



CENTRO STUDI SCUOLA PARENT COACH | CASO STUDIO

CENTRO STUDI SCUOLA PARENT COACH

L'IMPATTO DEL PARENT COACHING SULLA RELAZIONE E SULLO SVILUPPO DEL GENITORE

Caso studio con metodologia, analisi e cambiamenti osservati

*Collana "Caso Studio Parent Coaching" – Volume 1
Edizione 2026*

ECOSISTEMA MASTER COACH ITALIA | Scuola di Parent Coaching
"Formiamo coach, trasformiamo famiglie"

Sedi: Bari, Roma e Milano

www.scuolaparentcoaching.it – info@scuolaparentcoach.it - Numero Verde: 800.960214 - WhatsApp: 3475820941
MasterCoachItalia srls | P. Iva 08365540726



CENTRO STUDI SCUOLA PARENT COACH | CASO STUDIO

Nota editoriale

© 2026 Scuola Parent Coaching. Tutti i diritti riservati.

Il presente documento ha finalità formative e divulgative. Non costituisce una ricerca sperimentale, una valutazione clinica, un intervento psicologico, una diagnosi, un trattamento sanitario o una promessa di risultati educativi. Il caso descritto è composito: integra situazioni ricorrenti, opportunamente anonimizzate e rielaborate, per illustrare il processo di Parent Coaching e tutelare la riservatezza delle persone.

Titolo: L'impatto del Parent Coaching sulla relazione e sullo sviluppo del genitore. Caso studio con metodologia, analisi e cambiamenti osservati. Edizione 2026.

Editore: Centro Studi Scuola Parent Coach.

ECOSISTEMA MASTER COACH ITALIA | Scuola di Parent Coaching
"Formiamo coach, trasformiamo famiglie"

Sedi: Bari, Roma e Milano

www.scuolaparentcoaching.it – info@scuolaparentcoach.it - Numero Verde: 800.960214 - WhatsApp: 3475820941
MasterCoachItalia srls | P. Iva 08365540726



CENTRO STUDI SCUOLA PARENT COACH | CASO STUDIO

INDICE

Prefazione

Executive Summary

Introduzione

1. Il contesto del caso

2. Il profilo del coachee

3. L'esecuzione del percorso secondo il Metodo della Scuola Parent Coaching

3.1 Fase 1: Comprensione del tema – Stato Presente

3.2 Fase 2: Esplorazione dell'obiettivo – Stato Desiderato

3.3 Fase 3: Allineamento dell'obiettivo alla persona

3.4 Fase 4: Definizione delle strategie

3.5 Fase 5: Sperimentazione, apprendimento e adattamento

3.6 Fase 6: Consolidamento e autonomia

Il ruolo del Parent Coach nel caso studio

Il monitoraggio dei progressi durante il caso studio

4. Prima fase del percorso: comprendere il tema del genitore

5. Seconda fase del percorso: esplorazione dell'obiettivo

5.1 Dalla richiesta iniziale al cambiamento desiderato

5.2 Il ruolo del Parent Coach

5.3 Osservazioni metodologiche

6. Terza fase del percorso: l'allineamento dell'obiettivo

6.1 Dal cambiamento desiderato all'obiettivo ben formato

6.2 Valori, identità e motivazione: il coaching generativo nello genitorialità

6.3 Un obiettivo finalmente allineato

6.4 Osservazioni metodologiche

7. Quarta fase del percorso: dalla consapevolezza alla strategia

7.1 Dalla riflessione all'azione

7.2 La costruzione del piano d'azione

7.3 Il ruolo del Parent Coach

7.4 Osservazioni metodologiche

8. Quinta fase del percorso: sperimentazione, apprendimento e adattamento

8.1 I primi cambiamenti e risultati

8.2 Le difficoltà incontrate

8.3 La riflessione sull'esperienza

8.4 L'adattamento delle strategie

ECOSISTEMA MASTER COACH ITALIA | Scuola di Parent Coaching

"Formiamo coach, trasformiamo famiglie"

Sedi: Bari, Roma e Milano

www.scuolaparentcoaching.it – info@scuolaparentcoaching.it - Numero Verde: 800.960214 - WhatsApp: 3475820941

MasterCoachItalia srls | P. Iva 08365540726



8.5 Osservazioni metodologiche

9. Sesta fase del percorso: consolidamento e sviluppo dell'autonomia

- 9.1 Integrare gli apprendimenti
- 9.2 I cambiamenti osservati durante il caso studio
- 9.3 Le difficoltà che rimangono nel caso studio
- 9.4 Il piano di mantenimento
- 9.5 Il ruolo del Parent Coach nel caso studio
- 9.6 Osservazioni metodologiche nel caso studio

10. Analisi dei cambiamenti osservati nel caso studio

- 10.1 Evoluzione rispetto agli obiettivi iniziali
- 10.2 Abilità sviluppate nel caso studio
- 10.3 Gli aspetti ancora in evoluzione
- 10.4 Considerazioni finali

11. Lezioni apprese dal caso studio

- 11.1 Un obiettivo ben costruito orienta l'intero percorso
- 11.2 L'allineamento è una condizione del cambiamento
- 11.3 La consapevolezza da sola non basta
- 11.4 Gli ostacoli fanno parte del percorso
- 11.5 Il cambiamento richiede continuità
- 11.6 Il Parent Coaching favorisce autonomia
- 11.7 La metodologia sostiene il processo

12. Il caso studio alla luce della letteratura scientifica

- 12.1 Il ruolo dell'obiettivo
- 12.2 Autoefficacia, fiducia e autoregolazione
- 12.3 L'apprendimento esperienziale nello genitorialità
- 12.4 Autonomia e motivazione
- 12.5 Una lettura metodologicamente prudente
- 12.6 Considerazioni conclusive

13. Limiti del caso studio

Conclusioni

FAQ

- Che cos'è un caso studio di coaching?
- Il caso descritto riguarda una persona reale?
- Il coaching garantisce risultati?
- Qual è la caratteristica principale del Metodo della Scuola Parent Coaching?
- Quali competenze sviluppa il coaching?

Glossario

- Coachee



CENTRO STUDI SCUOLA PARENT COACH | CASO STUDIO

- Coach
- Obiettivo ben formato
- Allineamento
- Autonomia
- Apprendimento esperienziale

Bibliografia essenziale

ECOSISTEMA MASTER COACH ITALIA | Scuola di Parent Coaching
"Formiamo coach, trasformiamo famiglie"

Sedi: Bari, Roma e Milano

www.scuolaparentcoaching.it – info@scuolaparentcoach.it - Numero Verde: 800.960214 - WhatsApp: 3475820941
MasterCoachItalia srls | P. Iva 08365540726



CENTRO STUDI SCUOLA PARENT COACH | CASO STUDIO

Prefazione

Negli ultimi anni il Parent Coaching ha trovato uno spazio crescente nei contesti familiari ed educativi e nei percorsi individuali rivolti ai genitori. Parallelamente alla diffusione della disciplina è aumentata l'esigenza di descriverne con rigore il funzionamento, distinguendolo dalla consulenza educativa, dalla psicologia, dalla psicoterapia e dagli interventi sanitari.

Con questo obiettivo nasce "L'impatto del Parent Coaching sulla relazione e sullo sviluppo del genitore", un caso studio del Centro Studi della Scuola Parent Coaching rivolto a coach, studenti, genitori, educatori e professionisti interessati ai processi di crescita nella genitorialità.

Il caso analizza un percorso strutturato, esplicita le scelte metodologiche e osserva i cambiamenti che possono maturare quando il genitore partecipa attivamente al processo. Il focus non è sulla prescrizione di regole educative o sulla proposta di ricette familiari: il Parent Coaching lavora sulla consapevolezza, sugli obiettivi, sulle risorse interne, sulla responsabilità personale e sulla capacità di trasformare l'esperienza in apprendimento.

Il caso non intende dimostrare che il Parent Coaching sia una soluzione universale o che produca effetti identici in ogni situazione. Ogni percorso dipende dal contesto, dalla qualità della relazione professionale, dall'impegno del genitore, dalla chiarezza degli obiettivi, dalle dinamiche familiari e dalle condizioni nelle quali il cambiamento viene sperimentato.

Gli indicatori utilizzati sono descrittivi e qualitativi: non sono misurazioni cliniche e non possiedono valore statistico. La Scuola Parent Coaching promuove una cultura del Parent Coaching fondata su competenza, etica, responsabilità, apprendimento continuo e rispetto dell'unicità della persona e della famiglia.

Questo caso studio si inserisce in tale visione e intende offrire uno strumento per comprendere non soltanto che cosa avviene durante un percorso di Parent Coaching, ma anche perché determinate scelte metodologiche possono favorire presenza, fiducia, continuità, azione e autonomia.

Executive Summary

Il caso studio analizza l'evoluzione di una madre di 42 anni, con due figli di 8 e 12 anni, impegnata nel conciliare responsabilità familiari e professionali. Il genitore possiede buone risorse personali e una relazione affettiva solida con i figli, ma riferisce una crescente difficoltà a mantenere calma, chiarezza e coerenza nei momenti di conflitto.

La richiesta iniziale riguarda la perdita di pazienza, la difficoltà a mantenere lucidità nei momenti critici e la tendenza a interpretare una reazione impulsiva come prova di essere un genitore inadeguato. Il percorso mostra tuttavia che il nodo principale non è soltanto "controllare la rabbia": riguarda il modo in cui il genitore interpreta il comportamento dei figli, il giudizio esterno, il senso di colpa, l'errore educativo e il proprio valore personale.

Il percorso viene progettato secondo il Metodo della Scuola Parent Coaching, utilizzando il coaching generativo, e si articola in sei fasi: [coaching generativo](#)

1. comprendere il tema portato dal genitore (Stato Presente);
2. esplorare l'obiettivo e il futuro desiderato (Stato Desiderato);
3. allineare l'obiettivo alla persona attraverso l'Obiettivo Ben Formato;
4. definire risorse interne, strategie e micro-obiettivi;
5. sperimentare, apprendere e adattare attraverso piano d'azione e compiti tra le sessioni;
6. consolidare gli apprendimenti e sviluppare autonomia.

ECOSISTEMA MASTER COACH ITALIA | Scuola di Parent Coaching
"Formiamo coach, trasformiamo famiglie"

Sedi: Bari, Roma e Milano

www.scuolaparentcoaching.it – info@scuolaparentcoaching.it - Numero Verde: 800.960214 - WhatsApp: 3475820941
MasterCoachItalia srls | P. Iva 08365540726



CENTRO STUDI SCUOLA PARENT COACH | CASO STUDIO

Lo stato presente viene esplorato quanto basta per comprendere il contesto, senza prolungare la narrazione del problema. L'attenzione viene orientata rapidamente verso il cambiamento desiderato e verso la costruzione di un obiettivo ben formato. La verifica dell'allineamento assume un ruolo centrale: un obiettivo genitoriale può essere chiaro e misurabile, ma essere alimentato soprattutto da aspettative esterne, paura del giudizio o bisogno di conferma.

Nel caso analizzato, l'obiettivo evolve dalla generica volontà di "non perdere più la pazienza" alla scelta di diventare un genitore capace di restare presente, autorevole e coerente anche nei momenti difficili, utilizzando gli episodi critici come informazioni per apprendere e non come verdetti sul proprio valore.

Le difficoltà emerse vengono utilizzate come dati per apprendere e adattare il piano d'azione. Al termine del percorso si osservano:

- maggiore stabilità del focus durante i momenti di conflitto;
- più rapidità nel recupero dopo una reazione impulsiva;
- migliore qualità del dialogo interno;
- maggiore coerenza tra intenzioni educative e comportamenti quotidiani;
- aumento della percezione di autoefficacia;
- maggiore capacità di riconoscere e gestire i vecchi automatismi.

Il risultato più importante non consiste nell'eliminazione definitiva della tensione o dei conflitti, ma nello sviluppo dell'autonomia necessaria per affrontarli in modo più consapevole e funzionale. Il caso mette inoltre in relazione le osservazioni emerse con alcuni riferimenti della letteratura su obiettivi, autoefficacia, motivazione, apprendimento esperienziale e genitorialità, esplicitando i limiti metodologici dell'analisi.

Introduzione

Il Parent Coaching è un'applicazione del coaching orientata allo sviluppo del potenziale del genitore, al raggiungimento di obiettivi significativi e alla costruzione di modalità più consapevoli di affrontare comunicazione, regole, conflitti, emozioni e cambiamento familiare.

Un caso studio permette di osservare concretamente:

- come una richiesta iniziale venga trasformata in una direzione di lavoro;
- come un obiettivo genitoriale venga chiarito e allineato;
- come le strategie vengano costruite senza sostituirsi alle scelte educative della famiglia;
- come gli apprendimenti possano essere sperimentati nelle interazioni quotidiane e nei momenti di conflitto;
- come il genitore possa diventare progressivamente più autonomo.

A differenza di una guida teorica, un caso studio ricostruisce il processo. Descrive il contesto, esplicita le scelte metodologiche, analizza le difficoltà e mette in relazione le azioni con i cambiamenti osservati. Il suo valore non consiste nel fornire una formula replicabile, ma nell'offrire una base per la riflessione professionale.

1. Il contesto del caso

Ogni percorso di Parent Coaching nasce da un'esigenza di cambiamento. Il caso analizzato prende avvio in una fase familiare caratterizzata da frequenti contrasti, soprattutto nei momenti di regole, compiti, uso dei dispositivi e routine serali. Il genitore alterna momenti di dialogo efficace ad altri nei quali alza il tono, insiste e poi prova senso di colpa.

La richiesta iniziale riguarda soprattutto la capacità di "restare lucida nei conflitti". Il genitore desidera lavorare su più aspetti:

ECOSISTEMA MASTER COACH ITALIA | Scuola di Parent Coaching
"Formiamo coach, trasformiamo famiglie"

Sedi: Bari, Roma e Milano

www.scuolaparentcoaching.it – info@scuolaparentcoach.it - Numero Verde: 800.960214 - WhatsApp: 3475820941
MasterCoachItalia srls | P. Iva 08365540726



- sentirsi meno sotto pressione quando emergono opposizioni o richieste ripetute;
- mantenere lucidità nei momenti di conflitto;
- non trasformare un singolo episodio difficile in un giudizio globale su di sé;
- recuperare calma e fiducia più rapidamente;
- portare nei momenti difficili la qualità relazionale presente nei momenti sereni.

Dietro questa richiesta emergono tuttavia questioni più profonde. Il problema non riguarda soltanto l'attivazione emotiva durante il conflitto, ma anche il modo in cui il genitore interpreta il comportamento dei figli, il giudizio degli altri, il confronto con altri modelli familiari, il proprio standard ideale e il significato personale attribuito al ruolo genitoriale.

2. Il profilo del coachee

La protagonista del caso studio è una madre di 42 anni, con due figli di 8 e 12 anni. Lavora a tempo pieno, condivide la responsabilità educativa con il partner e descrive una famiglia affettuosa ma attraversata da tensioni ricorrenti. Negli ultimi mesi l'aumento delle richieste quotidiane e delle aspettative verso sé stessa ha modificato il suo modo di vivere la genitorialità.

Negli ultimi mesi il genitore riferisce:

- una crescente tensione nei momenti di maggiore carico familiare;
- la sensazione di dover essere sempre un genitore efficace e coerente;
- difficoltà a restare focalizzata sull'obiettivo educativo quando un figlio si oppone;
- dialogo interno severo dopo aver alzato la voce o perso la pazienza;
- tendenza a confrontarsi con altri genitori e con modelli ideali di famiglia;
- riduzione del piacere nella relazione quotidiana;
- distanza crescente dai valori di cura, ascolto e crescita che desidera esprimere come madre.

Durante il colloquio preliminare emergono anche alcune tendenze ricorrenti:

- interpretare un errore come segnale che “sto sbagliando tutto”;
- modificare eccessivamente il proprio approccio dopo un episodio negativo;
- cercare conferme esterne dal partner, dagli altri genitori o dalla risposta dei figli;
- confondere l'esito di un episodio con la qualità complessiva della relazione;
- mantenere standard molto elevati e poco flessibili;
- pensare alle conseguenze future mentre il conflitto è ancora in corso.

Il nodo principale non riguarda una mancanza di competenze educative. Il genitore possiede già numerose risorse per prendersi cura dei figli. Il bisogno riguarda soprattutto la capacità di recuperare chiarezza, orientare il focus, riconoscere le proprie risorse, gestire gli errori in modo più funzionale e vivere la relazione in maggiore coerenza con il proprio modo di essere genitore.

La domanda risulta coerente con le finalità del Parent Coaching: sviluppo della consapevolezza, incremento dell'autoefficacia, miglioramento dell'efficacia personale e sostegno al raggiungimento di obiettivi concreti, nel rispetto dei confini professionali e delle competenze degli altri specialisti eventualmente coinvolti.



CENTRO STUDI SCUOLA PARENT COACH | CASO STUDIO

3. L'esecuzione del percorso secondo il Metodo della Scuola Parent Coaching

Il Metodo della Scuola Parent Coaching, caratterizzato dal coaching generativo, si articola in sei fasi.

Nella pratica le fasi non sono compartimenti rigidi: durante una sessione possono intrecciarsi, ripetersi e richiamarsi. Il Parent Coach utilizza ascolto, domande potenti e restituzioni per orientare il dialogo e riportare il genitore verso la fase più utile al processo.

3.1 Fase 1: Comprensione del tema – Stato Presente

Il genitore arriva spesso in sessione con un problema: un conflitto ricorrente, una reazione impulsiva, una difficoltà nel mantenere le regole o un momento di sfiducia. In questa fase tende naturalmente a descrivere ciò che non funziona. Il Parent Coach rimane in ascolto ed effettua domande per conoscere e comprendere meglio lo Stato Presente.

Questa fase è utile per instaurare una relazione positiva, costruire fiducia e raccogliere informazioni sul tema. Allo stesso tempo, nel Metodo della Scuola Parent Coaching viene mantenuta intenzionalmente breve: il cuore della sessione non consiste nel ripetere il problema, ma nell'attivare le risorse e orientare il genitore verso ciò che desidera costruire.

3.2 Fase 2: Esplorazione dell'obiettivo – Stato Desiderato

Il genitore deve spesso essere accompagnato dalla descrizione della difficoltà all'espressione di un obiettivo. In questa fase si esplora la richiesta reale di cambiamento. Il pensiero del genitore può essere influenzato dall'episodio recente, dal confronto con altri genitori, dalle aspettative dell'ambiente e da interpretazioni parziali della relazione con i figli.

Il Parent Coach ascolta la richiesta, comprende il contesto e facilita un pensiero più costruttivo, orientato al futuro e sostenibile. L'attenzione viene portata verso il cambiamento desiderato, il risultato da costruire e le evidenze che permetteranno di riconoscerlo.

3.3 Fase 3: Allineamento dell'obiettivo alla persona

Un obiettivo genitoriale può essere ben formulato e allo stesso tempo non essere realmente allineato. Il genitore può desiderare maggiore obbedienza, ordine, risultati scolastici o armonia soprattutto per pressioni esterne, confronto sociale, aspettative familiari o bisogno di conferma. Per questo motivo il Metodo della Scuola Parent Coaching Italia dedica una fase specifica alla verifica dell'allineamento attraverso lo strumento dell'Obiettivo Ben Formato.

Il Parent Coach accompagna il genitore nell'esplorazione di valori personali, identità genitoriale, motivazioni profonde, convinzioni limitanti, eventuali conflitti interni e coerenza tra obiettivo e significato personale. L'obiettivo viene progressivamente chiarito fino a diventare ecologico e capace di alimentare una versione più evoluta e consapevole di sé come genitore.

3.4 Fase 4: Definizione delle strategie

Una volta chiarito e allineato l'obiettivo, il genitore viene accompagnato nella costruzione delle strategie. Il Parent Coach non prescrive soluzioni educative e non si sostituisce alle decisioni familiari. Facilita invece l'esplorazione di alternative, risorse disponibili, ostacoli prevedibili, priorità, azioni sostenibili e criteri di verifica.

Le strategie possono riguardare, ad esempio, la preparazione ai momenti critici, il focus relazionale, il linguaggio interno, la gestione delle pause, l'uso di frasi guida, la qualità del recupero dopo un errore e il modo di rileggere un episodio. Devono essere realistiche, applicabili e coerenti con la persona e con il contesto familiare.

ECOSISTEMA MASTER COACH ITALIA | Scuola di Parent Coaching
"Formiamo coach, trasformiamo famiglie"

Sedi: Bari, Roma e Milano

www.scuolaparentcoaching.it – info@scuolaparentcoaching.it – Numero Verde: 800.960214 - WhatsApp: 3475820941
MasterCoachItalia srls | P. Iva 08365540726



3.5 Fase 5: Sperimentazione, apprendimento e adattamento

Le strategie vengono sperimentate nella realtà familiare, soprattutto attraverso il piano d'azione e i compiti tra una sessione e l'altra. Il genitore osserva che cosa funziona, che cosa incontra resistenze, quali reazioni emergono, quali risorse riesce ad attivare e quali comportamenti devono essere adattati.

L'azione diventa uno strumento di apprendimento. Le interazioni quotidiane e i conflitti forniscono informazioni utili per aggiornare il piano, senza trasformare ogni esito in un giudizio definitivo.

3.6 Fase 6: Consolidamento e autonomia

L'ultima fase è dedicata all'integrazione degli apprendimenti e allo sviluppo dell'autonomia. Il genitore viene accompagnato a riconoscere i cambiamenti maturati, individuare i fattori che li hanno favoriti, identificare segnali di possibili ricadute, costruire strategie di mantenimento e affrontare le sfide future senza dipendere dal Parent Coach.

Il ruolo del Parent Coach nel caso studio

Durante l'intero percorso il Parent Coach non assume il ruolo di psicologo, psicoterapeuta, pedagogo o decisore. Il suo compito consiste nel creare uno spazio di riflessione, facilitare l'apprendimento, stimolare nuove prospettive, sostenere il processo decisionale, mantenere il focus sull'obiettivo e favorire responsabilità e autonomia.

Il monitoraggio dei progressi durante il caso studio

L'evoluzione del percorso viene osservata attraverso indicatori qualitativi relativi a:

- chiarezza del focus nelle interazioni quotidiane e nei conflitti;
- qualità del dialogo interno;
- tempo di recupero dopo una reazione impulsiva;
- gestione della tensione percepita;
- percezione di autoefficacia;
- coerenza tra intenzioni educative e comportamento nelle momenti difficili;
- autonomia nell'utilizzo delle strategie.

Questi indicatori non hanno finalità diagnostiche. Servono a sostenere la riflessione, rendere osservabili i cambiamenti e mantenere il percorso orientato verso gli obiettivi condivisi.

Da questo momento entriamo nello specifico e riportiamo le fasi del percorso di Parent Coaching vissute nel caso studio.

4. Prima fase del percorso: comprendere il tema del genitore

La prima fase della sessione è stata dedicata alla comprensione del tema portato dal coachee:

“Quando siamo tranquilli so ascoltarli. Nei conflitti, invece, mi irrigidisco, alzo il tono e poi mi sento in colpa.”

Il Parent Coach ha impiegato la prima parte della sessione per entrare in sintonia con il genitore e gettare le basi del rapporto di fiducia indispensabile per il lavoro. Attraverso domande di precisione, riformulazioni e strumenti di esplorazione linguistica ha chiarito il significato di parole come “perdere la pazienza”, “pressione”, “autorevolezza” e “conflitto”, evitando interpretazioni premature.



Si tratta di una fase che si ripete nelle sessioni successive ogni volta che il genitore condivide esperienze o vissuti che necessitano di maggiore comprensione. Anche se breve, è importante per raccogliere informazioni, creare partnership e comprendere la mappa mentale con la quale interpreta la propria esperienza familiare.

5. Seconda fase del percorso: esplorazione dell'obiettivo

La seconda fase della prima sessione rappresenta uno dei momenti più importanti dell'intero percorso. Nel Metodo della Scuola Parent Coaching questa fase ha l'obiettivo di spostare il focus del genitore: dal problema al cambiamento, dalla difficoltà al risultato, dall'episodio passato alla relazione che desidera costruire.

Si tratta di un passaggio delicato perché modifica l'orientamento dell'attenzione. Il genitore smette progressivamente di chiedersi soltanto come evitare di perdere la pazienza e inizia a esplorare come desidera essere, pensare e agire quando la tensione aumenta.

5.1 Dalla richiesta iniziale al cambiamento desiderato

La richiesta iniziale del genitore è:

“Voglio smettere di perdere la pazienza con i miei figli.”

Attraverso le domande potenti e lo spostamento del focus, il genitore arriva a formulare una prima direzione diversa:

“Voglio riuscire a restare presente e chiara, anche quando i miei figli si oppongono.”

Si tratta di un punto di partenza che verrà esplorato più in profondità nella fase successiva, ma che rappresenta già un cambiamento di focus e un orientamento differente delle risorse interne. Non è soltanto una ridefinizione lessicale: è un cambio di sguardo che porta il genitore dal tentativo di eliminare una reazione alla costruzione di una modalità desiderata di stare nella relazione.

5.2 Il ruolo del Parent Coach

In questa fase il Parent Coach non suggerisce obiettivi, non interpreta e non propone soluzioni educative. Attraverso domande, ascolto e restituzioni aiuta il genitore a chiarire ciò che desidera realmente costruire. Mantiene inoltre una particolare attenzione al linguaggio: quando emergono formulazioni orientate alla colpa, al fallimento o al controllo assoluto del comportamento dei figli, accompagna progressivamente verso formulazioni orientate alla relazione e alle risorse controllabili.

5.3 Osservazioni metodologiche

Accompagnare il genitore verso una prima ridefinizione dell'obiettivo ha permesso di spostare l'attenzione da “non perdere la pazienza” a “restare presente e chiara”. Anche sul piano emotivo questo cambio produce una risposta differente: la mente non è più concentrata esclusivamente su ciò che deve evitare, ma su ciò che desidera esprimere. Il passaggio prepara il terreno per un obiettivo più autentico, motivante e sotto maggiore controllo personale.

6. Terza fase del percorso: l'allineamento dell'obiettivo

Ridefinire l'obiettivo non è sufficiente. Un obiettivo genitoriale può nascere da aspettative familiari, richieste dell'ambiente, modelli culturali, confronto sociale o convinzioni interiorizzate nel tempo. Per questo motivo il Metodo della Scuola Parent Coaching dedica una fase specifica all'allineamento, utilizzando l'Obiettivo Ben Formato.

L'obiettivo viene esplorato fino a verificare che sia compatibile con l'identità, i valori e il progetto familiare e personale del genitore.



CENTRO STUDI SCUOLA PARENT COACH | CASO STUDIO

6.1 Dal cambiamento desiderato all'obiettivo ben formato

Durante le prime sessioni emerge un elemento significativo. Il genitore afferma di voler “essere più calma e autorevole”. Approfondendo il significato di questa espressione, emerge che il vero desiderio non consiste nel non provare mai rabbia o nel controllare ogni emozione.

Desidera invece:

- sentirsi presente nei momenti familiari più delicati;
- rimanere connessa al proprio obiettivo educativo anche dopo una reazione impulsiva;
- agire con autorevolezza senza inseguire continuamente l'approvazione dei figli;
- mantenere un dialogo interno più utile;
- riconoscersi nel proprio modo di essere genitore indipendentemente dalla reazione immediata dei figli.

L'obiettivo cambia profondamente. Non riguarda più l'eliminazione della tensione e non riguarda nemmeno una generica “calma”: riguarda la qualità della presenza relazionale e il modo in cui il genitore desidera esprimere il proprio potenziale.

6.2 Valori, identità e motivazione: il coaching generativo nella genitorialità

Il Parent Coach accompagna il genitore nell'esplorazione di alcune domande fondamentali. Nel coaching generativo queste domande servono a far emergere il futuro desiderato e a facilitare la connessione con la parte più profonda e valoriale della persona:

- Perché questo obiettivo è importante per te?
- Quali valori esprime il tuo modo ideale di essere genitore?
- Che genitore vuoi essere quando la relazione diventa difficile?
- Che cosa succederebbe se imparassi a rimanere presente anche dopo un errore o un conflitto?
- Che cosa perderesti e che cosa manterresti?
- Come ti fa sentire immaginarti capace di essere genitore in questo modo?

Queste domande consentono al genitore di esplorare più in profondità il significato dell'obiettivo e far emergere informazioni che la sola analisi dell'esito non avrebbe mostrato. Nel caso analizzato emerge una frase centrale:

“Voglio essere una madre presente, autorevole e affidabile con me stessa. Voglio chiudere un momento difficile sapendo di aver agito in modo coerente con i miei valori, non solo di aver ottenuto obbedienza.”

Questa visione sposta il livello di attenzione e avvia un lavoro più motivante per il genitore. La risposta dei figli rimane importante, ma non è più l'unico criterio con il quale valutare sé stessa.

6.3 Un obiettivo finalmente allineato

Al termine di questa fase il genitore riconosce che il proprio obiettivo non consiste semplicemente nel “gestire la tensione”. Desidera diventare un genitore capace di esprimere presenza, autorevolezza e continuità, utilizzare gli errori come informazioni e restare fedele ai propri valori educativi anche nei momenti di difficoltà.

Questo cambiamento modifica profondamente il significato dell'intero percorso. L'obiettivo non viene più percepito come un insieme di tecniche da applicare per sentirsi sempre bene; diventa un progetto di sviluppo genitoriale e personale.



6.4 Osservazioni metodologiche

Nel Metodo della Scuola Parent Coaching l'allineamento rappresenta una fase caratterizzante. Molti percorsi si concentrano esclusivamente sulla definizione di un risultato o sulla ricerca di una strategia per affrontare il problema. L'esperienza mostra invece che alcune difficoltà possono essere alimentate da obiettivi formalmente corretti ma scarsamente allineati con la persona.

Quando obiettivo, identità e valori convergono, aumenta la probabilità che il genitore sostenga il cambiamento nel tempo. L'approccio generativo cerca inoltre di favorire un cambiamento più profondo: non soltanto fare qualcosa di diverso, ma iniziare a vedere sé stessi come un genitore capace di agire in modo diverso.

7. Quarta fase del percorso: dalla consapevolezza alla strategia

L'obiettivo è stato definito, chiarito e allineato con la persona. Il passo successivo consiste nel trasformare questa chiarezza in un piano d'azione concreto. Nel Metodo della Scuola Parent Coaching questa fase non coincide con una lista di ricette educative. Una strategia efficace è quella che il genitore è realmente disposto e in grado di sperimentare con continuità nel proprio contesto familiare.

7.1 Dalla riflessione all'azione

Durante la quarta fase il genitore identifica le aree sulle quali può intervenire con maggiore efficacia. Attraverso ascolto generativo, dialogo e domande potenti emergono quattro ambiti prioritari:

- costruire un focus di relazione basato su elementi controllabili;
- definire una routine breve per recuperare dopo la reazione impulsiva;
- rendere il dialogo interno più essenziale e funzionale;
- separare la valutazione di un episodio dal giudizio sul proprio valore come genitore.

Si tratta di micro-obiettivi che possono essere trasformati in azioni osservabili e sperimentabili.

7.2 La costruzione del piano d'azione

Per ciascuna area vengono individuate azioni concrete, realistiche e compatibili con il lavoro educativo quotidiano svolto con l'partner genitoriale. Tra queste:

- scegliere due frasi guida da utilizzare nei momenti di maggiore tensione;
- definire una routine di recupero dopo la reazione impulsiva composta da respiro, reset attentivo e richiamo al compito successivo;
- dedicare cinque minuti al termine di alcuni situazioni quotidiane a distinguere fatti, interpretazioni e apprendimenti;
- stabilire tre indicatori di qualità relazionale indipendenti dall'obbedienza immediata dei figli;
- utilizzare una breve scheda post-episodio per individuare ciò che mantenere, ciò che adattare e ciò che apprendere.

Ogni azione viene valutata secondo tre criteri: coerenza con l'obiettivo, sostenibilità nel tempo e reale possibilità di applicazione. Questo consente di evitare protocolli eccessivamente complessi che rischierebbero di aumentare il carico mentale invece di ridurlo.

7.3 Il ruolo del Parent Coach



Il Parent Coach mantiene un ruolo di facilitatore. Non costruisce il piano al posto del genitore e non prescrive comportamenti educativi. Aiuta la persona a valutare opzioni, conseguenze, risorse disponibili e alternative. In questo modo il piano d'azione nasce dall'interno e favorisce responsabilità e motivazione intrinseca.

7.4 Osservazioni metodologiche

Nel lavoro genitoriale è facile trasformare la motivazione iniziale in una quantità eccessiva di rituali, formule, visualizzazioni o istruzioni. Nel Metodo della Scuola Parent Coaching il cambiamento viene progettato attraverso piccoli passi progressivi. La continuità produce risultati più duraturi dell'entusiasmo iniziale. La qualità dell'azione è più importante della quantità delle educative.

8. Quinta fase del percorso: sperimentazione, apprendimento e adattamento

Una strategia produce valore soltanto quando viene sperimentata nella realtà. Per questo motivo, tra una sessione e l'altra, il genitore applica il piano d'azione nelle interazioni quotidiane, nei momenti di opposizione e nei conflitti. L'obiettivo non è verificare se tutto funzioni perfettamente, ma apprendere dall'esperienza.

Nel Metodo della Scuola Parent Coaching ogni esperienza rappresenta un'opportunità di osservazione e crescita.

8.1 I primi cambiamenti e risultati

Nelle settimane successive il genitore introduce gradualmente alcune modifiche nel proprio modo di comunicare e agire grazie ai compiti definiti in autonomia e, quando utile, con il supporto del Parent Coach.

In particolare:

- prima dei momenti critici richiama tre indicatori relazionali controllabili;
- riduce il numero di pensieri-istruzione e usa frasi guida semplici;
- dopo una reazione impulsiva applica una routine breve di reset;
- rimanda la valutazione complessiva dell'episodio a quando il momento critico è concluso;
- annota a fine giornata un apprendimento e una risorsa utilizzata;
- condivide con l'partner genitoriale gli indicatori di processo che desidera mantenere.

I primi risultati sono incoraggianti. Il genitore riferisce una sensazione di maggiore ordine mentale e, in alcune situazioni familiari complesse, una capacità più rapida di tornare sul proprio obiettivo educativo dopo un episodio negativo. Non tutti i conflitti si risolvono come desiderato, ma aumenta la percezione di coerenza tra intenzione e comportamento.

8.2 Le difficoltà incontrate

Il cambiamento non procede in modo lineare. In un conflitto familiare particolarmente intenso, dopo una reazione impulsiva iniziale, il genitore torna spontaneamente ai vecchi automatismi: cerca di ottenere obbedienza immediata, si irrigidisce, accelera le richieste e interpreta la tensione come prova che "sta succedendo di nuovo".

Questi episodi non vengono interpretati come fallimenti, ma come informazioni preziose. Permettono di comprendere quali automatismi siano ancora presenti e quali abilità debbano essere ulteriormente consolidate.



8.3 La riflessione sull'esperienza

Ogni sessione si apre con un momento di condivisione delle esperienze vissute. Il Parent Coach guida il confronto attraverso domande come:

- Che cosa ha funzionato meglio?
- In quale momento sei riuscito a tornare sul compito?
- Che cosa ti ha sorpreso?
- Quali risorse hai scoperto di possedere?
- Quando hai perso il focus, che cosa stavi cercando di controllare?
- Che cosa faresti diversamente?
- Che cosa hai imparato dal momento difficile, indipendentemente dall'esito?

L'obiettivo è trasformare l'esperienza in apprendimento. Il conflitto cessa progressivamente di essere un esame definitivo del proprio valore genitoriale e diventa anche una fonte di dati sul proprio funzionamento.

8.4 L'adattamento delle strategie

Sulla base delle osservazioni emerse, il piano viene aggiornato. Il genitore si accorge, ad esempio, che una routine troppo lunga dopo la reazione impulsiva diventa difficile da utilizzare nei momenti ad alta intensità. La riduce quindi a tre passaggi essenziali: espirare, nominare la frase guida, tornare all'azione successiva.

Anche la scheda post-episodio viene semplificata. Invece di analizzare numerosi aspetti, il genitore risponde a tre domande: che cosa mantengo, che cosa modifico, che cosa ho imparato? Il percorso rimane dinamico e viene costruito attraverso un processo continuo di osservazione, sperimentazione e adattamento.

8.5 Osservazioni metodologiche

Nel Metodo della Scuola Parent Coaching l'azione rappresenta il principale strumento di apprendimento. La consapevolezza acquisita durante le sessioni trova significato quando viene verificata nel contesto reale. Ogni esperienza, positiva o negativa, contribuisce allo sviluppo di nuove consapevolezze e abilità. Per questo motivo il percorso non ricerca la perfezione, ma il miglioramento continuo. In questa fase risultano particolarmente importanti i compiti tra una sessione e l'altra.

9. Sesta fase del percorso: consolidamento e sviluppo dell'autonomia

L'ultima fase del percorso non coincide semplicemente con la conclusione delle sessioni. Nel Metodo della Scuola Parent Coaching rappresenta il momento nel quale il cambiamento viene consolidato e il genitore sviluppa la capacità di proseguire senza dipendere dalla presenza del Parent Coach. L'obiettivo del coaching non è creare una relazione di dipendenza, ma favorire autonomia, responsabilità e capacità di apprendimento continuo.

9.1 Integrare gli apprendimenti

Dopo diverse settimane di sperimentazione, il genitore dispone di un patrimonio di esperienze concrete. Le ultime sessioni sono dedicate a comprendere:

- quali cambiamenti si sono consolidati;
- quali strategie hanno prodotto i risultati più significativi;
- quali risorse interne vengono attivate con maggiore facilità;

ECOSISTEMA MASTER COACH ITALIA | Scuola di Parent Coaching
"Formiamo coach, trasformiamo famiglie"

Sedi: Bari, Roma e Milano

www.scuolaparentcoaching.it – info@scuolaparentcoaching.it – Numero Verde: 800.960214 – WhatsApp: 3475820941
MasterCoachItalia srls | P. Iva 08365540726



- quali segnali anticipano la perdita di focus;
- come mantenere nel tempo quanto appreso.

L'attenzione non è più rivolta esclusivamente all'obiettivo iniziale. Si amplia verso il modo in cui il genitore affronta il cambiamento e sa apprendere dalla propria esperienza.

9.2 I cambiamenti osservati durante il caso studio

Rispetto all'inizio del percorso emergono alcuni cambiamenti significativi. Il genitore dimostra una maggiore capacità di:

- riconoscere rapidamente quando il focus si sposta sul esito;
- recuperare dopo una reazione impulsiva senza trasformarlo in una valutazione globale del momento difficile;
- utilizzare un dialogo interno più breve e funzionale;
- mantenere maggiore continuità tra intenzione educativa e comportamento;
- chiedere feedback in modo più specifico e meno dipendente dalla conferma;
- riconoscere le proprie risorse anche nelle interazioni non soddisfacenti.

Anche il rapporto con il conflitto evolve. Il momento difficile non viene più vissuto esclusivamente come verifica del proprio valore, ma come spazio nel quale esprimere competenze, assumersi responsabilità, raccogliere informazioni e misurarsi con un compito reale.

9.3 Le difficoltà che rimangono nel caso studio

Il percorso non elimina ogni difficoltà. Nei conflitti percepiti come particolarmente importanti il genitore riconosce che possono riemergere alcune tendenze precedenti:

- controllare eccessivamente il comportamento dei figli;
- interpretare la tensione come segnale negativo;
- aumentare la severità del dialogo interno;
- cercare conferme immediate dall'ambiente.

La differenza rispetto all'inizio consiste nella capacità di riconoscere più rapidamente questi automatismi e intervenire prima che diventino la modalità prevalente di agire come genitore.

9.4 Il piano di mantenimento

Per favorire la continuità del cambiamento viene costruito un piano personale di mantenimento. Il genitore individua alcune pratiche da integrare stabilmente nella propria routine:

- revisione settimanale dei propri indicatori relazionali;
- uso della routine di centratura anche nei piccoli contrasti quotidiani;
- analisi post-episodio essenziale e orientata all'apprendimento;
- verifica periodica della coerenza tra obiettivi educativi e valori personali;
- confronto con l'partner genitoriale sui comportamenti osservabili, evitando richieste generiche di rassicurazione;
- richiamo mensile dei valori che desidera esprimere nella relazione con i figli.

Queste pratiche costituiscono punti di riferimento utili per mantenere elevato il livello di consapevolezza senza trasformare il lavoro mentale in un ulteriore fattore di tensione.



9.5 Il ruolo del Parent Coach nel caso studio

Nelle ultime sessioni il Parent Coach riduce progressivamente il livello di guida. Le domande diventano sempre più orientate all'autonomia. Il focus si sposta dalla soluzione della singola difficoltà alla capacità del genitore di affrontare autonomamente le sfide future. Il successo del percorso viene valutato anche attraverso questa evoluzione.

9.6 Osservazioni metodologiche nel caso studio

Nel Metodo della Scuola Parent Coaching, il percorso di parent coaching termina quando il genitore possiede risorse e criteri sufficienti per continuare il proprio sviluppo senza supporto costante. L'autonomia non significa assenza di tensione, errori o momenti difficili. Significa possedere la capacità di osservare ciò che accade, riflettere sulle proprie scelte, adattare i propri comportamenti e continuare ad apprendere dall'esperienza.

10. Analisi dei cambiamenti osservati nel caso studio

Valutare un percorso di Parent Coaching significa osservare l'evoluzione del genitore rispetto agli obiettivi condivisi, mantenendo la consapevolezza che la relazione genitoriale è influenzata da molteplici fattori. Le considerazioni che seguono hanno carattere qualitativo e descrittivo e non rappresentano misurazioni statistiche né consentono generalizzazioni.

10.1 Evoluzione rispetto agli obiettivi iniziali del caso studio

Area osservata	Situazione iniziale	Cambiamenti osservati
Focus	Prevalenza dell'esito immediato, del giudizio e del confronto	Maggiore capacità di orientarsi su compito, frasi guida e indicatori controllabili.
Reazione impulsiva	Errore vissuto come conferma di essere un genitore inadeguato	Recupero più rapido e maggiore capacità di utilizzare la reazione impulsiva come informazione.
Tensione	Tensione interpretata come segnale di perdita di controllo	Maggiore tolleranza della tensione e riduzione della lotta contro le emozioni.
Dialogo interno	Linguaggio severo, valutativo e ripetitivo	Dialogo più breve, specifico e funzionale all'azione successiva.
Fiducia	Fiducia dipendente dal comportamento del figlio nel momento e dalle conferme esterne	Maggiore riferimento alle risorse, alla preparazione e ai comportamenti controllabili.



CENTRO STUDI SCUOLA PARENT COACH | CASO STUDIO

Autonomia	Ricerca frequente di rassicurazioni	Maggiore capacità di autoregolarsi e valutare la relazione con criteri propri e condivisi.
-----------	-------------------------------------	--

ECOSISTEMA MASTER COACH ITALIA | Scuola di Parent Coaching
"Formiamo coach, trasformiamo famiglie"

Sedi: Bari, Roma e Milano

www.scuolaparentcoaching.it – info@scuolaparentcoach.it - Numero Verde: 800.960214 - WhatsApp: 3475820941
MasterCoachItalia srls | P. Iva 08365540726



CENTRO STUDI SCUOLA PARENT COACH | CASO STUDIO

10.2 Abilità sviluppate nel caso studio

Durante il percorso si osserva lo sviluppo di abilità che inizialmente non erano state esplicitamente formulate come obiettivi. Tra queste:

- maggiore capacità di auto-osservazione;
- incremento della percezione di autoefficacia;
- migliore gestione del focus relazionale;
- maggiore flessibilità dopo la reazione impulsiva;
- capacità di distinguere fatto, interpretazione e giudizio;
- capacità di apprendere dall'esperienza relazionale;
- migliore responsabilità nella preparazione personale del momento difficile.

Questi elementi rappresentano uno degli aspetti più significativi del percorso. Il Parent Coaching non produce soltanto risultati immediati: può favorire lo sviluppo di competenze trasferibili a situazioni familiari complesse future e, in parte, anche ad altri contesti di vita.

10.3 Gli aspetti ancora in evoluzione

Al termine del percorso alcune aree richiedono ulteriore attenzione. Il genitore riconosce che:

- la tendenza a controllare l'esito può riemergere nei conflitti percepiti come decisivi;
- la routine di centratura richiede pratica costante per diventare sempre più automatica;
- il dialogo interno può tornare valutativo nei momenti di stanchezza;
- il mantenimento del cambiamento dipende dalla continuità del lavoro e dal contesto familiare.

Questa consapevolezza costituisce essa stessa un risultato. L'obiettivo del Parent Coaching non è eliminare definitivamente ogni automatismo o garantire uno stato emotivo ideale, ma sviluppare la capacità di riconoscere ciò che accade e gestirlo in modo più intenzionale.

10.4 Considerazioni finali

L'analisi complessiva suggerisce un'evoluzione significativa nella qualità del focus, nella gestione della reazione impulsiva, nel dialogo interno e nella capacità del genitore di affrontare la situazione familiare con maggiore coerenza rispetto ai propri obiettivi.

Il cambiamento osservato appare l'esito dell'integrazione tra diversi elementi:

- chiarezza dell'obiettivo;
- allineamento con valori e identità genitoriale;



- costruzione di strategie sostenibili;
- sperimentazione continua nelle interazioni quotidiane e nei momenti difficili;
- riflessione sull'esperienza;
- consolidamento dell'autonomia.

Più che l'esito di una singola tecnica educativa, il cambiamento emerge come conseguenza di un processo strutturato di apprendimento e sviluppo personale applicato al contesto genitoriale.

11. Lezioni apprese dal caso studio

Ogni percorso di Parent Coaching è unico. Le persone, le discipline, i contesti familiari, gli obiettivi e le dinamiche relazionali cambiano continuamente. Un singolo caso studio non può quindi essere considerato una prova generale dell'efficacia del Parent Coaching. Può però offrire indicazioni utili sui processi che favoriscono il cambiamento e sulle condizioni che ne aumentano la probabilità di successo.

11.1 Un obiettivo ben costruito orienta l'intero percorso

La richiesta iniziale raramente coincide con il vero obiettivo del coaching. Nel caso analizzato, il desiderio di "non bloccarsi nei momenti difficili" si è progressivamente trasformato nella volontà di diventare un genitore capace di esprimere il proprio potenziale con presenza, fiducia e continuità. Questa evoluzione ha modificato profondamente il significato del percorso.

Lavorare sulla formulazione dell'obiettivo significa costruire una direzione chiara, capace di guidare le decisioni e mantenere alta la motivazione anche quando l'esito non è immediatamente favorevole.

11.2 L'allineamento è una condizione del cambiamento

Un obiettivo può essere specifico, misurabile e genitorialmente ambizioso, ma non essere realmente coerente con la persona. Un genitore può inseguire un esito per paura di deludere, bisogno di approvazione o confronto con altri. Il coaching generativo dedica attenzione a questo livello perché un cambiamento profondo richiede anche un nuovo modo di vedere sé stessi.

L'allineamento tra obiettivi, valori, identità e progetto genitoriale aumenta la probabilità che l'impegno venga sostenuto nel tempo e che l'esito non diventi l'unico criterio di valore personale.

11.3 La consapevolezza da sola non basta

Comprendere perché si perde il focus rappresenta un passaggio importante, ma non sufficiente. Il cambiamento si consolida quando la consapevolezza viene trasformata in azione. Per questo motivo il Metodo della Scuola Parent Coaching integra costantemente riflessione, sperimentazione e adattamento. Ogni interazione quotidiana e ogni conflitto possono diventare occasioni di apprendimento.



11.4 Gli ostacoli fanno parte del percorso

Durante il Parent Coaching il genitore incontra inevitabilmente momenti di difficoltà. Nel caso analizzato emergono ricadute, esitazioni e ritorni ai vecchi automatismi. Questi episodi non vengono interpretati come fallimenti: costituiscono informazioni preziose per comprendere il proprio funzionamento e adattare le strategie. L'apprendimento nasce spesso proprio dalle situazioni più complesse.

11.5 Il cambiamento richiede continuità

Non esistono trasformazioni profonde costruite in una sola sessione o in un solo momento difficile. I cambiamenti osservati derivano dalla ripetizione di nuovi comportamenti, dalla riflessione sulle esperienze e dalla disponibilità a modificare progressivamente il proprio modo di agire come genitore. La continuità produce effetti più duraturi dell'entusiasmo iniziale.

11.6 Il Parent Coaching favorisce autonomia

Uno degli aspetti più significativi emersi dal caso studio riguarda lo sviluppo dell'autonomia. Al termine del percorso il genitore non dispone semplicemente di nuove strategie. Possiede soprattutto un diverso modo di osservare sé stesso, leggere la relazione, prendere decisioni e apprendere dall'esperienza. Questo rappresenta uno degli obiettivi fondamentali del coaching professionale applicato alla genitorialità.

11.7 La metodologia sostiene il processo

Ogni Parent Coach sviluppa uno stile personale. Tuttavia, una metodologia chiara offre una struttura che aiuta a mantenere il percorso coerente e orientato agli obiettivi. Nel Metodo della Scuola Parent Coaching la successione delle sei fasi consente di accompagnare il cambiamento rispettando tempi, bisogni e caratteristiche del genitore, senza sostituire il coaching alle altre professionalità presenti nella rete familiare.

12. Il caso studio alla luce della letteratura scientifica

La letteratura sulla psicologia e psicoterapia, sulla motivazione, sull'autoefficacia e sulla definizione degli obiettivi offre diversi riferimenti utili per interpretare alcuni meccanismi osservati nel caso. Il presente caso studio non nasce con l'obiettivo di confermare sperimentalmente tali risultati, ma di confrontare quanto osservato con principi teorici ampiamente discussi nella ricerca.

12.1 Il ruolo dell'obiettivo

La Goal Setting Theory di Edwin Locke e Gary Latham evidenzia come obiettivi specifici e sufficientemente sfidanti possano influenzare positivamente motivazione, impegno e relazione, soprattutto quando sono accompagnati da feedback e strategie adeguate. Nel contesto genitoriale, la distinzione tra obiettivi di esito, di relazione e di processo è particolarmente utile perché aiuta il genitore a mantenere una parte del focus su elementi maggiormente controllabili.

Nel caso analizzato, una parte importante del lavoro viene dedicata a spostare l'attenzione dal solo esito verso indicatori di processo e qualità della relazione. L'esito mantiene valore, ma non monopolizza l'intero sistema di valutazione del genitore.

12.2 Autoefficacia, fiducia e autoregolazione

La teoria dell'autoefficacia di Albert Bandura sottolinea il ruolo delle convinzioni personali circa la propria capacità di organizzare e realizzare le azioni necessarie per affrontare una situazione. In ambito genitoriale, la fiducia non coincide



con la certezza di ottenere il risultato desiderato: riguarda anche la percezione di possedere risorse adeguate ad affrontare compiti, ostacoli ed errori.

Nel caso studio, il genitore passa progressivamente da una fiducia dipendente dal comportamento del figlio nel momento a una fiducia più collegata alla preparazione, alle risorse e alla capacità di ritornare sul compito. Questo non elimina l'incertezza relazionale, ma modifica il modo di interpretarla.

12.3 L'apprendimento esperienziale nella genitorialità

Il Metodo della Scuola Parent Coaching prevede una continua alternanza tra riflessione, azione, osservazione e adattamento. Questa impostazione è coerente con la teoria dell'apprendimento esperienziale di David A. Kolb, secondo cui la competenza si sviluppa attraverso un ciclo composto da esperienza concreta, osservazione riflessiva, concettualizzazione e sperimentazione attiva.

Nel contesto genitoriale questo ciclo è particolarmente evidente: interazioni quotidiane e conflitti generano esperienze concrete; la riflessione permette di attribuire significato a ciò che è accaduto; il genitore formula ipotesi e strategie; la situazione familiare successiva offre un nuovo spazio di sperimentazione. Le strategie descritte nel caso seguono questa logica: ogni azione viene sperimentata, osservata, discussa e adattata.

12.4 Autonomia e motivazione

La Self-Determination Theory di Deci e Ryan considera autonomia, competenza e relazione bisogni psicologici fondamentali capaci di influenzare la qualità della motivazione. Nello genitorialità, una motivazione sostenuta esclusivamente da tensione esterna o bisogno di approvazione può risultare più fragile rispetto a una motivazione nella quale il genitore riconosce significato personale, scelta e coerenza con i propri valori.

Nel caso analizzato, il percorso favorisce una maggiore autonomia nella definizione dei criteri di relazione, nella scelta delle strategie e nella lettura dell'esperienza. Il genitore non diventa indipendente dal proprio partner o dalle figure educative coinvolte: diventa più responsabile della parte del processo che gli appartiene.



12.5 Una lettura metodologicamente prudente

Pur evidenziando punti di contatto con la letteratura, è necessario mantenere un approccio rigoroso. Le osservazioni riportate derivano da un caso composito e non consentono di attribuire i cambiamenti esclusivamente alil Parent Coaching.

Ogni relazione è influenzata da molteplici variabili:

- risorse personali e organizzative;
- qualità del recupero;
- contesto relazionale;
- motivazione;
- relazione con famiglia e figure educative coinvolte;
- eventi esterni;
- esperienze pregresse;
- condizioni ambientali e situazionali.

Per questo motivo il presente caso studio non vuole dimostrare l'efficacia generale del Parent Coaching. Offre piuttosto un esempio di applicazione metodologica interpretato alla luce di conoscenze consolidate sul comportamento e sulla relazione.

12.6 Considerazioni conclusive

Il confronto con la letteratura evidenzia una coerenza plausibile tra le dinamiche osservate e alcuni modelli teorici su obiettivi, autoefficacia, motivazione e apprendimento. Allo stesso tempo conferma che ogni percorso rappresenta un processo unico, nel quale metodologia, relazione professionale, partecipazione attiva del genitore, lavoro educativo quotidiano e contesto interagiscono nel favorire il cambiamento.

Il dialogo continuo tra pratica professionale e ricerca scientifica costituisce un elemento fondamentale per lo sviluppo di uno Parent Coaching sempre più rigoroso, responsabile e orientato alla qualità.

13. Limiti del caso studio

Ogni caso studio rappresenta uno strumento di approfondimento e riflessione professionale. Allo stesso tempo è importante riconoscerne i limiti metodologici affinché le osservazioni possano essere interpretate correttamente. Esplicitare tali limiti non riduce il valore del lavoro svolto; contribuisce a una lettura più rigorosa e trasparente.



13.1 Assenza di finalità statistiche

Il presente lavoro non costituisce una ricerca sperimentale né uno studio quantitativo. Le osservazioni riportate non hanno valore statistico e non consentono di generalizzare i risultati alla popolazione dei genitori. L'obiettivo è descrivere un percorso di Parent Coaching, evidenziandone fasi, scelte metodologiche, dinamiche emerse e cambiamenti osservati.

13.2 Natura qualitativa delle osservazioni

L'analisi si basa prevalentemente su osservazioni qualitative. I cambiamenti vengono interpretati attraverso il dialogo sviluppato durante le sessioni, l'autovalutazione del genitore, i comportamenti riferiti e le riflessioni condivise. Non vengono utilizzati strumenti diagnostici, scale cliniche o procedure di valutazione psicologica.

13.3 La complessità della relazione genitoriale

Ogni relazione è influenzata da numerosi fattori. Tra questi rientrano caratteristiche individuali, condizioni personali, competenze educative, qualità delle interazioni familiari, relazioni, motivazione, contesto relazionale ed eventi esterni. Per questo motivo non è possibile attribuire con certezza tutti i cambiamenti osservati esclusivamente all'intervento di Parent Coaching.

13.4 Il ruolo della relazione di coaching

Anche la qualità della relazione professionale costituisce una variabile importante. Fiducia reciproca, partecipazione attiva, disponibilità alla sperimentazione e continuità dell'impegno influenzano significativamente l'evoluzione del percorso. Percorsi differenti, sviluppati con genitori diversi o in discipline differenti, possono produrre risultati differenti pur seguendo la medesima metodologia.

13.5 Il contributo del caso studio alla pratica professionale

Pur con questi limiti, il caso studio offre un contributo concreto alla comprensione del Parent Coaching. La descrizione dettagliata delle fasi del percorso, delle decisioni metodologiche e delle riflessioni emerse può costituire uno strumento utile per:

- Parent Coach professionisti;
- studenti di coaching;
- professionisti e genitori interessati al dialogo con il coaching;
- genitori;
- dirigenti e responsabili di contesti educativi;
- formatori e professionisti dello sviluppo della relazione.



Più che proporre un modello rigido, il caso invita a riflettere sul Parent Coaching come processo dinamico, adattabile e profondamente centrato sulla persona-genitore.

Conclusioni

Il Parent Coaching viene spesso raccontato attraverso ricette educative, routine e strumenti. Questo caso studio mostra invece la disciplina nella sua dimensione più concreta: un processo nel quale il genitore acquisisce maggiore consapevolezza, ridefinisce il proprio modo di interpretare la situazione familiare e sviluppa comportamenti più coerenti con gli obiettivi che desidera raggiungere.

L'elemento più significativo emerso durante il percorso non riguarda una singola tecnica educativa utilizzata dal Parent Coach. Riguarda il modo in cui il genitore ha progressivamente imparato a osservare sé stesso, distinguere ciò che può controllare da ciò che non può controllare, recuperare dopo la reazione impulsiva e trasformare la riflessione in azione.

Nel Metodo della Scuola Parent Coaching questo processo viene accompagnato attraverso sei fasi strettamente collegate:

1. **Comprensione del tema (Stato Presente):** ascolto iniziale della difficoltà portata dal genitore, con permanenza intenzionalmente breve sul problema.
2. **Esplorazione dell'obiettivo (Stato Desiderato):** costruzione del futuro desiderato, chiarificazione del cambiamento richiesto e identificazione delle evidenze che permetteranno di riconoscerlo.
3. **Allineamento dell'obiettivo alla persona:** verifica della coerenza tra obiettivo, valori, identità genitoriale, motivazioni e significato personale attraverso l'Obiettivo Ben Formato.
4. **Definizione delle strategie:** co-costruzione di strategie realistiche, sostenibili e coerenti con la persona, nel rispetto del lavoro educativo quotidiano e delle competenze dello rete familiare.
5. **Sperimentazione, apprendimento e adattamento: attuazione delle strategie nelle situazioni familiari mediante piano d'azione e compiti tra le sessioni.**
6. **Consolidamento e autonomia:** stabilizzazione degli apprendimenti e sviluppo della capacità del genitore di continuare a crescere senza dipendere dal Parent Coach.

Ogni fase prepara la successiva, ma le fasi possono integrarsi, sovrapporsi e ripetersi. L'obiettivo non consiste semplicemente nel raggiungere un esito genitoriale. Consiste nello sviluppare la capacità di affrontare anche le sfide future con maggiore consapevolezza, responsabilità e autonomia.

Il caso studio conferma inoltre l'importanza di mantenere un approccio flessibile e rispettoso dei confini professionali. Le metodologie costituiscono una guida, non un momento di fine di esito. Per questo motivo è fondamentale integrare continuamente esperienza professionale, ricerca scientifica, aggiornamento metodologico, collaborazione con le altre figure della genitorialità ed etica.



CENTRO STUDI SCUOLA PARENT COACH | CASO STUDIO

FAQ

Che cos'è un caso studio di Parent Coaching?

Un caso studio è la descrizione strutturata di un percorso di coaching applicato al contesto genitoriale. Analizza il contesto iniziale, gli obiettivi, la metodologia adottata, le fasi del percorso e i cambiamenti osservati, con finalità formative e di approfondimento.

Il caso descritto riguarda una persona reale?

Il caso è composito: integra situazioni ricorrenti rielaborate e anonimizzate per finalità formative. Non deve essere interpretato come il resoconto integrale e identificabile di un singolo genitore.

Il Parent Coaching garantisce risultati?

No. I risultati dipendono da numerosi fattori, tra cui coinvolgimento del genitore, qualità delle risorse personali, contesto familiare, relazione professionale e coerenza degli obiettivi. Il Parent Coaching può creare condizioni favorevoli allo sviluppo, ma non può garantire cambiamenti o risultati identici per ogni persona.

Il Parent Coach sostituisce lo psicologo, il pedagogo o altri professionisti?

No. Il Parent Coach non sostituisce lo psicologo, lo psicoterapeuta, il pedagogo, il medico o altri professionisti. Il coaching lavora su obiettivi, consapevolezza, risorse, responsabilità, apprendimento e autonomia all'interno dei propri confini professionali.

Qual è la caratteristica principale del Metodo della Scuola Parent Coaching?

Il Metodo della Scuola Parent Coaching pone particolare attenzione alla costruzione di un obiettivo autentico e al suo allineamento con valori, identità e progetto personale prima di definire strategie e piani d'azione. Nel contesto genitoriale ciò significa non fermarsi al comportamento del figlio, ma comprendere anche che genitore la persona desidera diventare.

Quali competenze può sviluppare il Parent Coaching?

- consapevolezza;
- capacità di definire obiettivi;
- gestione del focus;
- autoefficacia e fiducia nelle proprie risorse;
- responsabilità;
- apprendimento dall'esperienza;
- autonomia.

ECOSISTEMA MASTER COACH ITALIA | Scuola di Parent Coaching
"Formiamo coach, trasformiamo famiglie"

Sedi: Bari, Roma e Milano

www.scuolaparentcoaching.it – info@scuolaparentcoach.it - Numero Verde: 800.960214 - WhatsApp: 3475820941
MasterCoachItalia srls | P. Iva 08365540726



CENTRO STUDI SCUOLA PARENT COACH | CASO STUDIO

Glossario

Coachee / genitore

La persona che intraprende il percorso di Parent Coaching.

Parent Coach

Il professionista che facilita il processo di sviluppo del genitore attraverso ascolto, domande, riflessione e accompagnamento metodologico, senza sostituire le altre figure specialistiche.

Obiettivo ben formato

Uno strumento del coaching generativo che consente di esplorare in profondità la richiesta di cambiamento e verificarne chiarezza, significato e allineamento.

Allineamento

Verifica della coerenza tra obiettivi, valori, identità, motivazioni e progetto personale e familiare.

Focus di processo

Attenzione orientata su azioni, comportamenti e indicatori direttamente o maggiormente controllabili dal genitore.

Routine di centratura

Sequenza breve e personale utilizzata per interrompere un automatismo e tornare a una risposta più intenzionale dopo un errore o un momento di difficoltà.

Autonomia

Capacità del genitore di affrontare nuove situazioni utilizzando in modo consapevole le competenze sviluppate durante il percorso.

Apprendimento esperienziale

Processo di sviluppo basato sull'alternanza tra azione, osservazione, riflessione e adattamento.



CENTRO STUDI SCUOLA PARENT COACH | CASO STUDIO

Bibliografia essenziale

- **Bandura, A. (1997).** *Self-Efficacy: The Exercise of Control*. W.H. Freeman.
- **Locke, E. A., & Latham, G. P. (2002).** *Building a Practically Useful Theory of Goal Setting and Task Motivation: A 35-Year Odyssey*. *American Psychologist*, 57(9), 705–717
- **Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000).** *The “What” and “Why” of Goal Pursuits: Human Needs and the Self-Determination of Behavior*. *Psychological Inquiry*, 11(4), 227–268.
- **Kolb, D. A. (1984).** *Experiential Learning: Experience as the Source of Learning and Development*. Prentice Hall.
- **Jones, T. L., & Prinz, R. J. (2005).** *Potential Roles of Parental Self-Efficacy in Parent and Child Adjustment: A Review*. *Clinical Psychology Review*, 25(3), 341–363.
- **Sanders, M. R., & Woolley, M. L. (2005).** *The Relationship Between Maternal Self-Efficacy and Parenting Practices*. *Child: Care, Health and Development*, 31(1), 65–73.
- **Grolnick, W. S. (2003).** *The Psychology of Parental Control: How Well-Meant Parenting Backfires*. Lawrence Erlbaum Associates.
- **International Coaching Federation (ICF).** *ICF Core Competencies*.
- **International Coaching Federation (ICF).** *ICF Code of Ethics*.
- **European Mentoring and Coaching Council (EMCC).** *Global Code of Ethics*.