



La confrontazione benevola e la ristrutturazione sono due tecniche potenti nel coaching del mindset, che aiutano il cliente a prendere coscienza delle sue incoerenze, dei suoi punti ciechi e delle sue credenze limitanti, aprendo nuove prospettive di cambiamento. La confrontazione benevola consiste nel mettere in discussione con rispetto ed empatia le contraddizioni, le evasioni o le resistenze del cliente, al fine di invitarlo ad esplorare più profondamente la sua esperienza e ad assumersi la responsabilità delle sue scelte. Ad esempio, se un cliente afferma di voler cambiare carriera ma rinuncia costantemente alle azioni concrete, il coach può affrontare delicatamente: "La sento dire che questa riconversione è essenziale per lei, ma noto che rimanda sempre le procedure. Cosa la frena realmente in questo progetto?"

La ristrutturazione, invece, è una tecnica che consiste nel proporre al cliente una nuova interpretazione o un nuovo punto di vista sulla sua situazione, per aiutarlo ad uscire dai suoi schemi di pensiero abituali ed a considerare possibilità inedite. La ristrutturazione può riguardare il significato dato a un evento, le credenze sottostanti a un comportamento o i presupposti impliciti di una situazione. Ad esempio, di fronte a un cliente che vive un fallimento professionale come un disastro irreparabile, il coach può proporre una ristrutturazione: "E se questo fallimento fosse in realtà un'opportunità mascherata, che la invita a ridefinire le sue priorità e a rimbalzare verso un progetto più allineato con i suoi valori?"

La confrontazione benevola e la ristrutturazione sono particolarmente utili per lavorare sul mindset del cliente, in quanto permettono di mettere in luce le credenze, i valori e gli schemi di pensiero che sottendono le sue azioni e le sue emozioni. Confrontando con tatto le incoerenze e proponendo ristrutturazioni pertinenti, il coach può aiutare il cliente a rendere più flessibile il suo mindset, a mettere in discussione le sue limitazioni e ad aprirsi a nuovi

modi di vedere e di agire.

Ecco alcuni esempi concreti dell'uso della confrontazione benevola e della ristrutturazione nel coaching del mindset:

- Di fronte a un cliente che si lamenta costantemente del suo "tossico" manager senza mai osare fare dei feedback, il coach può confrontare: "La sento ripetere che il suo manager le avvelena la vita, ma constato che non gli ha mai espresso direttamente i suoi sentimenti. Cosa le impedisce di affermarsi in questa relazione? Quali sono le credenze che la trattengono?"

- Per un cliente che sta vivendo un divorzio doloroso e che si sente vittima della situazione, il coach può proporre una ristrutturazione: "E se questo divorzio fosse in realtà un punto di svolta cruciale nella sua vita, che le offre l'opportunità di riconnettersi ai suoi bisogni profondi e di ricostruire la sua identità su basi più solide? Quali sarebbero gli insegnamenti preziosi che potrebbe trarre da questa prova?"

- Con un cliente che si sente bloccato nella sua carriera e che attribuisce le sue difficoltà alla "sfortuna" o al "sistema", il coach può confrontare: "La sento dare la colpa a fattori esterni per spiegare la sua insoddisfazione professionale. Ma qual è la sua responsabilità in questa situazione? Quali sono le decisioni e le azioni che ha preso o evitato, che potrebbero aver contribuito a questo senso di impasse?"

L'arte della confrontazione benevola e della ristrutturazione richiede finezza, discernimento e creatività da parte del coach. Non si tratta di giudicare o di intrappolare il cliente, ma di invitarlo con rispetto a guardare in faccia la sua realtà e a considerare nuove possibilità. Ciò implica la creazione di un clima di fiducia e di sicurezza, in cui il cliente si sente abbastanza connesso per accogliere queste interventi come opportunità di crescita.

La confrontazione e la ristrutturazione devono essere utilizzate con parsimonia e pertinenza, basandosi su un solido legame di lavoro e una fine comprensione del mondo interiore del cliente. Usate con giustizia ed empatia, queste tecniche possono essere potenti catalizzatori di consapevolezza e trasformazione del mindset, sconvolgendo le zone di comfort ed espandendo il campo delle possibilità. È un'arte sottile che richiede allenamento, intuizione e audacia, ma che può aprire breccie decisive nelle impasse apparenti e liberare risorse insospettite nel cliente.

Punti chiave da ricordare:

- La confrontazione benevola e la ristrutturazione sono due tecniche potenti nel coaching del mindset per aiutare il cliente a prendere consapevolezza delle sue incoerenze, punti ciechi e credenze limitanti.

- La confrontazione benevola consiste nel mettere in discussione con rispetto ed empatia le contraddizioni, evasioni o resistenze del cliente al fine di invitarlo ad esplorare la sua esperienza e ad assumersi la responsabilità delle sue scelte.

- La ristrutturazione propone una nuova interpretazione o un nuovo punto di vista sulla situazione del cliente al fine di aiutarlo ad uscire dai suoi schemi di pensiero abituali e a considerare possibilità inedite.

- Queste tecniche permettono di mettere in luce le credenze, i valori e gli schemi di pensiero che sottostanno alle azioni ed alle emozioni del cliente, e lo aiutano a rendere più flessibile il suo mindset e ad aprirsi a nuove prospettive.

- L'arte della confrontazione benevola e della ristrutturazione richiede finezza, discernimento e creatività da parte del coach, oltre a un clima di fiducia e di sicurezza nella relazione.

- Utilizzate con parsimonia, giustizia ed empatia, basandosi su un solido legame di lavoro, queste tecniche possono essere potenti catalizzatori di consapevolezza e trasformazione del mindset del cliente.