



La scuola di coaching  
Apprendere le competenze dei coach eccellenti

## Systemic Coaching Practitioner Certification Coaching Fundamentals

### XXIV edizione

La formazione e il mentor coaching sulle  
competenze del coaching  
Online e in videoconferenze interattive.  
Aprile - Maggio 2026



[menslab.com](http://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 e formazione al coaching, al mentoring e alla supervisione, in Europa, negli Stati Uniti e in America Latina.

Tutti i partecipanti ai percorsi di formazione al coaching di Menslab hanno l'opportunità di imparare ad utilizzare efficacemente le competenze dei coach eccellenti, di rendere la propria comunicazione estremamente efficace e precisa, di allenarsi ad una visione strategica e sistematica e di perfezionarsi nelle aree di maggiore interesse.

I percorsi formativi al coaching rappresentano un importante viaggio fatto di esperienze, apprendimenti e risultati concreti.

I programmi sono facilitati esclusivamente da esperti formatori che lavorano a livello internazionale e gestiscono attività professionali di successo. I formatori sono coach professionisti, certificati dall'ICF - International Coaching Federation - e hanno importanti esperienze professionali in ambito manageriale e/o consulenziale.

## Chi sono i destinatari del programma formativo?

- Coloro che desiderano iniziare la formazione al coaching professionale acquisendo una profonda conoscenza delle competenze fondamentali;
- Professionisti - quali consulenti, formatori, head hunter, allenatori sportivi, psicologi, counselor - che vogliono espandere il proprio mercato, arricchendo la propria offerta, 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, la visione sistematica e la focalizzazione ai risultati e/o che desiderano aprirsi 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.

## Che cosa imparerai frequentando il "Systemic Coaching Practitioner Certification"?

La formazione al coaching di Menslab si propone di far acquisire a coloro che la scelgono l'attitudine e le competenze utili a sviluppare abitudini e forme di pensiero funzionali al raggiungimento dei risultati desiderati.

Nella prima parte del programma, apprenderai ad utilizzare le competenze del coaching per te stesso e per rendere maggiormente efficace la tua comunicazione.

Proseguendo, ti allenerai a presentare il coaching e gestire un intero percorso di coaching, dalla sessione iniziale nella quale si definiscono i risultati desiderati dal Cliente alla fine del percorso, alla gestione delle singole sessioni, utili ad allenare il Cliente a trovare nuovi approcci, strategie e motivazioni per raggiungere i risultati desiderati.

Potrai quindi accedere al programma di certificazione che prevede 10 ore di mentor coaching – 7 in piccolo gruppo e 3 in forma individuale. Il programma di mentoring ti permetterà di trattare i casi di lavoro con i tuoi clienti e di ricevere feedback sull'uso delle competenze e coaching sul tuo coaching da parte dei trainer e mentor coach di menslab e ti preparerà all'ottenimento della credenziale di ACC - Associate Certified Coach rilasciata dall'ICF.

## Menslab ed il coaching

Menslab è una delle prime organizzazioni ad avere offerto in Italia e Spagna, sin dall'anno 2000, programmi di coaching e di formazione al coaching di eccellenza basati sulle più efficaci metodologie quali la teoria sistemica, la precisione linguistica, le neuroscienze, le teorie dell'apprendimento, l'allenamento sportivo e la scienza dell'organizzazione.

"Systemic Coaching Practitioner Certification" costituisce la prima fase del programma di certificazione per coach sistematico evolutivo ed è costituito da tre percorsi fondamentali: "Creare il futuro", "Dalla consapevolezza ai risultati" e "Coaching per l'evoluzione: attivare e gestire un percorso di coaching" e dal programma di mentoring



e supervisione in piccolo gruppo e individuale. È altresì previsto un esame finale che sostituisce la performance evaluation dell'ICF.

I coach che completano il programma "Systemic Coaching Practitioner Certification – Coaching Fundamentals" possono decidere, in ogni momento, di proseguire la loro formazione per ottenere il diploma di Coach Sistemico Evolutivo.

## Systemic Coaching Practitioner Certification: come si svolge la formazione a distanza

Il programma "Systemic Coaching Practitioner Certification – Coaching Fundamentals" online e a distanza si sviluppa in 70 ore di formazione e pratica + 10 ore di mentoring e supervisione in piccolo gruppo e individuale + l'esame per la certificazione.

La formazione si sviluppa attraverso:

- 15 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.;
- 45 ore in aula virtuale con i 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 ore di mentor coaching (7 ore in piccolo gruppo e 3 ore individuali);
- 10 ore di pratica fra i moduli didattici. Si tratta, fondamentalmente, di attività di sperimentazione del coaching realizzate fra i partecipanti al corso;
- Esame per il conseguimento del diploma di Menslab;

Il percorso "Systemic Coaching Practitioner Certification - Coaching fundamentals" è accreditato dall'ICF come Level 1. La valutazione delle competenza (performance evaluation) è effettuata direttamente all'interno del percorso.

Con il diploma del programma formativo, non appena acquisite 100 ore di pratica con i Clienti, sarà possibile richiedere all'ICF la credenziale individuale di ACC – Associate Certified Coach, sostenendo esclusivamente un esame online sulle competenze.



## I contenuti dei moduli didattici

### CREARE IL FUTURO: LE COMPETENZE DEL COACHING PER DEFINIRE CHIARI RISULTATI E COSTRUIRE UN PROGRAMMA EFFICACE PER RAGGIUNGERLI - 30 ORE

In questa parte della formazione i partecipanti apprendono come utilizzare per se 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.

### DALLA CONSAPEVOLEZZA AI RISULTATI: ALLENARE IL PENSIERO STRATEGICO E SVILUPPARE LE ABITUDINI UTILI A RAGGIUNGERE I PROPRI RISULTATI PERSONALI E PROFESSIONALI - 25 ORE

In questa fase della formazione i partecipanti apprendono come utilizzare / far utilizzare le consapevolezze acquisite - relative alle regole interne che seguono per scegliere come agire, all'influenza automatica dei propri valori guida, alle strategie di pensiero utilizzate - 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, ...) un alleato per il raggiungimento dei risultati, osservandolo da nuove prospettive e definendo come interagire con lo stesso (competenze domande potenti e comunicazione diretta);
- 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.

### COACHING PER L'EVOLUZIONE: ATTIVARE E GESTIRE UN PERCORSO DI COACHING ATTRAVERSO LA PARTNERSHIP E LA FIDUCIA - 15 ORE

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.

I principali contenuti trattati durante il programma sono:

- Percorso di coaching e sessione di coaching;
- Presentare il coaching;
- Definire gli obiettivi di un intero percorso di coaching;
- Le tre fasi di gestione di una sessione di coaching;
- La partnership nel coaching: le competenze "fiducia e intimità" e "presenza";
- La chiusura di un percorso 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.



## MENTOR COACHING - 10 ORE

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 ore in piccolo gruppo e 3 ore individuali. Questo programma inizierà alla conclusione dei 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.

## Certificazione

I partecipanti completato il percorso di formazione e mentor coaching e superato l'esame finale riceveranno il diploma di menslab che attesta il completamento della formazione accreditata dall'ICF al Livello 1.

## Credenziali ICF

Per ricevere la credenziale di ACC - Associate Certified Coach - da parte di ICF, oltre al diploma del percorso, sono necessarie:

- 100 ore di lavoro di coaching documentato, con un minimo di 8 clienti;
- sostenere la prova di conoscenza delle competenze, direttamente online con ICF.

Il processo di attribuzione della credenziale è gestito in totale autonomia dall'ICF.

I programmi di mentor coaching di Menslab sono gestiti esclusivamente da coach professionisti con credenziale di livello MCC iscritti all'elenco dei Mentor Coach di ICF.



## I principali trainer e mentor coach 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 fruizione del programma e investimento

Al perfezionamento dell'iscrizione i partecipanti riceveranno le loro credenziali di accesso al sistema di formazione online, disponibile 24 ore al giorno.

I coach in formazione riceveranno precise informazioni sulle attività da svolgere autonomamente per prepararsi agli incontri in aula virtuale, dal vivo, con i trainer e i colleghi.

### INCONTRI IN AULA VIRTUALE (DALLE 9.30 ALLE 13.30 E DALLE 14.30 ALLE 17.30)

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)

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

Il percorso di mentoring si svolgerà nel periodo aprile – luglio 2026, dopo la conclusione del 3° modulo del corso.

Fra i moduli sono previste delle attività di approfondimento (studio del materiale didattico, pratiche con i colleghi, relazioni di sintesi) che richiederanno circa 5 ore di impegno.

### INVESTIMENTO

La quota di partecipazione al programma è di Euro 3.900 + iva.



Per maggiori informazioni:

[www.menslab.com](http://www.menslab.com)

[info@menslab.com](mailto:info@menslab.com)

070 7968148

800 810 811