durga

FORMAZIONE E VALORIZZAZIONE PER COACH PROFESSIONISTI



DOMENICA

Formazione

COACH PROFESSIONISTA

Valeria Bellesia

Ottobre 2025/Aprile 2026

9 Domeniche + 3 appuntamenti online + Sessioni di coaching individuali/ Pratica/Tirocinio supervisionato

Totale **86** ore

DURGAFORMAZIONE - Scuola di Coaching TORINO-MILANO
Registro Coach Professionisti AICP - Il Coach è una Professione non organizzata ai sensi L. 4/2013
Sede principale Torino - Via Pinelli, 23 - 10144 - Telefono 335/7513020 - info@durgatopos.it - www.durgatopos.it

IL COACHING NEL TUO LAVORO

Diventando Coach Professionista a Durga potrai facilmente **avviare la tua nuova attività professionale.**
Inoltre **le tecniche di coaching sono facilmente integrabili con altre professionalità**: se sei un Consulente, Professionista Olistico, d'Aiuto o della Relazione, puoi incrementare la tua prestazione professionale aggiungendo il coaching alla tua disciplina, risultando ancora più efficace nel raggiungimento dei risultati che il tuo Cliente si porrà come obiettivo.

IL COACHING NELLA TUA VITA

Diventare Coach prevede necessariamente la trasformazione del proprio modo di pensare, valutare e comunicare.
Un Coach esprime in ogni campo della propria vita la consapevolezza raggiunta, è empatico, responsabile, equilibrato, non giudica, è curioso, vitale e adotta una comunicazione aperta e autentica.
Ogni relazione trae vantaggio dall'impiego delle tecniche etiche e consapevoli del coaching.
La formazione in Coaching è indicata anche a chi non intende farne un uso professionale.

Formazione
COACH PROFESSIONISTA

8 mesi di impegno
86 ore totali + studio ed esercitazioni individuali
9 giornate in aula, 3 appuntamenti online, pratica in aula, materiale audiovisivo, supervisione, tesi, esame interno

MILANO 12/10/2025

- in classe dal vivo
- con sessioni e supervisioni individuali,
- dalla durata sufficiente per apprendere le tecniche di coaching, farle proprie e diventare abili ad impiegarle professionalmente,
- con un ritmo sostenibile anche per chi lavora (uno/due appuntamenti al mese e sessioni individuali quando puoi)
- un prezzo contenuto (al momento il miglior rapporto qualità/prezzo)
- un'attenzione particolare al proprio progetto professionale (sessioni miste, protocolli personalizzati anche supervisionati, accesso al marketing e personal branding di Durga totalmente orientato alla libera professione, con consulenze e formazione)
- un riconoscimento certo e di valore (Attestazione di Qualità Professionale L. 4/2013 tramite la possibilità di iscrizione al Registro Coach Professionisti AICP - Ministero Sviluppo Economico),
- come Coach Professionista possibilità di Certificazione CEPAS delle competenze, e Certificazione UNI 11601:2024 del servizio erogato.

TORINO 19/10/2025

DURGAFORMAZIONE - Scuola di Coaching TORINO-MILANO
Registro Coach Professionisti AICP - Il Coach è una Professione non organizzata ai sensi L. 4/2013
Sede principale Torino - Via Pinelli, 23 - 10144 - Telefono 335/7513020 - info@durgatopos.it - www.durgatopos.it

PER CHI?

Il Corso di Formazione per COACH PROFESSIONISTA è rivolto a

- ✓ chi desidera approfondire le tecniche di coaching per **affiancarle alla propria professione attuale**,
- ✓ chi desidera **sperimentare su di sé** un percorso strutturato di coaching
- ✓ chi vuole **praticare la professione del Coach**, una professione non organizzata disciplinata dalla Legge 4/2013, ottenendo l'Attestazione di Qualifica Professionale, con l'iscrizione al Registro professionale Coach Professionisti di AICP

TORINO

QUANDO

Dal **19 Ottobre 2025** al 12 Aprile 2026 (Aula)
Conclusione del percorso **27 Luglio 2026**

CALENDARIO

Domenica **19 Ottobre** 2025
Domenica **9 Novembre** 2025
Domenica **30 Novembre** 2025
Domenica **21 Dicembre** 2025
Domenica **4 Gennaio online** 9,00/13,00
Domenica **18 Gennaio** 2026
Lunedì **2 Febbraio online** 18,00/20,00
Domenica **8 Febbraio** 2026
Lunedì **23 Febbraio online** 18,00/20,00
Domenica **1 Marzo** 2026
Domenica **22 Marzo** 2026
Domenica **12 Aprile** 2026
+ 6 sessioni individuali

DOVE

In presenza a Torino, in Via Pinelli, 23 (Porta Susa/San Donato). Vedi QUI come arrivare

PRATICA E SUPERVISIONE

Una formazione professionalizzante per diventare Coach Professionista, **particolarmente orientata alla pratica e con tanta supervisione** sia in gruppo che one-to-one col tuo cliente (coachee).
Con 9 giornate in aula, pratica di gruppo, sessioni individuali e supervisione dal vivo, acquisisci **le competenze per avviare la tua professione ottenendo l'Attestazione di Qualità Professionale.**

IL TUO PROGETTO PROFESSIONALE

In particolare viene data molta **attenzione al progetto professionale personale** di ciascun allievo che viene accompagnato in modo personalizzato all'adattamento delle tecniche di Coaching alla propria professione: declinandole secondo le proprie competenze e in accordo con il proprio progetto professionale, sia di libera professione (anche unite ad altre tecniche), sia in ambito aziendale.

MILANO

QUANDO

Dal **12 Ottobre 2025** al 19 Aprile 2025 (Aula)
Conclusione del percorso **20 Luglio 2025**

CALENDARIO

Domenica **12 Ottobre** 2025
Domenica **2 Novembre** 2025
Domenica **23 Novembre** 2025
Domenica **14 Dicembre** 2025
Domenica **4 Gennaio online** 9,00/13,00
Domenica **25 Gennaio** 2026
Lunedì **2 Febbraio online** 18,00/20,00
Domenica **15 Febbraio** 2026
Lunedì **23 Febbraio online** 18,00/20,00
Domenica **8 Marzo** 2026
Domenica **29 Marzo** 2026
Domenica **19 Aprile** 2026
+ 6 sessioni individuali

DOVE

In presenza a Milano, in Via Macchi, 30 (Milano Centrale) c/o Spazio Macchi. Vedi QUI come arrivare

PREZZO

Tutto compreso

Totale formazione completa Euro 2.900
Da pagarsi in **8 rate:**

- 310 Euro all'iscrizione
- 7 rate mensili da 370 Euro ottobre/aprile

Comprende tutto (non ci sono extra):

- Quota di partecipazione
  (iscrizione, aula, esame, ammissione per iscrizione AICP)
- Quota pratica: sessioni individuali e supervisioni

Possibilità di pagamento personalizzato.

ORE AGGIUNTIVE DI TUTORING

E' possibile avvalersi di ulteriori ore di tutoring o di supervisione con i propri clienti al prezzo di Euro 80. Le sessioni potranno svolgersi via Zoom o di persona.

ISCRIZIONI

Per iscriversi al corso è necessario segnalare la propria intenzione al 335/7513020, info@durgatopos.it, prenotando il colloquio di ammissione (se non è già stato fatto), compilare il Modulo di iscrizione e versare la quota di partecipazione tramite bonifico bancario.

VALERIA BELLESIA



Coach Professionista, Valeria Bellesia è consulente per l'orientamento formativo e professionale nell'ambito delle Professioni non Organizzate.
Docente di coaching e di comunicazione empatica, eroga sessioni di coaching in ambito Life e Business e di mediazione con la comunicazione empatica CNV.
In particolare accompagna con il coaching e la consulenza chi, stanco di un lavoro che non ama più e da cui si vuole affrancare, è orientato verso un nuovo progetto professionale.
Fondatrice e coordinatrice di Durga, il suo primo obiettivo è quello di far vivere con piena soddisfazione la professione dei Coach e degli Operatori Olistici e, in generale, dei Professionisti di cui alla Legge 4/2013.
È Coach Professionista AICP n° 1306

ALESSANDRA TREBÒ



Coach Professionista e Facilitatore Sistemico accompagna le persone in percorsi di trasformazione che integrano il linguaggio, le emozioni e il corpo come porte di accesso a un cambiamento profondo e duraturo.
La sua formazione include anche le Costellazioni Organizzative e Familiari, che ha integrato nel suo metodo originale, il CostellaCoaching®: un approccio unico che coniuga la potenza del coaching ontologico con la profondità delle costellazioni sistemiche. Attraverso questo metodo accompagna i clienti a riconoscere i condizionamenti invisibili che limitano le scelte e a prendere il proprio posto nella vita, nel lavoro e nelle relazioni.
Il suo approccio si basa sull'ascolto profondo del corpo e delle emozioni, facilitando processi di consapevolezza e cambiamento autentico, promuovendo lo sviluppo di una presenza consapevole e di un ascolto trasformativo, elementi fondamentali per una pratica professionale efficace e centrata sulla persona.
Alessandra è stata manager di aziende internazionali, ha trascorso oltre 20 anni intensi e frenetici, molti all'estero, occupandosi di Pianificazione, Acquisti, Sourcing e Prodotto.
In questo periodo è emerso forte il bisogno di occuparsi della propria crescita personale, diventando Costellatore nel 2012 all'Istituto di Arte Sciamanica e Sistemica Nemeton di Milano, e Coach Professionista nel 2022 a Durga a Torino.
Alessandra è Coach Professionista AICP n° 2190.

STRUTTURA DEL CORSO

Aula

1° Giornata - Come generare la relazione con il coachee: prima impressione, ascolto attivo, parole chiave, rispecchiamento fisico e linguistico. Ascoltare/Sentire. Creare contesto. Egoless: simpatia-empatia-conflitto. La comunicazione: verbale, non verbale e paraverbale - Effetto distorsivo e dispersivo, ricapitolazione - La coachability - Il Coaching: finalità, cos'è, cosa non è. L'approccio ontologico - Linguaggio esteriore ed interiore.
Esercizi in supervisione: prima impressione - ascolto attivo.
Debriefing.

2° Giornata - Le funzioni antispreco e l'area di comfort. Errore/Fallimento. La struttura di una sessione di Coaching: le fasi di sessione. - Parlare da Coach, le parole vietate - Come esporre e ascoltare un feedback.
Esercizi in supervisione sull'espressione e ricezione di un feedback.
Pratica supervisionata: creare contesto, presentassi e presentare il coaching, esposizione situazione attuale, ricapitolazione.
Debriefing.

3° Giornata – Obiettivo: cos'è, modello SMART, di percorso, di sessione. I Feedback del Coach, cosa sono a cosa servono. Fatti/Opinioni - Vittima/Responsabile - La cultura degli alibi / Fuori/Dentro la mia portata - Accettazione/Tolleranza - Legittimità delle opinioni - Legittimo sé/legittimo altro - Essere/Fare - Aspettativa/Richiesta - Sogno/Visione - Impegno/Obbligo - Devo/Voglio - Dire di sì/Dire di no.
Esercizi in supervisione sull'obiettivo - SMART - di sessione.
Esercizi in supervisione sui feedback del coach fatti/opinioni - essere/fare - aspettativa/richiesta.
Pratica supervisionata: creare contesto, presentassi e presentare il coaching, monitoraggio, esposizione situazione attuale, ricapitolazione, feedback del coach.
Debriefing.

VOGLIO DIVENTARE UN PROFESSIONISTA, QUESTA FORMAZIONE È ADATTA AL MIO PROGETTO?

La scuola per Coach Durga è orientata a formare Coach Professionisti autonomi e competenti: oltre alla formazione professionalizzante e completa, potrai contare su servizi su misura e consulenti a tua disposizione. Il percorso di studi può essere completato con START, l'avvio professionale specifico per Coach e Professionisti d'Aiuto.

VOGLIO CRESCERE IN AZIENDA E NEL MIO ATTUALE LAVORO: NON VOGLIO APRIRE P.IVA. LA FORMAZIONE FA PER ME?

Le tecniche di coaching che si acquisiscono con la formazione sono spendibili in vari ambiti: chi lavora in azienda o gruppi di lavoro può migliorare le proprie competenze e vedersi riconosciuti skills in ambito Risorse Umane, Team e Group, Leadership, Formazione/Docenza, Problem Solving, Mediazione e Intermediazione, Motivazionale…

Aula

4° Giornata – Convincere/Aver ragione - Vulnerabilità/Debolezza - Risentimento/Quiedora/Preoccuparsi - Esigenza/Eccellenza - E/O -Il silenzio - Le domande: aperte, chiuse, in 'o', di disambiguazione. Le domande nella fasi di sessione.
Esercizi in supervisione convincere/aver ragione.
Esercizi in supervisione sulle domande.
Pratica supervisionata: monitoraggio, esposizione situazione attuale, ricapitolazione, focus situazione attuale, feedback del coach.
Debriefing.

Incontro online - 9,00/13,00
Deontologia - Il quadro formale e legale di riferimento italiano ed europeo per svolgere l'attività di Coaching. Coach Professionista, lavorare professionalmente come coach, le tipologie di coaching puro, le specializzazioni. AICP, Processo di Coaching, Carta Etica e Competenze Distintive.

5° Giornata – Le opinioni come motore delle nostre azioni – Opinioni funzionali e opinioni limitanti - Come lavorare in sessione sulle opinioni limitanti, le domande adatte. Costi/Benefici - Beneficio nascosto - Generosità/Offerta - Disponibile/A Disposizione.
Esercizi in supervisione sulle opinioni limitanti.
Pratica supervisionata: monitoraggio, esposizione situazione attuale, ricapitolazione, focus situazione attuale, feedback del coach.
Debriefing.

Incontro online - 18,00/20,00
Integrare il coaching nella propria professione, la *sessione mista*. Dimostrazione pratica di *sessioni miste* differenti, scegliere il proprio protocollo di sessione.

6° Giornata – La situazione ideale, la visione di sé nel futuro, le domande adatte, lo strumento LA SEDIA DEL FUTURO - Il piano d'azione, le domande - La conclusione di sessione, feedback del coachee, debriefing, le domande, la cura delle informazioni.
Esercizi in supervisione la sedia del futuro.
Pratica supervisionata: esposizione situazione attuale, ricapitolazione, focus situazione attuale, focus sulla situazione ideale, feedback del coach, il piano d'azione, la conclusione di sessione.
Debriefing.

PERCHÈ A DURGA

- perché **farai pratica fino a quando non ti sentirai sicuro** e avrai acquisito tutte le competenze, con una supervisione accurata ed efficace
- perchè **ti sentirai accompagnato in modo personalizzato**, sperimenterai di persona la nostra attenzione per le necessità e le caratteristiche uniche di ogni studente
- perché **il tuo progetto professionale personale ci interessa molto** e (se lo vuoi) sarai accompagnato fino ad essere in grado di avviare in sicurezza e senza fare errori la tua attività professionale
- perché **costa meno** (confronta i prezzi sommando tutto ciò che serve per raggiungere il traguardo finale)

Aula

7° Giornata - Le emozioni in coaching - La rabbia, il senso di colpa, cenni di comunicazione nonviolenta - Le competenze distintive di AICP.
Pratica supervisionata: monitoraggio, esposizione situazione attuale, ricapitolazione, focus situazione attuale, feedback del coach.
Pratica supervisionata: esposizione situazione attuale, ricapitolazione, focus situazione attuale, feedback del coach.
Debriefing.

8° Giornata – oach Professionista, lavorare professionalmente come coach, le tipologie di coaching puro, le specializzazioni - Integrare il coaching nella propria professione, la *sessione mista*. Modello di business, identità professionale, curare la presentazione. Fuori dalle *sessioni miste*. Dimostrazione pratica di *sessioni miste* differenti, scegliere il proprio protocollo di sessione. Impiego di strumenti, la RUOTA DELLA VITA, matrice KISS, debriefing con le 4 I.
Pratica supervisionata: monitoraggio, esposizione situazione attuale, ricapitolazione, focus situazione attuale, feedback del coach.
Debriefing.

9° Giornata – Esame finale scritto con domande a risposta multipla e domande aperte.
Gli strumenti in coaching, a cosa servono e come si usano, quali sono, dove trovarli - Dimostrazione pratica di alcuni strumenti IL CRUSCOTTO, il FILM DELLA VITA, la BARRA DELL'AUTOSTIMA…
Pratica supervisionata: monitoraggio, esposizione situazione attuale, ricapitolazione, focus situazione attuale, feedback del coach.
Pratica supervisionata: esposizione situazione attuale, ricapitolazione, focus situazione attuale, feedback del coach.
Chiusura attività e raccolta dei feedback complessivi.
Debriefing

Coaching individuale

2 ore di sessione individuale
due sessioni di coaching individuale online, di 1 ora ciascuna, da fruire ad inizio corso.

Supervisione

4 ore di supervisione
quattro sessioni online di 1 ora ciascuna.
Supervisione a sessioni di coaching individuale sostenute dall'allievo con coachee esterni, procurati dal corsista stesso.

Esame finale e tesina

Il percorso in aula si conclude con un esame finale in sede a cui segue il tirocinio supervisionato e la stesura di una tesina da concordare con la docente.

MANUALISTICA

La Manualistica è editata da DURGA.

DIVENTARE COACH

Il superamento delle verifiche finali al termine del tirocinio, mette il corsista nella condizione di poter richiedere l'iscrizione al Registro professionale Coach Professionisti di AICP, (Associazione Coach Professionisti iscritta al Ministero dello Sviluppo Economico, secondo la Legge n° 4/2013), ottenendo l'Attestazione di Qualità Professionale di Coach Professionista.
Il Coach Professionista ha inoltre la possibilità di ottenere la Certificazione UNI (11601:2024) del servizio erogato e la Certificazione CEPAS delle competenze.

DIVENTARE PROFESSIONISTA

Per quel che riguarda l'avvio della propria attività professionale, il Coach può contare sull'accompagnamento di Durga per la messa a fuoco del proprio progetto professionale, la definizione della propria identità professionale, la creazione della comunicazione, l'avvio della ricerca dei clienti, e l'adempimento di tutti gli aspetti fiscali, legali e burocratici.
Oltre a molti servizi su misura per partire.
Vedi come avviare la tua attività professionale con Durga.

CODICE DI CONDOTTA DEL COACH E CARTA ETICA

Il Corso di Formazione COACH PROFESSIONISTA si attiene e rispetta il codice di condotta espresso nella Carta Etica di AICP che ogni corsista si impegna a conoscere e a rispettare a sua volta.

LEZIONI PERSE ASSENZE

Per poter ottenere il Titolo di Studio di Coach Professionista, valido per l'iscrizione AICP, il totale delle assenze non può superare il 5% del monte ore totale (pari a 4 ore totali di assenza). In caso di assenze maggiori del 5%, occorre recuperare la mancata formazione tramite lezioni individuali a pagamento, con modalità ed in misura da stabilirsi. In ogni caso, non sarà possibile superare il 20% delle assenze.
La presenza a tutto il corso è condizione importante e necessaria per la corretta fruizione del contenuto.
In caso di assenza il partecipante ha diritto in via di cortesia a riaccedere gratuitamente alla/e lezione persa/e in occasione di un edizione successiva del corso.
Nel caso in cui non vengano più erogate edizioni successive del corso, o ne vengano cambiati parzialmente i contenuti, il partecipante non ha nulla da pretendere da Durga.

INFORMAZIONI PRATICHE CONDIZIONI DI PARTECIPAZIONE

Non è richiesto materiale particolare se non quello consueto per prendere appunti.
Le registrazioni audio sono ammesse.
Non è richiesto un abbigliamento particolare.
Le pause pranzo durano circa un'ora e sono autogestite: è anche possibile portare del cibo da casa e consumarlo in aula.
Le iscrizioni si chiudono all'eventuale raggiungimento del numero limite di partecipanti.
Il posto sarà tenuto occupato solo in presenza del saldo.
Il corso sarà avviato solo al raggiungimento del numero minimo di partecipanti.
N° minimo dei partecipanti 6, numero massimo 20.
N.B. La quota di partecipazione versata non potrà essere restituita nemmeno parzialmente e per nessun motivo.
Solo in caso di gravi e documentati motivi di salute che obblighino l'iscritto all'interruzione del corso, sarà possibile riaccedere al corso successivamente, senza oneri e nella misura di quanto non usufruito.
In alternativa, in caso di impossibilità di partecipazione, può essere comunicato il nominativo di una persona interessata a frequentare al proprio posto, purché la comunicazione avvenga prima dell'inizio del corso. In caso di eventuale non attivazione del corso, la quota versata sarà restituita per intero.
I contenuti e il calendario possono subire variazioni per cause impreviste. In questo caso sarà nostra premura avvisare tempestivamente i partecipanti.
Con l'iscrizione al corso, si accettano implicitamente tutte le regole qui elencate.