

La felicità è allenamento verso l'alto.  
Il Coaching Umanistico, grazie alle sue basi filosofiche e scientifiche, permette questo allenamento che è fatto di fatica e di riposo, di impegno e di relax, di scoperta e di godimento come quello di qualunque atleta.

Il Coach ti può aiutare a scoprire le potenzialità e allenarti per raggiungere un obiettivo, partendo dalla consapevolezza che ogni evento significativo può essere una fonte di felicità, soddisfazione e benessere.  
Basta non sprecarlo.

### IL LIFE COACHING

È indirizzato ai **singoli**. Può essere utilizzato in ogni aspetto della vita privata delle persone, in particolare in momenti di fatica o di cambiamento che sono sempre occasioni di crescita.

Il Coach Umanista può lavorare con:

*la famiglia*

*la coppia*

*l'adolescente*

### IL CORPORATE COACHING

è il coaching al contesto organizzativo.  
Il committente è un'intera organizzazione, un'azienda, una scuola, un'organizzazione no profit...

Biagioni Gaetano  
Coach Umanista

Life&Corporate

[info@comolifecoach.it](mailto:info@comolifecoach.it)  
Tel. 347 8734246

[www.comolifecoach.it](http://www.comolifecoach.it)



## Il Coaching ... quello Umanistico



La distanza tra me e un obiettivo, non dev'essere motivo di scoraggiamento!  
Avere un problema, non è essere un problema!

### Il **Coaching Umanistico**

è un metodo di sviluppo della persona che permette d'intraprendere cammini per raggiungere i propri obiettivi o affrontare problemi che la vita, per svariati motivi, ci presenta.



G. Lupo, *Confusione mentale*, acrilico su tela.

Il metodo si basa sul principio dell'**allenamento**.

Proprio come l'atleta allena i suoi muscoli per affrontare una gara, così noi possiamo allenare le **potenzialità**, ovvero i muscoli del nostro carattere.

Ma quali sono le nostre potenzialità?



Anche a questo serve il **Coach Umanista**, il quale ha, come primo dovere nei confronti del **Cliente**, il compito di usare gli occhi della bellezza, di scoprire ciò che c'è, che "funziona" ... e, allenando questi elementi, restaurare le parti in sofferenza, potenziare e sviluppare la personalità in tutta la sua completezza.

Una persona è felice se trova un'armonia tra ciò che è, ciò che fa e ciò che ama nei contesti in cui vive.

A saziare la vita non è la contentezza - che sa di transitorio - bensì la **felicità!**  
Essa la si raggiunge amando il proprio partner, coltivando le amicizie, rendendo il lavoro un'impresa creativa e avendo un'attenzione quotidiana alla cura di sé.

Essere, fare e amare divengono le attività essenziali che producono la felicità, qualora corrispondano ai propri desideri, aspirazioni e potenzialità.

1 Year  
=  
365 Opportunities

*"Nel gioco del tennis è molto più pericoloso e forte l'avversario che è dentro di te, piuttosto che quello che sta dall'altra parte della rete".*

(Tim Galloway, fondatore statunitense del coaching)

L'avversario può diventare un partner prezioso, se ti dà la possibilità di correre, di sperimentarti e di migliorare progressivamente.