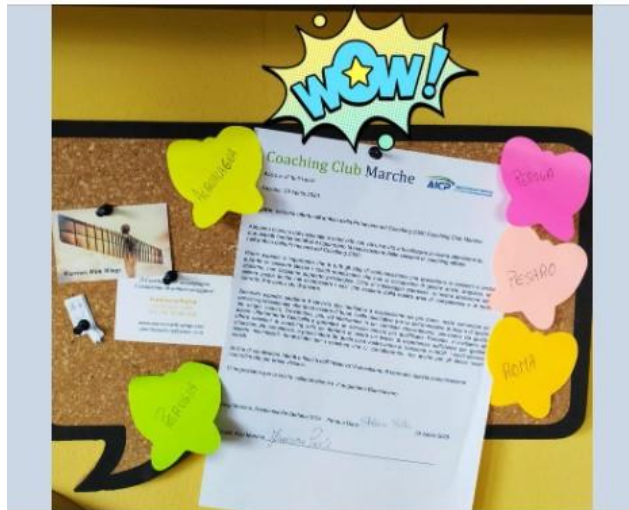
Siete in tantissimi a contattarci 😊! Stiamo donando più delle 100 ore previste.  
Orgogliosi di dare il nostro contributo con professionalità e passione, in un momento tanto delicato per tutti. ❤️

👍❤️👏 18      Condivisioni: 3

👍 Mi piace    💬 Commenta    ➦ Condividi

**Francesca Pierini** è con **Barbara Di Cretico** e altri 7. 19 giugno · 🌐

Primavera del Coaching...Coaching Club Marche AICP...i miei attuali riferimenti 🤗🤗  
🤗  
La mia assunzione di responsabilità come Professional Coach 😊😊😊  
I luoghi dai quali arrivano le persone che mi sono state affidate 🤗🤗🤗  
Miglioramenti, cambiamenti, rinascite in atto...in una parola fermento! 🤗🤗🤗



👍❤️👏 Tu, Barbara Barucca, Stefania Silla e altri 22      Commenti: 3





## Alcuni feedback di Coach

### 1. Coach A.A.

La Primavera del Coaching 2020 per me è stata un'esperienza che mi ha permesso di crescere professionalmente e rinascere a nuova vita come professionista.

Eravamo in piena pandemia e trovarsi a condividere online la costruzione del progetto è stato bello, coinvolgente e davvero gratificante.

Sono stata infinitamente felice di donare supporto gratuito a donne in difficoltà, ho trovato e scoperto bei tesori nascosti.

A posteriori posso serenamente affermare che per me la **Primavera 2020** di AICP è stata un'esperienza intensa e speciale: da un lato intensa perché ho imparato tanto dalle mie Coachees e dalle mie colleghe di **AICP Marche** che non finirò mai di ringraziare per le belle ore vissute insieme.

Speciale perché le nostre riunioni sono diventate scambi utilissimi di esperienze, condivisione di momenti di vita e pillole di formazione anche in orari notturni. Nasce così un bel gruppo di donne che non si sono mai risparmiate nel donarsi, nell'aiutare chi ne aveva bisogno e nella condivisione a 360°.

Porterò sempre nel cuore i sorrisi di Chiara dopo la terza sessione, l'energia di Giò e tante delle sue parole, quel dono importante di una collega: una frase molto "potente" per me: "Ma questo è Coaching?"

Sono infinitamente grata a tutte voi sono prontissima ad una nuova e splendida futura collaborazione tra noi!



## 2. Coach B.B.

La primavera porta per definizione qualcosa di nuovo.

È la **stagione della rinascita**, della fioritura e dell'energia. La primavera "m'insegna di nuovo il passo leggero di chi sa dove sta andando e perché!" cit.

Questa primavera mi ha insegnato che dopo un periodo buio, posso ritrovare la strada; dopo aver provato timore, trovo il coraggio e dove c'era la solitudine ora c'è una comunità. Questo mi è successo nel nostro gruppo marchigiano che ha partecipato all'evento. Abbiamo creato l'energia per ascoltare, condividere e per divulgare un metodo in cui crediamo, quello del Coaching.

Abbiamo donato ai nostri Coachees il nostro tempo e loro hanno scoperto il loro tesoro. Noi entusiasti e pieni di energia abbiamo creato la nostra comunità di coach basata sulle fondamenta della stima, della trasparenza, della condivisione senza giudizio, della diversità riconosciuta e apprezzata, dell'apprendimento e del supporto reciproco.

Mi sento cresciuta e maturata e ho più chiaro dove andare e perché.



### **3. Coach B.P.**

La primavera 2020 è stata un'esperienza fantastica.

Le Coachees che ho seguito sono state collaborative, coinvolte pienamente nei loro percorsi. Aperte e disponibili, con tutte abbiamo lavorato e raggiunto i loro obiettivi attraverso piani d'azione.

Dal punto di vista personale questa esperienza mi è servita ad affermare la mia conoscenza, a mettere in atto delle competenze con successo e soprattutto a rassicurarmi dal punto di vista professionale.

Inoltre per me è stata fonte di gioia lavorare con le colleghe del CC Marche e scoprire tanto potenziale, collaborazione e vicinanza tra noi.

Mai prima d'ora avevamo sperimentato una cosa simile.

Credo che questo format sia molto più utile di quelli adottati prima.

Il mio parere è che sicuramente in questo gruppo potrebbero svilupparsi dei bellissimi e nuovi progetti anche a livello lavorativo.



#### 4. Coach F.P.

Se da una parte ci siamo messi a disposizione per accompagnare i Coachees a scoprire il loro tesoro, dall'altra anche noi del **CC Marche**, cercavamo il nostro e questa frase è stata il nostro punto di partenza.



Oggi alla luce dell'esperienza, della Primavera del Coaching, abbiamo trovato in questo il nostro tesoro:

- Temi e terminologia del Coaching al pubblico e ricerca scientifica
- Etica e professione
- Valore della gratuità
- Ambizioni
- Spirito di squadra
- Creatività
- Comunicazione

## 5. Coach M.T.

1. Ho capito che un percorso di Coaching è più efficace quando anche il Coach, nel processo, si attiva su un piano di crescita e di evoluzione personale
2. Se il Coach nel suo percorso di acquisizione competenze e di vita, si pone con un atteggiamento olistico, riesce meglio a lavorare con il Coachee in maniera trasversale, attivando risorse psico-fisiche energetiche e spirituali.
3. Ho capito l'importanza dei compiti da svolgere a casa per i Coachees e la sua evoluzione verso il raggiungimento dell'obiettivo, ne è una testimonianza sia in un verso che nell'altro. Questo è ciò che ho consapevolizzato durante la primavera del Coaching.



## 6. Coach S.S.

La **Primavera digitale 2020**: uno strumento innovativo che mi ha confermato delle convinzioni antiche, sulla **fiducia** e sul lavorare **insieme**.

Subito non ho accolto l'idea delle sessioni free con entusiasmo, pensando che la gratuità potesse nascondere delle insidie.

C'è stato un momento all'inizio della pandemia, in cui venivano proposte un'infinità di iniziative gratuite.

Temevo, per la nostra, che potesse essere travisato il suo profondo senso reale.



Mi sono ricreduta subito sostenendo e sviluppando l'idea insieme ai miei colleghi per far emergere il potenziale del progetto.

Ho provato entusiasmo ad accogliere con fiducia l'istinto dei miei colleghi, ad avere fiducia nel fatto che insieme saremmo riusciti a far emergere il significato e superare le vischiosità.

**Fiducia** nella comunità.

Dedicando tempo, professionalità, passione e dedizione, abbiamo regalato un dono prezioso. Il dono più importante però l'ho ricevuto io sentendomi dentro una comunità di persone connesse.

Porto a casa un forte senso di aggregazione con i colleghi delle Marche e delle altre regioni e con i coachees che hanno aderito all'iniziativa.

È stato importante per superare un momento di solitudine.

**Sono piena di gratitudine.**



## Feedback dei Coachees

### 1. C. M.

Cara Coach, ho appena compilato ed inviato il questionario e non c'è bisogno che ti dica che il mio grado di soddisfazione è ottimo per la tua professionalità e positività e per la tua capacità di comprendere oltre alle esigenze anche gli stati d'animo e questo devo riconoscere che è una tua dote naturale!!!

### 2. F. B.

Lavorare insieme a te è stato molto bello, sei molto brava ed è stato piacevole anche se di breve durata fare questo percorso insieme.

### 3. G.G.

Questo percorso è arrivato nel momento giusto.

Avevo bisogno di qualcuno che mi aiutasse a superare dei blocchi, ad affrontare me stessa e le mie paure.

La mia Coach mi ha aiutato fornendomi stimoli e riflessioni diverse e costruttive che sicuramente continuerò ad elaborare.

Ringrazio AICP Marche per l'opportunità ricevuta.

**4. L. B.**

Grazie al percorso mi sono sentita più organizzata e più consapevole. Più sicura di me e delle mie azioni.

Questo mi ha portata ad avere maggiore determinazione nel mio lavoro ed anche nella vita privata.

**5. S. P.**

Dopo la sessione mi sento sempre più serena e con una percezione più chiara della realtà.

