

VOLARE ^{in alto}

il coaching: per far decollare la tua mente

Il coach aiuta a strutturare piani di azione concreti e realizzabili, mirati al raggiungimento di risultati nel minor tempo possibile, per acquisire sicurezza attraverso la consapevolezza delle proprie azioni. Avvalendosi di modelli di riferimento, favorisce le persone a prendere coscienza definendo obiettivi e strategie migliori ed eliminando ostacoli che spesso sono solo mentali.

PER TUTTE LE TUE DOMANDE SCRIVI A: info@flyupcoaching.com

pubblicheremo la tua lettera con la risposta mensilmente in questa rubrica*

Buon giorno sig. Boi,

Sono mamma di un bellissimo bambino di 2 anni, vivace e affettuoso che mi assorbe quasi interamente la giornata.

Prima di avere Matteo, lavoravo come impiegata in un'azienda, il mio lavoro mi piaceva molto ma, insieme a mio marito, abbiamo valutato di comune accordo di lasciare temporaneamente il mio lavoro e prendermi un'aspettativa di 2 anni per occuparmi esclusivamente di Matteo.

A settembre dovrò prendere una decisione, tornare a lavorare (se non torno perdo il lavoro perchè ho esaurito l'aspettativa) non vedendo crescere Matteo oppure rimanere a casa seguendo il mio bambino rinunciando così ad un lavoro a cui tengo?

non so cosa fare... ho chiesto all'azienda per la quale lavoro la possibilità di fare un part time in modo da conciliare entrambe le cose ma non c'è la disponibilità in questo senso.

io sono veramente entusiasta di vedere Matteo crescere e assaporo ogni minuto trascorso con lui, sentire le sue prime parole, giocare con lui, leggergli le fiabe prima di metterlo a letto, però il dilemma lavoro mi toglie serenità e quindi sono spesso triste e ho voglia di piangere.

Mi sembra anche di avere tutta io la responsabilità di Matteo, io ho cambiato la mia vita per lui mentre mio marito non ha modificato in nulla la sua esistenza, continua a lavorare come prima, va a giocare a pallone con gli amici una sera alla settimana e in casa, con la scusa che io sono tutto il giorno libera, non mi aiuta minimamente

Ma il bambino lo abbiamo voluto in due non solo io..... perchè solo io devo cambiare tutta la mia vita ?

Mi può dare una mano a fare chiarezza dentro di me?

La ringrazio.
Miriam

Cara Miriam,

è bello leggere una mamma che è veramente entusiasta di vedere il proprio figlio crescere, oltre tutto sapendo che Matteo è vivace ed affettuoso e che ti

assorbe interamente la giornata.

Due anni fa con tuo marito avete fatto quella valutazione che ti ha portato a lasciare temporaneamente il tuo lavoro per occuparti esclusivamente di Matteo.

Questa scelta è stata una scelta importante perché rinunciare ad un lavoro a cui si tiene, anche se per un periodo, è sempre una decisione forte ed impegnativa.

Dalle tue righe si percepisce che sei ad un bivio che ti porta a delle rinunce, da una parte rinunciare a veder crescere Matteo e ad assaporare il tempo trascorso con lui con tutte le sue conquiste, dall'altra rinunciare al tuo lavoro che ti piace molto.

Nel mezzo di questo si evince un problema, il rammarico di vedere tuo marito che continua a vivere la sua esistenza senza modificare nulla, mentre tu hai cambiato la tua vita per vostro figlio.

Ti chiedo se tu dovessi consigliare ad una tua amica nello scegliere la vita professionale o il piacere di essere mamma cosa le diresti di fare?

Ed io, nello stesso modo porgo a te la stessa domanda.

Prendi due fogli di carta dividili a metà da una parte scrivi Matteo dall'altra lavoro, sul primo foglio, per ogni colonna scrivi le cose che ti fanno piacere nel vedere crescere Matteo e le cose che ti fanno piacere nel tornare al lavoro, nel secondo foglio scrivi le cose che ti fanno soffrire nel lasciare Matteo e le cose che ti fanno soffrire nel lasciare il tuo lavoro nella tua azienda. Considera anche le conseguenze che ne potrebbero derivare.

Nel lasciare Matteo, hai pensato a quanto può essere utile per lui frequentare un asilo nido dove si può confrontare giornalmente con i suoi pari? E nel tempo rimanente godere, se c'è la possibilità, dell'affetto dei nonni?

In entrambi i casi, alcuni studi di pedagogia infantile ne descrivono i benefici.

Questa è una delle soluzioni che permetterebbe a te di tornare al tuo lavoro e a Matteo di poter gustare ulteriori opportunità oltre a quelle che gli dai tu.

Inoltre Miriam ti voglio far rileggere quanto hai scritto.

"io sono veramente entusiasta di vedere Matteo crescere e **assaporo** (io) ogni minuto trascorso con lui, **sentire** (io) le sue prime parole, **giocare** (io) con lui, **leggergli** (io) le fiabe prima di **metterlo** (io) a letto..."

Voglio che tu prenda coscienza che la frase che hai

scritto è scritta tutta in prima persona. Cosa ne pensi? Può apparire un comportamento "egoistico"?

Ti chiedo, questo comportamento che hai avuto nei confronti di tuo figlio potrebbe avere esautorato tuo marito dalla responsabilità di Matteo?

Se fosse così, questo spiegherebbe perché tuo marito non ha modificato nulla nella sua esistenza.

Prima di lasciarti voglio che tu rifletta sui tuoi comportamenti nei confronti di Matteo, trovati nuove stadi per soddisfare il tuo egoismo, questo permetterà ed obbligherà tuo marito di prendersi quelle responsabilità che ad oggi ha tralasciato di fare.

Il lavoro potrebbe essere una di queste strade.

Un caro saluto
Enrico

IL NOSTRO COACH:

ENRICO BOI

coach life, coach esecutive, carrier coach

FLY UP

training coaching consulting

Piazzale Cadorna, 29 Bassano VI

www.flyupcoaching.com

tel. 0424.228938

345.6088883 - 347.3487674

*ANCHE IN FORMA ANONIMA.

I tuoi dati saranno trattati nel rispetto del segreto professionale

