

LA LEADERSHIP IN FAMIGLIA

Veronica Remordina

15 DOMANDE APERTE per accompagnare il genitore a prendere una decisione

di Veronica Remordina // Parent Coach

Caro Coach, leggi attentamente queste. Infatti, non troverai solo consigli o strategie, ma il protocollo che uso quando devo accompagnare una mamma o un papà a prendere decisioni.

Prendere una decisione non è sempre facile, e lo è ancora di meno quando si è genitori.

È una sfida che le mamme e i papà affrontano quotidianamente. Si passa dal semplice dilemma di consentire o negare un pigiama party, all'importante scelta della scuola da far frequentare al proprio bimbo o bimba.

Alcune decisioni possono essere complesse, intricate, stressanti.

Altre possono impaurire, confondere o bloccare.

Le cause? Innanzitutto, c'è la paura del

giudizio. Molti genitori temono il giudizio dei loro stessi familiari, parenti o amici. **Hanno paura di fare scelte diverse da quelle che farebbe-**

ro gli altri, soprattutto quando "gli altri" sono persone di cui si fidano.

Un altro ostacolo alla formulazione di una scelta è il sovraccarico di informazioni, dovuto alla digitalizzazione di oggi. Noi tutti navighiamo su internet e cerchiamo consigli. Per molti aspetti è un bene, per altri può creare molta confusione.

Immaginiamo un papà o una mamma che chiede un parere in rete e viene bombardato dalle risposte più disparate: c'è chi dice bianco e chi dice nero. A quel punto il genitore non sa più come valutare il consiglio migliore. Panico.

Causa numero tre: le aspettative. Molti genitori sono poco accondiscendenti verso se stessi, fanno fatica a perdonarsi eventuali errori di valutazione e vogliono sempre fare il meglio. Ci sono mamme e papà **che nutrono verso se stessi delle aspettative molto elevate.**

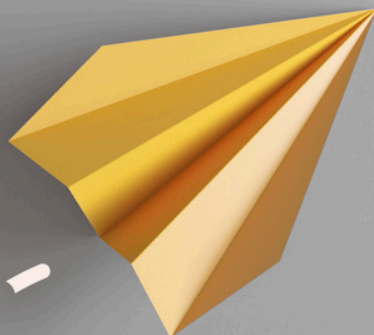
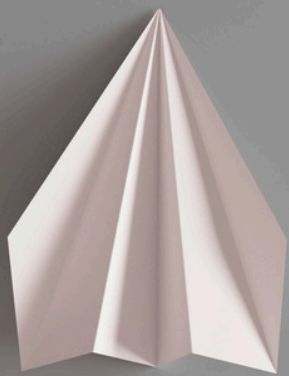
Ad esempio, se cercano l'attività sportiva post-scuola migliore per il proprio figlio, vogliono che poi quell'attività lo sia davvero. Se a posteriori dovessero scoprire che la scelta è stata sbagliata, questo tradirebbe

le loro aspettative e si sentirebbero colpevoli di errore. Non è raro che **un genitore faccia una proiezione nel futuro di come potrebbe sentirsi** qualora l'aspettativa venisse delusa e questo pensiero lo blocca nella scelta. Infatti la paura del futuro è un'altra di quelle paure di cui i genitori soffrono maggiormente. Ora veniamo alla pratica: **come aiutare un genitore a scegliere?** Il mio metodo consiste nell'utilizzare domande aperte. Ricordiamo che il Coach non è colui che fornisce la soluzione, ma colui che aiuta il suo Coachee a prendere in autonomia la decisione migliore per sé e per i suoi cari. Le domande aperte permettono alla mamma o al papà di riflettere sui nodi più intricati delle loro scelte fino a scioglierli e così liberarsi da paure, indecisioni e blocchi emotivi. Poiché amo dare strumenti applicabili da subito, ecco le domande che io utilizzo nelle mie sessioni. Le puoi utilizzare anche tu, da subito.



LE DOMANDE APERTE

1. Qual è la tua principale preoccupazione riguardo a questa decisione?
 2. Quali valori familiari desideri che questa decisione rifletta?
 3. Come pensi che questa decisione possa influenzare la crescita e lo sviluppo di tuo figlio?
 4. Cosa ti preoccupa di più riguardo a entrambe le opzioni decisionali che stai considerando?
 5. In che modo questa decisione potrebbe contribuire alla felicità e al benessere di tuo figlio?
 6. Hai avuto esperienze simili nel passato che potrebbero influenzare la tua decisione attuale?
 7. Come pensi che tuo figlio possa percepire questa decisione?
 8. Cosa ti dice la tua intuizione o il tuo istinto riguardo a questa decisione?
 9. Quali sono le possibili sfide/opportunità associate a ciascuna opzione?
 10. Cosa sei disposto a fare o cambiare per attuare questa decisione con successo?
 11. In che modo questa decisione può contribuire alla crescita e allo sviluppo personale di tuo figlio?
 12. Qual è il tuo obiettivo principale nel prendere questa decisione?
 13. Cosa farai per mantenere l'equilibrio tra i bisogni di tuo figlio e i tuoi bisogni personali?
 14. Come potresti comunicare questa decisione a tuo figlio in modo che lo comprenda e lo accetti meglio?
 15. Quali sono le tue paure o preoccupazioni più profonde riguardo a questa decisione?
- Prova ad applicarle anche tu nella tua prossima sessione di Coaching. Sono sicura che funzioneranno.



**Prenota la tua
copia di
CoachMag n.72**

**Prendere
decisioni: come
accompagnare il
tuo cliente di
Coaching a farlo
al meglio**

