



La scuola di coaching
Apprendere le competenze dei coach eccellenti

Programma di formazione e certificazione per Coach Sistemico Evolutivo

XXIV Edizione
Online e in videoconferenze interattive
Aprile - Ottobre 2026



menslab.com



Benvenuti alla scuola di coaching di Menslab!

Coloro che desiderano apprendere il coaching di eccellenza per svolgerlo professionalmente o per utilizzarlo a supporto di altre attività e/o per la propria evoluzione personale e professionale, trovano in menslab un partner altamente qualificato e professionale che da oltre 20 anni offre coaching, mentoring, supervisione e formazione al coaching, in Europa, negli Stati Uniti e in America Latina.

Tutti i partecipanti alla scuola di coaching hanno l'opportunità di imparare ad utilizzare efficacemente le competenze dei coach eccellenti, di rendere la propria comunicazione estremamente precisa, di allenarsi ad una visione strategica e sistemica.

Il percorso formativo rappresenta un importante viaggio fatto di esperienze, apprendimenti e risultati concreti.

Il programma è facilitato esclusivamente da esperti formatori, **tutti Master Certified Coach e Mentor Coach esperti**, che lavorano a livello internazionale e gestiscono attività professionali di successo. Tutti i formatori hanno importanti esperienze professionali in ambito manageriale e/o consulenziale.

Chi sono i destinatari del programma?

- Coloro che desiderano diventare coach professionisti e, per questo motivo, desiderano acquisire solide competenze e numerosissimi strumenti concreti per attivare la propria attività professionale di successo;
- Professionisti - quali consulenti, formatori, head hunter, allenatori sportivi, psicologi, counselor - che vogliono espandere il proprio mercato, arricchendo la propria offerta di un servizio estremamente richiesto, oltre ad aggiornarsi e acquisire competenze che potenziano incredibilmente quelle proprie della loro professione;
- Manager, che vogliono aumentare la propria efficacia sviluppando un'attitudine ed un approccio che promuove l'autonomia e lo sviluppo dei collaboratori e dei team, il pensiero sistematico strategico e la focalizzazione ai risultati e/o che desiderano aprirsi a nuove opportunità professionali per il futuro;



- Imprenditori che ricercano efficaci metodologie per far crescere la propria azienda sviluppando chiare visioni estremamente strategiche e promuovendo la motivazione e la responsabilità dei propri collaboratori;
- Altre figure professionali che desiderano allenarsi ad identificare strategie di eccellenza per il proprio sviluppo personale e professionale e per promuovere l'evoluzione delle persone con cui sono in relazione.

Quali sono le caratteristiche del programma di formazione e certificazione per coach sistematico evolutivo di Menslab?

- Permette di sviluppare un'estrema precisione linguistica, fondamentale per comunicare in modo diretto e potenziante;
- Allena alla visione sistematica, per permettere di considerare le variabili da influenzare per ottenere risultati concreti;
- Consente di sperimentare le competenze fondamentali del coaching al livello di maestria, superando i modelli standardizzati;
- Promuove una reale partnership con i clienti che consente di co-costruire il percorso di coaching allenando all'autonomia e alla responsabilità personale;
- Offre un ampio ventaglio di strumenti, tecniche e approcci che vanno molto al di là delle competenze fondamentali, che possono essere utilizzati per l'evoluzione personale e per offrire servizi di valore ai propri clienti;
- Garantisce un accompagnamento individuale e personalizzato con chiari feedback su quanto già appreso e sugli aspetti da allenare per muoversi verso l'eccellenza nel coaching e lo sviluppo del proprio business;
- Utilizza gli approcci di coaching e mentoring durante l'intera formazione, permettendo di osservare e sperimentare gli approcci di coaching maggiormente efficaci;
- È costantemente aggiornato con le best practice internazionali sulla professione, sviluppate dalla rete di coach e mentor internazionali di cui Menslab fa parte;
- Promuove il rispetto, la responsabilità personale, la crescita continua, la flessibilità, il pensiero strategico ed è costantemente orientato alla concretezza dei risultati;
- Rende semplici i concetti complessi per permettere ad ogni partecipante di integrarli immediatamente nel proprio stile di coaching per promuovere la reale evoluzione dei clienti e di sé stessi.



Come si svolge la formazione a distanza?

Il programma di formazione e certificazione per coach sistematico evolutivo online e a distanza si sviluppa in 180 ore di formazione, mentor coaching e attività integrative.

Il percorso formativo prevede:

- 20 ore di formazione online, che può essere frequentata secondo la propria disponibilità e i propri ritmi. Il programma è costruito utilizzando numerosi strumenti didattici che si integrano fra loro: presentazione delle competenze, demo didattiche, esercitazioni e test, interviste di approfondimento ai Master Certified Coach internazionali, ecc;
- 112.5 ore in aula virtuale, in videoconferenza dal vivo, con i senior trainer di Menslab. L'aula virtuale utilizza un sistema di videoconferenza evoluto che consente sia di partecipare a presentazioni e discussioni con l'intero gruppo, sia di svolgere esercitazioni e pratiche in sottogruppo. L'attività in aula virtuale è totalmente paragonabile all'esperienza dal vivo e permette di ottimizzare i tempi e la focalizzazione;
- 10.5 ore di mentor coaching (7.5 ore in piccolo gruppo e 3 ore individuali);
- 25 ore di pratica fra i moduli didattici. Si tratta, fondamentalmente, di attività di sperimentazione del coaching realizzate fra i partecipanti al corso;
- 12 ore per lo sviluppo di un learning journal e per gli esami.

Il percorso di formazione e certificazione per coach sistematico evolutivo è accreditato dall'ICF – International Coaching Federation come Level 2.

Il programma soddisfa i requisiti di formazione, mentor coaching e performance evaluation (valutazione di reali sessioni di coaching registrate) utile per richiedere una credenziale individuale direttamente all'ICF.



Quali sono i principali contenuti del programma formativo?

Il programma è suddiviso in quattro sezioni fondamentali: coaching fundamentals, coaching professional, coaching mastery, mentor coaching e certificazione.

Si sviluppa in un totale di 180 ore di formazione, mentor coaching, pratiche e approfondimenti. Alla fine della formazione è previsto un esame finale per il conseguimento del diploma di coach sistematico evolutivo.

L'organizzazione didattica è la seguente:

Coaching fundamentals

(15 ore di formazione online, 45 ore di formazione in videoconferenze interattive e 10 ore di attività integrative)

1. CREARE IL FUTURO: LE COMPETENZE DEL COACHING PER DEFINIRE CHIARI RISULTATI E COSTRUIRE UN PROGRAMMA EFFICACE PER RAGGIUNGERLI

In questa parte della formazione i partecipanti apprendono ad utilizzare per sé stessi e nella relazione con gli interlocutori alcune delle principali competenze codificate dall'ICF - International Coaching Federation.

Durante il programma saranno trattate e sperimentate diverse competenze di coaching, strettamente collegate a risultati pratici. Nello specifico:

- Gli obiettivi personali e professionali: come definirli con esattezza e attivare la propria neurologia per raggiungerli (competenza definire il contratto);
- Riconoscere i valori e le regole che guidano le nostre scelte e quelle degli interlocutori (competenza ascolto attivo);
- Entrare in relazione con qualsiasi interlocutore e promuovere la sua evoluzione (competenze ascolto attivo, domande potenti, comunicazione diretta);
- Riconoscere i propri talenti e quelli delle persone che ci circondano (competenze ascolto attivo, creare consapevolezza);
- Sviluppare piani d'azione che permettono di dedicare le energie a ciò che è importante (competenza pianificare obiettivi).

Alla fine del modulo i partecipanti saranno in grado di utilizzare le competenze per costruire il proprio programma di sviluppo personale e professionale e per comunicare in modo efficace con i loro interlocutori.



2. DALLA CONSAPEVOLEZZA AI RISULTATI: ALLENARE IL PENSIERO STRATEGICO E SVILUPPARE LE ABITUDINI UTILI A RAGGIUNGERE I PROPRI RISULTATI PERSONALI E PROFESSIONALI

In questa fase della formazione i partecipanti apprendono come utilizzare / far utilizzare le consapevolezze acquisite per definire nuove possibilità di azione e acquisire le abitudini utili a raggiungere i risultati.

Durante il programma saranno trattate e sperimentate diverse competenze di coaching e comunicazione. Nello specifico:

- Rendere attraenti e desiderabili gli obiettivi: come collegare gli obiettivi ai propri valori per aumentare la determinazione a raggiungerli (competenza definire il contratto);
- Rendere il contesto (lavoro, famiglia, relazioni, etc.) un alleato per il raggiungimento dei risultati, osservandolo da nuove prospettive e definendo come interagire con lo stesso;
- Entrare in relazione con qualsiasi interlocutore e promuovere la sua evoluzione (competenze ascolto attivo, domande potenti, comunicazione diretta);
- Attivare le proprie risorse per sviluppare infinite possibilità (competenza definire azioni);
- Realizzare scelte di qualità (competenze definire azioni e pianificare);
- Allenare la costanza e trovare la motivazione (competenza gestione dei progressi e delle responsabilità);

Alla fine del modulo i partecipanti avranno acquisito la capacità di osservare le diverse situazioni da una pluralità di punti di vista, di collegare i risultati specifici alle proprie motivazioni profonde e di sviluppare un piano di allenamento particolarmente motivante.

3. COACHING PER L'EVOLUZIONE: ATTIVARE E GESTIRE UN PERCORSO DI COACHING ATTRAVERSO LA PARTNERSHIP E LA FIDUCIA

In questo modulo i partecipanti apprendono ad utilizzare le competenze acquisite nel programma precedente per attivare un percorso di coaching con i propri clienti e sviluppano l'abilità di sostenere un'efficace conversazione di coaching.

Attraverso questo seminario i coach in formazione avranno la capacità di utilizzare le competenze di coaching in un percorso con i loro clienti.

L'etica del coaching, secondo ICF, sarà trattata in questa parte del programma, attraverso casi didattici.



Coaching professional

(5 ore di formazione online, 45 ore di formazione in videoconferenze interattive e 10 ore di attività integrative)

4. COACHING SISTEMICO

Questa parte della formazione renderà i partecipanti in grado di lavorare attraverso il coaching con un approccio sistematico che tiene conto di come la situazione del cliente sia influenzata ed influenzati i sistemi di appartenenza (famiglia, azienda, gruppi sociali...).

Se è vero, infatti, che i risultati allenabili sono totalmente riconducibili alla responsabilità diretta del cliente è altrettanto vero che attraverso le sue azioni, il cliente produce dei cambiamenti nei sistemi di cui fa parte e, a sua volta, questi sistemi reagiscono a qualsiasi stimolo creando delle situazioni comunicative che, il più delle volte, tendono a riportare il sistema all'equilibrio precedente.

Analogni processi accadono a livello di "sistema persona", con modalità differenti, basate sul pensiero che, in un qualche modo, incidono sulla reale sperimentazione di nuovi modelli e creano dei sabotaggi tesi a mantenere lo stato attuale.

L'approccio di coaching sistematico evolutivo consente di intervenire su questi meccanismi, sviluppando capacità ed abitudini tese a considerare tutte le variabili e ad acquisire degli strumenti di influenzamento delle stesse.

Alla fine di questo modulo i partecipanti saranno in grado di arricchire il loro coaching di strumenti e tecniche, sia conversazionali sia somatiche, che consentono di ampliare le prospettive del cliente e facilitare la reale assunzione di responsabilità rispetto alle variabili da influenzare per ottenere i risultati desiderati.

5. LINGUAGGI DI PRECISIONE

Il coaching è una disciplina guidata dal linguaggio e, per questo motivo, per essere efficaci nell'uso delle competenze è fondamentale sviluppare una notevole precisione linguistica e riconoscere la pluralità di linguaggi in gioco in una relazione.

Attraverso questo modulo, i partecipanti riconosceranno i diversi linguaggi e apprenderanno ad utilizzarli efficacemente per stabilire la relazione di coaching.

Oltre ad acquisire strumenti comunicativi particolarmente efficaci, i partecipanti inizieranno a sviluppare la loro capacità di ascolto attivo, quella di fare domande di estrema precisione e si sperimenteranno in una comunicazione diretta, facilmente comprensibile da qualsiasi tipo di interlocutore.



La comprensione dei diversi linguaggi permetterà anche di riconoscere il potere che il dialogo interno ha nel generare possibilità, mantenere la focalizzazione verso gli obiettivi ed attivare la motivazione.

Coaching mastery

(22.5 ore di formazione in videoconferenze interattive, 5 ore di attività integrative)

6. INSPIRING PARTNERSHIP

Un programma che permette di portare il coaching e le altre interazioni personali e professionali ad un nuovo livello, grazie allo sviluppo della partnership che facilita la co-creazione di qualsiasi relazione e risultato.

Durante le tre giornate di workshop apprenderemo come allearsi con gli interlocutori per creare un mindset di crescita e sviluppo comune utile ad ampliare le possibilità osservando la realtà da diverse prospettive, arricchendo il linguaggio e gli stili di apprendimento.



Programma di certificazione

(10.5 ore di mentor coaching, 12 ore di ricerca personale, completamento del learning journal, esami)

7. MENTOR COACHING

I partecipanti saranno accompagnati nello sviluppo della propria professionalità come coach attraverso un programma di mentor coaching (supervisione sul lavoro con i clienti e coaching sul proprio coaching) che si sviluppa in 7.5 ore in piccolo gruppo e 3 ore individuali. Questo programma inizierà alla conclusione dei primi 3 workshop, quando i coach in formazione inizieranno a lavorare con i propri clienti. In questa fase del programma tutti i partecipanti riceveranno specifici feedback e saranno accompagnati nell'identificare con chiarezza i prossimi passi nella loro evoluzione come coach.

8. RICERCA PERSONALE E ESAMI FINALI

Per completare il programma formativo e accedere all'esame finale ogni partecipante completerà una ricerca personale su un tema di suo interesse, inerente al coaching, che concorderà con il suo supervisore.

Durante l'intero percorso, completerà un *Learning Journal* che evidenzia gli apprendimenti avuti nelle sessioni didattiche, nelle pratiche e nel mentoring

L'esame finale prevede l'invio di una sessione di coaching registrata e della relativa trascrizione. La sessione sarà valutata dai trainer considerando il livello richiesto, per ciascuna competenza, a un coach professionista.



Certificazione

Dopo aver partecipato alle 180 ore del programma di formazione - che include la formazione, il mentor coaching, la supervisione, le attività integrative, il learning journal e la ricerca personale - ed aver superato gli esami - i coach riceveranno il diploma di Coach Sistemico Evolutivo.

Il percorso formativo è accreditato dall'ICF come Level 2, per questo motivo il diploma del programma soddisfa i requisiti di formazione e mentor coaching richiesti per ottenere la certificazione di ACC - Associate Certified Coach e di PCC - Professional Certified Coach emessa direttamente dall'ICF.

Oltre al diploma della scuola, per richiedere dette certificazioni, i diplomati avranno da evidenziare la loro esperienza di lavoro con i clienti (100 ore per richiedere il livello di ACC e 500 per richiedere quello di PCC) e sostenere un esame sulle competenze gestito direttamente dall'ICF.



I principali trainer e supervisori di Menslab

Giuseppe Meli, Master Certified Coach

È un sociologo della comunicazione, specializzato in formazione degli adulti e in sociolinguistica. È Master Certified Coach, con credenziale rilasciata dall'ICF – International Coaching Federation, Master Practitioner e Supervisore con certificazione dell'EMCC, Licensed Trainer of NLP. È il direttore didattico di Menslab e ha co-progettato il programma di formazione e certificazione per coach sistematico evolutivo, accreditato come Livello 2 dall'ICF.

Ha progettato e coordina il diploma internazionale in mentor coaching e supervisione già realizzato in otto edizioni fra Italia e Spagna.

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. Ha progettato e coordinato diverse scuole per coach aziendali, mentor e manager coach. È relatore in numerosi convegni internazionali sul coaching.

Jacopo Rivoltella, Master Certified Coach

È laureato in Communication Management presso l'Università di Malta. È Master Certified Coach, con credenziale dell'ICF, Senior Practitioner e Supervisore certificato da EMCC. 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 sistematico evolutivo, accreditato come Livello 2 dall'ICF ed è uno dei coach trainer e dei supervisori 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 supervisori.



Monica Albuja, Master Certified Coach

Una senior trainer nelle aree della comunicazione e marketing e un coach per l'innovazione strategica. Attualmente possiede una credenziale dell'ICF come MCC - Master Certified Coach, Senior Practitioner e Supervisore con EMCC. È certificata come Coach Ontologico da Rafael Echeverria e Julio Olalla e come coach sistematico 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.

Marco Bertola, Master Certified Coach

È un Master Certified Coach con credenziale dell'ICF, Senior Practitioner e Supervisore, con certificazione dell'EMCC, trainer e consulente, con oltre 15 anni di esperienza nel campo della leadership, del change management e del coaching.

Ha lavorato a livello internazionale sia come consulente esterno che all'interno di grandi multinazionali.

È docente presso la LIUC Business School e collabora come mentore e supervisore con diversi programmi di formazione per coach, sia negli Stati Uniti che in Italia.

Ha conseguito un Master in "Positive Organizational Development and Change" presso l'università Case Western di Cleveland, Ohio.

È certificato nell'utilizzo di strumenti quali l'MBTI, il FIRO-B, lo StrengthsFinder e l'Appreciative Inquiry.

Supporta individui, team ed organizzazioni a realizzare il proprio potenziale, scoprendo e valorizzando i propri talenti unici.



Peter Busby, Master Certified Coach

È laureato in Business Studies presso l'Università South Bank di Londra. È Master Certified Coach (MCC), con credenziale rilasciata dall'ICF – l'International Coaching Federation - Senior Practitioner e Supervisore certificato da EMCC.

Perfettamente bilingue, per oltre vent'anni è stato impegnato nel mondo del marketing come manager per una moltitudine di società italiane e multinazionali quali Fiat Chrysler, Whirlpool e Ipsos, con ruoli e responsabilità crescenti.

Nel 2012 ha iniziato il suo percorso come coach formandosi con Corporate CoachU Italia e frequentando, in seguito, altri programmi formativi e di specializzazione sino a giungere alla certificazione come Mentor Coach e Supervisore con Menslab - Coaching & Training.

Svolge attività di coaching individuale e di team. I suoi clienti sono principalmente executive e manager. Lavora sia di persona sia online in tutto il mondo.

È anche un trainer affermato per lo sviluppo di diverse competenze comportamentali e manageriali (soft skills).

Oltre all'attività di coaching e formazione offre percorsi di mentor coaching e supervisione sia per gli allievi dei programmi di formazione per coach professionisti di Menslab, sia ai colleghi coach che desiderano acquisire una credenziale ICF.

Camilla Cesari, Master Certified Coach

Laureata in economia con un master in diritto tributario, dopo circa 10 anni di esperienza lavorativa in ambito di fiscalità internazionale, Camilla si trasferisce nel 2010 in Australia dove consegue un MBA presso l'Università di Adelaide. Contemporaneamente si avvicina al coaching, formandosi inizialmente con Coach U (Australasia e International) e poi, in Italia, con Menslab - Coaching & Training.

È Master Certified Coach (MCC), con credenziale rilasciata dall'International Coach Federation (ICF), Senior Practitioner e Supervisore certificato da EMCC. Nel lavoro fa tesoro delle sue diverse esperienze lavorative e di vita: da libera professionista e manager in società locali e multinazionali in tre continenti. Alla profonda passione per il coaching associa un'innata curiosità e spinta verso un continuo apprendimento e una costante crescita personale e professionale.

I suoi clienti sono principalmente composti da executive e manager che vivono e operano a livello internazionale, e coach che desiderano evolvere nell'uso delle competenze professionali. Camilla ha lavorato, ad oggi, con coachee dislocati in oltre 30 Paesi e svolge attività di coaching, principalmente online, in quattro lingue: italiano, inglese, spagnolo e francese.



Date, modalità di svolgimento e investimento

Date del programma

L'edizione aprile – ottobre 2026 del programma si svolgerà in 20 ore di formazione online, 112.5 ore suddivise in sette moduli didattici in videoconferenza, 10.5 ore di mentor coaching a distanza, 37 ore di attività integrative e esami.

Le date dei moduli in Videoconferenza sono le seguenti:

1° modulo	10 e 11 aprile	(Creare il futuro)
2° modulo	8 e 9 maggio	(Dalla consapevolezza ai risultati)
3° modulo	29 e 30 maggio	(Coaching per l'evoluzione)
4° modulo	19 e 20 giugno	(Linguaggi di precisione 1)
5° modulo	10 e 11 luglio	(Linguaggi 2 - Coaching sistematico 1)
6° modulo	11 e 12 settembre	(Coaching sistematico 2)
7° modulo	2, 3 e 4 ottobre	(Inspiring partnership)

Modalità di fruizione del corso e orari

I percorsi online sono accessibili in qualsiasi momento, sulla piattaforma dedicata.

Le videoconferenze sono realizzate attraverso una piattaforma che consente il lavoro in sottogruppi per realizzare le numerose attività esercitativi.

Per i moduli didattici a distanza, dal vivo con i Trainer, gli orari previsti per le attività sono dalle 9.30 alle 13.30 e dalle 14.30 alle 17.30/18.00.

Le date e gli orari del mentoring a distanza, in piccolo gruppo ed individuale, verranno stabilite durante lo svolgimento del corso con i partecipanti.

All'iscrizione al programma i partecipanti riceveranno le credenziali di accesso alla piattaforma di formazione online.

Investimento

La quota di partecipazione all'intero programma è di euro 7.000 + iva.

I pagamenti potranno essere realizzati secondo un piano da completarsi entro ottobre 2026.



Per maggiori informazioni:

www.menslab.com

info@menslab.com

070 7968148

800 810 811