

Allenarsi
I programmi di coaching

Coaching personale e professionale

Allenamenti per sviluppare le proprie capacità,
portare equilibrio nelle diverse aree della vita,
acquisire nuovi punti di vista ed integrare
strategie di pensiero ed azioni efficaci.





Benvenuti in menslab!

I programmi di coaching di menslab sono totalmente costruiti in partnership con il Cliente, per accompagnarlo ad acquisire nuove consapevolezze, sviluppare nuove possibilità di pensiero, incontrare nuovi e più efficaci punti di vista e prospettive che permettano di definire concrete azioni da portare avanti per ottenere i risultati desiderati. In tutti i nostri programmi di coaching coesistono due dimensioni: quella del fare e quella dell'essere.

I Clienti si allenano a raggiungere i risultati mantenendo una particolare attenzione agli stati interni che aumentano la possibilità di raggiungerli e che rendono l'esperienza di coaching un piacevole viaggio nel quale prendersi cura del proprio benessere, mentre si sperimentano nuovi modelli di pensiero e si sviluppano capacità, determinazione, responsabilità ed impegno.

Menslab può garantire diversi approcci di coaching, in modo tale che ciascuna persona possa scegliere quello più adatto a se stesso, sulla base dei risultati che desidera, del tempo che vuole dedicare al programma di coaching, delle sue modalità di apprendimento preferite.

Coaching personale e professionale

Che cosa voglio ottenere davvero nella mia vita?

Che cosa è davvero importante per me?

Come posso riconoscere ciò che realmente mi motiva?

In che modo posso acquisire nuove prospettive che mi permettano di pensare ed agire per ottenere ciò che desidero?

Come posso portare equilibrio fra le varie aree importanti della mia vita?

Come posso aumentare i miei risultati professionali?

Il coaching, attraverso una relazione professionale di partnership, permette di definire con estrema chiarezza i risultati desiderati, a diventare consapevoli delle proprie capacità, delle risorse, delle leve motivazionali e delle strategie di pensiero che aumentano la possibilità di raggiungerli.

Attraverso un programma di coaching il Cliente si allena a mantenere la sua focalizzazione verso ciò che è davvero importante per se stesso ed arricchisce continuamente, attraverso nuove consapevolezze derivanti dalla conversazione con il coach, le sue possibilità di azione.



Il coach è totalmente responsabile della gestione del processo ed il Cliente è totalmente responsabile del portare avanti le azioni che ha definito, utilizzare nella sua vita quotidiana le consapevolezze acquisite, integrare gli apprendimenti attraverso la pratica.

La chiarezza del contratto di coaching è alla base del successo di un programma di coaching. Già al primo incontro con un coach di menslab si definiscono, in forma assolutamente verificabile e misurabile, i risultati che il Cliente vuole ottenere alla fine del programma, così come le modalità di lavoro e le responsabilità del Coach e del Cliente.

Il Cliente sceglie la modalità di lavoro più congeniale per se stesso: un programma di coaching "strutturato", con riunioni di coaching a cadenza prestabilita, un pacchetto di ore da utilizzare secondo le sue esigenze, obiettivi relativi a diverse aree della vita o legati ad un'area e ad un tema specifico, la modalità di svolgimento delle riunioni in presenza o a distanza e tutti gli altri aspetti che permettono di costruire il suo personale percorso di coaching.

I coach di menslab condividono la convinzione che il coaching è tanto più efficace quanto più genera autonomia nel Cliente e, per questo motivo, considerano il Cliente il vero esperto della sua vita, delle sue modalità di apprendimento, delle sue leve motivazionali, delle sue decisioni e si pongono costantemente come partner paritari, in ogni momento della relazione di coaching.

I coach di menslab possono offrire, a coloro che li scelgono per accompagnarli nel raggiungimento dei risultati personali e professionali che desiderano, diversi programmi ed approcci di coaching.

Programma di coaching evolutivo sistemico

Un programma di coaching dedicato a coloro che vogliono raggiungere risultati concreti, scoprire nuove possibilità per evolvere come persone e desiderano considerare la relazione e l'equilibrio fra le varie aree della loro vita ed il contesto in cui sono inseriti.

Questo programma è particolarmente indicato per coloro che vogliono essere i veri protagonisti del loro percorso di coaching, partecipando ad ogni decisione anche sulle scelte metodologiche di conduzione del programma e delle singole riunioni.

Il programma si sviluppa nell'arco di cinque/sei mesi e prevede sino a quattro riunioni di un'ora per ciascun mese, sulla base dei ritmi scelti dal cliente.



Coach e cliente costruiscono e rinforzano, in ogni momento, la loro relazione di collaborazione, lavorando come partner paritari ed avendo ben chiare le responsabilità di ciascuno dei due nel processo di coaching.

Il coach coinvolge continuamente il cliente nelle scelte su come portare avanti il percorso di coaching, crea uno spazio nel quale è possibile far emergere importanti consapevolezze e nel quale è possibile sperimentare nuove modalità di comportamento e correlare le diverse possibilità individuate per muoversi verso i risultati desiderati con gli altri elementi presenti nella vita del cliente (la famiglia, il lavoro, le amicizie,...).

Il coach mette a disposizione del cliente un ricchissimo bagaglio di metodologie, approcci e strumenti: è il cliente a scegliere quale, fra le varie possibilità è quella che gli è più utile in quel momento.

Ogni riunione di coaching prevede un'importante fase nella quale si stabilisce il contratto di sessione: il risultato da ottenere, in quella specifica sessione, che maggiormente avvicina verso i risultati definiti per l'intero programma.

Oltre al che cosa ottenere alla fine della sessione, il cliente è invitato a partecipare alla definizione del "come" raggiungere quel risultato. Il cliente è costantemente invitato ad accedere alle sue risorse migliori, a diventare consapevole di ciò che già ha che può utilizzare per raggiungere ciò che desidera e ad assumersi la responsabilità di utilizzare i suoi talenti.

L'approccio sistemico consente di sviluppare la propria capacità di pensare per scenari ed interrelazioni e di riconoscere quali possibilità di influenza il cliente ha sui suoi contesti di riferimento.

La consapevolezza sulle aree di crescita e l'attenzione congiunta alle dimensioni mente-corpo- emozioni consentono a coloro che scelgono questo approccio di coaching di arricchire le proprie possibilità di azione e di sperimentare modalità di lavoro che derivano da numerosi approcci quali la programmazione neurolinguistica, le tecnologie per creare, le costellazioni sistemiche, per citarne solo alcune. Tutte le attività sono rigorosamente utilizzate secondo un approccio di coaching che garantisce al cliente di scegliere continuamente quale delle possibilità proposte gli è utile per muoversi nella direzione che desidera.

Il programma di coaching evolutivo sistemico si propone, come risultato principale, quello di amplificare le modalità di lettura del contesto e di creare consapevolezza e metodi concreti per creare nuovi risultati nella propria vita e nel proprio lavoro.



Programmi di coaching per risultati specifici

Coloro che desiderano utilizzare il coaching per allenarsi a raggiungere specifici risultati, a titolo di esempio, individuare le proprie caratteristiche per identificare il loro lavoro ideale, sviluppare strategie di comunicazione efficace, ampliare la propria rete di relazioni, migliorare la gestione del tempo..., possono scegliere di partecipare ad un programma di coaching mirato.

Il programma di coaching è costruito, sia in termini di durata sia in termini di metodologie utilizzate, sulla base dello specifico obiettivo definito durante la prima riunione.

I programmi possono svilupparsi nell'arco di tre/cinque mesi ed il numero di riunioni è stabilito, in fase iniziale, sulla base dei temi da trattare e delle attività da portare avanti fra le riunioni.

Il cliente può scegliere se iniziare un programma completo, con incontri a cadenza definita, o se acquisire un pacchetto di ore da utilizzare quando ritiene utile avere una conversazione di coaching per continuare a fare passi avanti verso i suoi risultati.

I principali coach, trainer e supervisori di menslab

Giuseppe Meli

È un sociologo della comunicazione, specializzato in formazione degli adulti e in sociolinguistica. È Master Certified Coach, con credenziale rilasciata dall'ICF - International Coach Federation, Licensed Trainer of NLP. È il direttore didattico di Menslab e ha co-progettato il programma di formazione e certificazione per coach sistemico evolutivo, accreditato come ACTP dall'ICF.

Dal 2004 svolge per l'ICF la funzione di assessor (esaminatore) per gli esami per coach professionisti sino al massimo livello di certificazione e, attualmente, fa parte del Credentialing Training Team dell'ICF, occupandosi - con colleghi Master Coach di tutto il mondo - della formazione degli assessor, principalmente in Europa, Stati Uniti e Asia.

I suoi clienti in coaching sono principalmente executive, professionisti, squadre sportive e team direzionali. È mentor coach e supervisore di numerosi coach professionisti in Europa, Stati Uniti ed America Latina. È relatore in numerosi convegni internazionali sul coaching.



Margaret Krigmaum

Dopo undici anni di pratica professionale come avvocato, ha iniziato la sua transizione professionale al coaching alla fine del 1994, negli anni di avvio di questa professione. Margaret allena i suoi clienti su temi particolarmente significativi per loro e, attraverso il mentoring e la supervisione, contribuisce all'evoluzione delle competenze professionali dei coach esperti.

I suoi clienti operano a livello internazionale: negli Stati Uniti, in Europa e in Asia. Ha offerto coaching a più di 2.000 clienti e team in 26 diversi Paesi.

È una leader ed un pioniere della professione del coaching ed ha ottenuto la certificazione di Master Certified Coach dall'International Coach Federation. È stata la presidente dei comitati per la certificazione e per la formazione continua dei coach di ICF sino al 2005 e ha presieduto il Comitato Educativo che ha progettato la conferenza internazionale di ICF del 2007 che ha visto la partecipazione di 1800 coach. Oltre a queste attività è stata vice presidente di ICF e presidentessa del comitato di revisione delle candidature dell'ICF. Ha ricevuto il premio Jennifer White, promosso dall'International Coach Federation, per il suo eccezionale contributo alla professione del coaching. Ha offerto il suo contributo, come speaker, in numerose conferenze internazionali ed europee dell'ICF oltre a presentazioni per i suoi clienti e all'interno di conferenze dedicate ai coach in Giappone, Francia, Regno Unito, Cina, Australia, Brasile, Svezia, Singapore e Messico, per citarne alcune.

Ha partecipato come autrice nelle recenti pubblicazioni Rutledge Companion to International Business Coaching, Working Wisdom e The Law & Ethics of Coaching.

Jacopo Rivoltella

È laureato in Communication Management presso l'Università di Malta. È Master Certified Coach, con credenziale dell'ICF. È trainer di PNL certificato sia dalla Society of Neuro-Linguistic Programming sia dalla NLP University, Santa Cruz (California).

Ha co-progettato il programma di formazione e certificazione per coach sistemico evolutivo, accreditato come ACTP dall'ICF ed è uno dei coach trainer e dei supervisor principali del programma. Ha approfondito la sua formazione come coach trainer attraverso programmi per lo sviluppo delle competenze di team coach e supervisore. Svolge la funzione di assessor per l'ICF.

Ha svolto con l'azienda di famiglia attività legate alla comunicazione pubblicitaria ed all'organizzazione di eventi golfistici a livello internazionale.

Attualmente, offre attività di coaching, team coaching e formazione al coaching sia all'interno di aziende ed organizzazioni, sia in programmi aperti al pubblico che realizza in Italia, Spagna ed America Latina. Coordina, per menslab, la rete dei consulenti e dei supervisor.



Luciano Boccucci

È un Executive Coach Certificato, un Professional Certified Coach e un Agente di Trasformazione e Cambiamento Creativo.

Ha acquisito una consolidata esperienza nella facilitazione di processi di Trasformazione, Innovazione e Cambiamento lavorando per più di 18 anni in contesti globali con senior executive sulla gestione efficace della loro leadership e ha sviluppato un nuovo modello di leadership volto ad integrare lo sviluppo del pensiero creativo e l'innovazione all'interno dei comportamenti aziendali: Catch Leadership.

Ha un Master of Science in Creativity & Innovation dell'International Center for Studies in Creativity al "Buffalo State College", State University di New York. Dal 2005 è leader di CREA Conference, la Conferenza Internazionale di Creative Problem Solving, Creatività e Innovazione ed è membro del CPSI, Creative Problem Solving Institute.

Ha un Master in Coaching, la certificazione di Licensed Coaching Clinic Facilitator e di Navigational Coaching per la facilitazione del coaching manageriale nelle organizzazioni oltre all'accreditamento dell'Executive Team Alignment Process per la gestione degli Executive Team.

Monica Albuja

Una senior trainer nelle aree della comunicazione e marketing e un coach per l'innovazione strategica. Attualmente possiede una credenziale dell'ICF come PCC - Professional Certified Coach ed è certificata come Coach Ontologico da Rafael Echeverria e Julio Olalla e come coach sistemico evolutivo da Menslab. Specializzata come NLP Licensed Master Practitioner da Menslab e dalla Society of NLP. Appassionata di come la comunicazione influenzi ed espanda i processi di lavoro e le relazioni utili a creare i risultati desiderati dalle persone e dalle organizzazioni. Tutte le sue attività hanno l'obiettivo di innalzare il valore delle risorse umane. Attraverso il coaching organizzativo e l'analisi dei processi comunicativi, offre ai suoi clienti spazi di riflessione che offrono la possibilità di comprendere le opportunità strategiche utili allo sviluppo dei loro business.

Nella sua attività professionale sviluppa programmi di coaching ad alto impatto e offre workshop e conferenze rivolte a professionisti e a team di lavoro.

Negli ultimi diciotto anni ha lavorato con numerose aziende multinazionali, con amministratori delegati, manager e imprenditori che hanno potuto riconoscere il miglioramento della qualità della loro vita personale e professionale, innalzando il loro livello di responsabilità, leadership, efficienze, produttività, benessere e equilibrio.

Prima di iniziare la sua attività come coach, Monica ha lavorato come responsabile nelle aree marketing di aziende quali Coca Cola, Procter & Gamble, Campari e Sol Meliá.



Andrea Falleri

È laureato in Ingegneria presso l'Università di Bologna. È Professional Certified Coach con credenziale rilasciata dall'ICF – International Coach Federation.

È Practitioner di PNL certificato dalla IANLP e Social Style Certified Instructor, titolo rilasciato da Tracom Group.

Ha maturato una solida esperienza aziendale di circa 10 anni nel settore edile ricoprendo ruoli di responsabilità e coordinamento in area Operation.

Si è formato al Coaching con CoachU Italia e successivamente con Menslab. Si è formato all'Inner Game approach direttamente con Timothy Gallwey nel 2010 a Londra.

Svolge attività di executive, corporate, sport, life e team coaching sia in italiano che in inglese.



Per maggiori informazioni:
www.menslab.com
info@menslab.com
800 810 811