

SPORTELLO DI TEEN COACHING



L'idea di base

Allestire uno sportello di Teen Coaching nel mio studio professionale o presso uno spazio comunale o scolastico per adolescenti/studenti in un *range* di età compreso tra gli 11 e i 25 anni.

Obiettivo

Il fine dello sportello è allenare i ragazzi e le loro potenzialità, per affrontare con pieno successo i principali compiti evolutivi:

- ricerca e sperimentazione di una nuova identità e della propria autonomia
- costruire relazioni appaganti, serene e soddisfacenti con gli amici, la famiglia e la scuola
- ricerca e sperimentazione della propria autoefficacia (elaborare mete significative che tengano conto delle proprie attitudini, vocazioni e potenzialità)
- elaborare un progetto di vita (allenare verso il futuro).

Il metodo del coaching

Il coachee, che solitamente cerca risposte o delega responsabilità alle consuete figure professionali quali psicologi, psicoterapeuti o altri professionisti della relazione d'aiuto, con il coach lavora su di sé ed in profondità, si allena in sessione (work-in) ma si impegna anche a casa (work-out), si confronta con obiettivi di sessione e obiettivi di percorso...insomma con il coaching si lavora duro!

"L'uomo energico, l'uomo di successo, è colui che riesce, a forza di lavoro, a trasformare in realtà le sue fantasie di desiderio." (S. Freud)

Teen Coaching? Perché fare coaching con gli adolescenti?

I ragazzi quando si aprono sono come fiumi in piena e, se trovano qualcuno disposto ad ascoltarli in modo incondizionato, senza giudicarli, si lasciano andare ai segreti più intimi...Amici e amiche sono gli unici confidenti, depositari di segreti e dubbi. Gli adolescenti sentono spesso il desiderio di confrontarsi con una persona adulta, ma ne temono il giudizio e le critiche.

(Giuffredi G., Stanchieri L., Adolescenti . Istruzioni per l'uso , DeAgostini , Novara,2009)

Fare coaching con gli adolescenti perché questo metodo prevede l'assenza di giudizi e critiche.

Le 4 "A" della relazione di coaching "Accoglienza, Ascolto, Alleanza, Autenticità" mi risuonano nella mente il 15 febbraio 2017 mentre sto leggendo l'articolo "Ragazzo suicida a Lavagna, era stata la madre a chiamare la Guardia di Finanza" e leggo:

"Ai ragazzi qui presenti voglio dire due cose: parlate di voi e della vostra vita, perché vuol dire farsi volere bene ed essere accolti, non abbiate paura di farlo..." Don A. Buffoli

"Essere accolti"; l'Accoglienza della relazione di coaching.

E ancora le parole del padre alle forze dell'ordine:

"L'ho detto anche a loro, *ci voleva comunque più tatto, un approccio psicologico più attento. Ci fosse stato uno specialista con loro, non sarebbe accaduto nulla...*"

L'esigenza dell'intervento di figure professionali specializzate nell'approccio con gli adolescenti, in situazioni particolarmente delicate e soprattutto con giovani "in difficoltà".

Da qui la mia idea di prevenzione, che va oltre all'intervento in extremis, con l'attivazione di sportelli di Teen Coaching.

E "in extremis" , nonché "all'ultimo momento" di una notizia su Arenzano del 4 aprile 2017, mi dà il La per progettare uno sportello di Teen Coaching proprio nel mio comune di appartenenza:

È successo ieri nel primo pomeriggio ad Arenzano, dove un ragazzo di 25 anni, affetto da problemi depressivi, ha cercato di togliersi la vita ma è stato salvato all'ultimo momento grazie all'intervento dei carabinieri.

Sportello di Teen Coaching in cui la relazione è fondamentale e il coach ascolta, accoglie e si allea; in cui si crea un clima di fiducia che può dare "una possibilità in più" agli adolescenti di essere accolti e ascoltati.

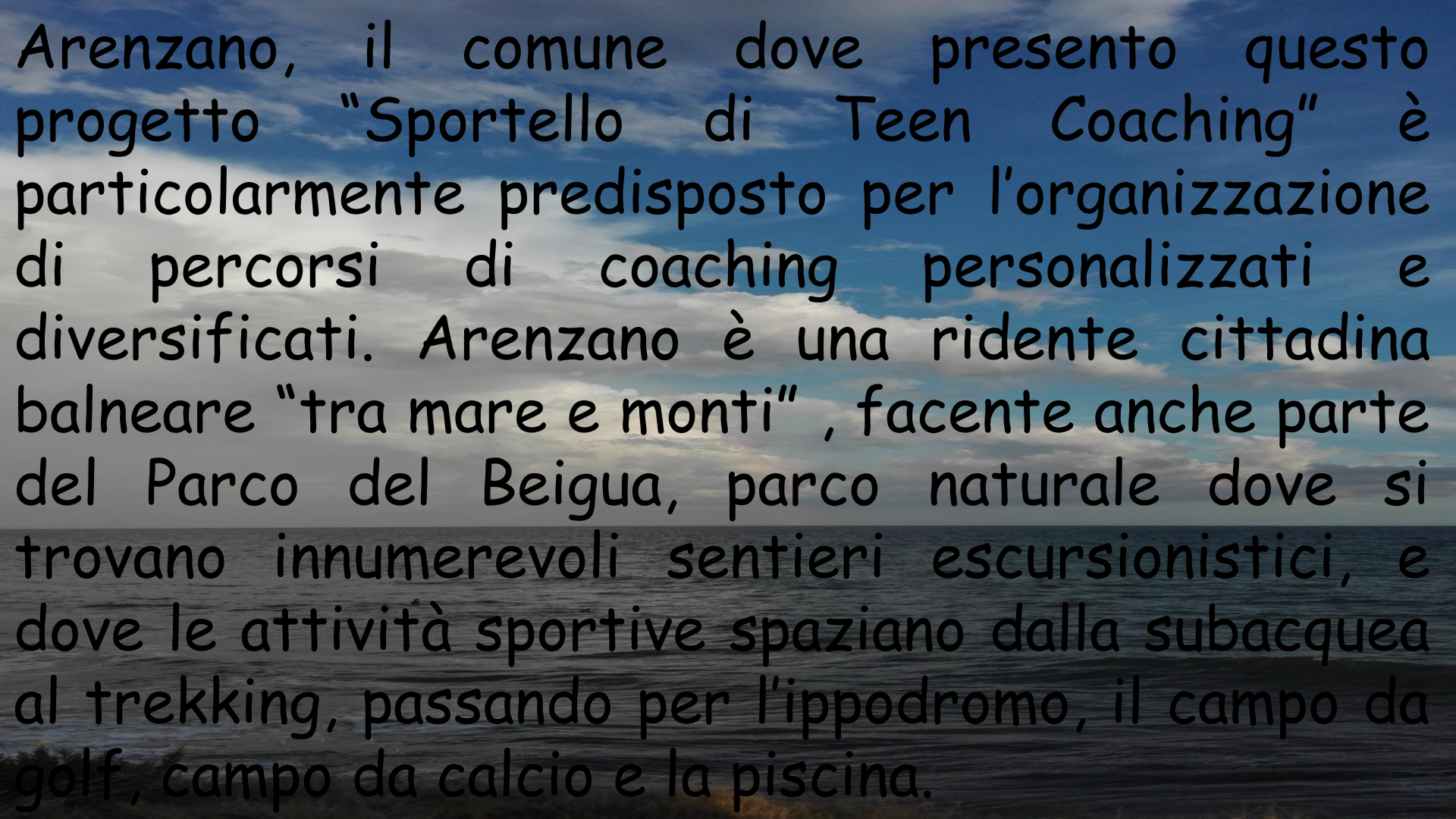
Articolazione del progetto

"Ispirata dalle sessioni di coaching descritte in "Adolescenti istruzioni per l'uso" di G. Giuffredi e L. Stanchieri e dalle mie stesse sessioni di allenamento da coachee nel corso Incoaching, in cui i setting di sessione sono diversificati a seconda delle esigenze operative e formative o a seconda delle passioni/amori, hobbies, interessi dei ragazzi.

Percorsi di coaching fatti passeggiando in riva al mare, facendo laboratori teatrali, scalando una montagna, conducendo simulazioni di navigazione...

Istintivamente la mia prima sessione di allenamento da coachee l'ho fatta via Skype con MacBook sugli scogli di un molo di Arenzano in mezzo al mare.





Arenzano, il comune dove presento questo progetto "Sportello di Teen Coaching" è particolarmente predisposto per l'organizzazione di percorsi di coaching personalizzati e diversificati. Arenzano è una ridente cittadina balneare "tra mare e monti", facente anche parte del Parco del Beigua, parco naturale dove si trovano innumerevoli sentieri escursionistici, e dove le attività sportive spaziano dalla subacquea al trekking, passando per l'ippodromo, il campo da golf, campo da calcio e la piscina.



**Mi feci tante domande
che andai a vivere
sulla riva del mare
e gettai in acqua le risposte
per non litigare con nessuno.**

Concludo con questo aforisma di Pablo Neruda che esprime al meglio la mia prima sessione di coaching come coachee e l'essenza di una sessione di coaching, in cui il coachee è stimolato dalle domande del coach e parlando "getta in acqua le risposte per non litigare con nessuno... per lasciarsi andare al "Flow" ("flusso"), lasciare che le risposte vadano insieme all'acqua, leggere muoversi e andare sulle cose, quindi non opporsi, non litigare con nessuno ma lasciare che le cose fluiscano e vadano dove devono andare, come l'acqua."(Lorena Atzori)