



PRATICHE SISTEMICHE
COUNSELING • COACHING • COSTELLAZIONI

Systemic Coaching

Tecniche e strumenti sistemico-relazionali per la consulenza alle persone e alle organizzazioni





PRATICHE SISTEMICHE
COUNSELING • COACHING • COSTELLAZIONI

SYSTEMIC COACHING

Tecniche e strumenti sistemico-relazionali per la consulenza alle persone e alle organizzazioni

Raggiungere risultati di successo, gestire persone o progetti e favorire relazioni di qualità, sono skill apparentemente in contrasto ma possono crescere insieme, per un effettivo e sostenibile benessere al lavoro.

Per farlo occorre acquisire nuove competenze, nuovi sguardi e nuovi mindset.

Come?

Con le competenze del **business coaching**, integrate alle tecniche del **modello sistemico relazionale**, si possono apprendere strumenti capaci di sostenere in modo incisivo la crescita delle persone e delle organizzazioni in un mondo caratterizzato dalla **complessità** e dall'**incertezza**.

Le strategie del coaching sostengono le persone nell'individuare obiettivi e gestire il processo di cambiamento, grazie ad un'analisi chiara di ostacoli e risorse fino a costruire un piano d'azione.

Il modello sistemico relazionale considera ogni persona inserita all'interno di contesti dai quali è influenzata e che a sua volta può influenzare, in una interdipendenza reciproca e in equilibri in costante movimento, fatti di pattern, comunicazioni, narrazioni.

Proposta formativa

Il percorso è rivolto a chi desidera diventare **coach**, ma anche a tutti coloro che, operando in un contesto organizzativo, desiderano acquisire **nuove competenze** e chiavi di lettura per **potenziare il proprio ruolo** (manager, HR Specialist, consulenti).

La struttura prevede 10 giornate d'aula per apprendere strumenti, competenze e chiavi di lettura relative al coaching e al modello sistemico, al fine di condurre interventi di coaching individuale e di gruppo.

Oltre alle ore d'aula, il percorso prevede sperimentazioni pratiche, letture di approfondimento e un seguimiento personalizzato.

Al termine del corso, oltre al **diploma di Systemic Coach** emesso dall'Academy di Pratiche Sistemiche, si avranno i requisiti per iscriversi ad **AICP** (Associazione Italiana Coach Professionisti), associazione professionale iscritta nelle liste del Ministero delle Imprese e del Made in Italy (https://portaledati.mimit.gov.it/banca-dati/assoc_prof) e rilasciante l'attestato di qualità professionale.



CONTENUTI DELLE SINGOLE GIORNATE:

Il processo di coaching e le linee guida dell'intervento

Partendo dalla definizione e dalla specificità della professione, verrà presentata la struttura di un intervento di coaching efficace, allineato agli standard AICP ed EMCC. Si analizzerà il processo nella sua completezza. Saranno approfonditi il modello GROW per la conduzione dei colloqui e il metodo SMARTER per la definizione di obiettivi chiari e motivanti. Attraverso esercitazioni pratiche, si sperimenterà l'utilizzo di domande potenti e sistemiche per generare nuove prospettive. Saranno affinate le capacità di ascolto attivo e di costruzione di una relazione basata sulla fiducia. Verranno infine apprese e applicate le tecniche fondamentali per condurre una sessione di coaching in modo professionale ed efficace.

Le competenze distintive del coach

L'incontro sarà centrato sulla comprensione e acquisizione delle competenze distintive del coach, a partire dal modello di riferimento di AICP e delle principali associazioni di coaching che prevedono come *asset* fondanti i principi di Autonomia e Responsabilità. Queste dimensioni, declinate secondo il significato presente negli standard Europei EQF, vengono caratterizzate da 7 competenze distintive del coach e ne guidano la formazione e la pratica professionale. Ognuna di queste 7 competenze è declinata in conoscenze, capacità e comportamenti e caratterizzano la professionalità del coach. Oltre ad un inquadramento teorico di queste dimensioni, si lavorerà sulle competenze del coach in termini operativi e concreti, attraverso esercitazioni e prove di colloquio.

La lettura sistemica delle organizzazioni

Durante l'incontro si forniranno le basi teoriche del modello sistemico relazionale e le chiavi di lettura per rileggere i contesti nelle loro complessità. Si osserveranno: ruoli, struttura, processi, dinamiche, tensioni e le forze vitali (centrifughe e centripete) che sostengono l'azienda creando spinte evolutive da governare, affinché non sfocino in ostacoli e malessere.

Si farà, inoltre, riferimento a Vision, Mission e Valori, rivisti in chiave sistemica, arrivando al più ampio concetto di Cultura Aziendale. Verranno presentate chiavi di lettura, ma anche strumenti e tecniche utili nei rapporti di consulenza e nella relazione committente/consulente/cliente finale.

Verranno presentati case history e si lavorerà sui casi reali portati dai partecipanti, al fine di vedere l'applicazione concreta dei metodi e delle tecniche proposte.



Systemic tools per la gestione dei conflitti nelle organizzazioni

La presenza di relazioni complesse e tensioni tra differenti ruoli è una caratteristica fondamentale per ogni azienda. L'assenza di conflitti o attriti spesso è un segnale di bassa vitalità dell'organizzazione. Ciò che occorre è imparare a trasformare i conflitti in opportunità di crescita.

Grazie agli sguardi e alle tecniche dell'approccio sistemico-relazionale sarà possibile apprendere come riconoscere le dinamiche conflittuali, analizzare le relazioni coinvolte e individuare soluzioni collaborative. Verranno presentate tecniche di rappresentazione delle dinamiche conflittuali, di ascolto e di gestione delle emozioni, per costruire relazioni lavorative più solide e positive. Attraverso simulazioni, esercitazioni e casi pratici, si apprenderà ad applicare concretamente le tecniche acquisite. Tra le altre si proporranno attivazioni mutate dal mondo delle Systemic Management Constellations e dal mondo simbolico delle carte illustrate.

Strumenti per il coach e pratica professionale

La giornata sarà focalizzata sulla applicazione concreta del processo operativo di un intervento di coaching e sugli strumenti, atteggiamenti e tecniche utili a favorire una maggiore efficacia nei diversi momenti del percorso. Dopo avere ripreso i modelli SMARTER (per la definizione degli obiettivi) e GROW (per la conduzione dei colloqui), si presenterà lo strumento dei livelli logici di Dilts, come tecnica di consapevolezza e sviluppo personale. Ogni passaggio verrà sperimentato su situazioni reali dei partecipanti e rivisto per la messa in atto con i clienti, in modo da acquisire lo strumento nelle sue differenti sfaccettature.

Durante l'incontro sono previste inoltre esercitazioni supervisionate.

Ascolto, comunicazione, domande potenti

La relazione Coach/Coachee per l'efficacia dell'intervento

La giornata, interamente esperienziale, è dedicata all'approfondimento delle competenze fondamentali che rendono efficace la relazione di coaching, con particolare attenzione alle dimensioni chiave: ascolto attivo, comunicazione consapevole, tecniche di rispecchiamento, riformulazione e costruzione delle domande potenti.

Ci si eserciterà su come costruire la relazione col cliente, nella giusta distanza tra facilitazione e responsabilità e nella creazione di uno spazio di cambiamento, mai giudicante.

Si imparerà a utilizzare un linguaggio generativo (es. da "problema" a "spazio di possibilità"), focalizzandosi sulla ricerca delle risorse e sulla spinta verso il futuro.

Si lavorerà sull'analisi di casi, con esercitazioni pratiche e momenti di confronto, al fine di integrare conoscenze e competenze in maniera concreta e applicabile.

Obiettivo primario della giornata è rafforzare la consapevolezza e l'efficacia dei professionisti nel costruire e mantenere un'alleanza Coach/Coachee solida, basata su fiducia, chiarezza di obiettivi e orientamento ai risultati.



Vision e progettualità professionale

Superando la logica più lineare del “business plan”, il seminario proposto lavora in maniera trasversale su diverse dimensioni della persona, considerando non solo le risorse e i desideri, ma allargando il pensiero su vincoli e convinzioni provenienti dalla propria storia personale e osservando gli effetti relazionali del progetto.

La giornata, caratterizzata da un ampio taglio esperienziale, prevede una prima parte di teorie, considerazioni e riflessioni di matrice sistemico relazionale, utili a fornire nuove premesse sul mercato del lavoro e sugli atteggiamenti utili per trovare soddisfazione nella complessità del mercato.

Successivamente verranno proposti strumenti focalizzati sulla costruzione di un progetto professionale, utili ai partecipanti per la costruzione della propria identità di coach e utili per sostenere i clienti finali che intendono lavorare sul proprio progetto professionale.

Public Speaking e Comunicazione Efficace

Allenare la presenza, potenziare l'impatto

Saper comunicare in modo chiaro e coinvolgente è oggi una competenza chiave in ogni professione: che si tratti di presentare un progetto, intervenire in una riunione o proporre un servizio a un cliente, la capacità di parlare in pubblico fa davvero la differenza.

In questa giornata si lavorerà per: acquisire consapevolezza del proprio stile comunicativo; strutturare messaggi chiari ed efficaci; gestire voce, corpo ed emozioni con maggiore sicurezza; adattare la comunicazione ai diversi contesti e interlocutori.

Grazie a esercitazioni pratiche e all'utilizzo di riprese audio-video, sarà possibile rivedere e analizzare le proprie performance, valorizzando i punti di forza e migliorando le aree di sviluppo.

L'approccio dinamico e concreto, è stato progettato per potenziare la propria presenza e trasformare ogni occasione di comunicazione in un'opportunità di successo.

One Minute Meditation®

La Presenza Sistemica del professionista

La tecnica One Minute Meditation® (OMM) viene integrata come strumento strategico per sviluppare la presenza mentale e la centratura del coach. In un'ottica sistemica, la capacità di mantenere uno stato interiore stabile e non giudicante è fondamentale per osservare le dinamiche relazionali senza farsi coinvolgere emotivamente. OMM fornisce strumenti pratici per gestire lo stress, aumentare la focalizzazione e accedere a un ascolto più profondo, qualità essenziali per facilitare processi di cambiamento complessi. La pratica consente al coach di posizionarsi in modo autentico ed efficace dentro la relazione di coaching, generando maggiore impatto e consapevolezza sistemica.



Il contratto di coaching e l'esame finale

Una parte della giornata sarà dedicata all'approfondimento del codice etico secondo gli standard delle principali associazioni di categoria e alle tematiche legate al Contratto, al consenso informato, alla privacy e alla Legge 4 del 2013. Si approfondiranno gli aspetti formali e organizzativi per costruire un percorso di consulenza aziendale in compliance con tutti i parametri etici, legali e amministrativi

Alla sessione d'esame verrà dedicato uno spazio specifico che, oltre a certificare le competenze acquisite, permetterà un confronto conclusivo su quanto appreso e sarà un'occasione di feedback generativo per i partecipanti

ATTIVITÀ "FUORI DALL'AULA"

Laboratorio professionale audio-video

Durante il corso, si proporrà ai partecipanti di sperimentare reciprocamente le tecniche apprese. I futuri coach si troveranno (anche online) per esercitarsi in sessioni di coaching che verranno video registrate e inviate alla direzione della scuola. Verranno forniti feedback rispetto ai colloqui realizzati durante le sessioni d'aula. I partecipanti ricopriranno a turno il ruolo di coach, coachee e osservatore. Al termine delle esercitazioni ciascuno scriverà un breve report per ognuno dei tre ruoli e lo invierà alla direzione. Sia la registrazione audiovisiva che il report relativo ai tre ruoli, sono requisiti indispensabili per conseguire il diploma.

Sessioni online di feedback:

3 sessioni online di 2 ore ciascuna, saranno dedicate a esercitazioni e feedback. L'obiettivo degli incontri è quello di personalizzare il percorso restituendo a ciascun partecipante i punti di forza e le aree di crescita emerse dalle sessioni realizzate. L'accompagnamento alla professione e la relazione personalizzata sono tratti distintivi di Pratiche Sistemiche.

Documentazione e studio:

Al termine di ogni giornata, verranno fornite slide, documenti, articoli e libri per approfondire i contenuti trattati. Nell'arco del corso verranno indicate alcune letture obbligatorie fornite sotto forma di dispensa da parte della direzione e verrà fornita una bibliografia con le indicazioni dei libri facoltativi e obbligatori.



ORGANIZZAZIONE

Durata

Il corso ha una durata complessiva di 86 ore di didattica in presenza (o online sincrona), oltre a 14 ore tra: esperienza professionale videoregistrata, sbobinatura, report, feedback, studio ed eventuale didattica a distanza asincrona, per un totale di **100 ore complessive**.

Il Master risponde agli standard internazionali per la formazione in coaching ed è riconosciuto da AICP (Associazione Italiana Coach Professionisti), associazione di categoria riconosciuta dal MIMIT.

Costi:

Il costo per il Master in Coaching è: 3.000,00 € + IVA

Il costo include, oltre alla frequenza delle ore di didattica, anche la analisi dei report svolti, la modulistica e la documentazione necessaria ad attestare la qualifica, l'esame conclusivo e il rilascio del diploma di Systemic Coach.

Sono previsti sconti per ex allievi di Pratiche Sistemiche e per iscrizioni anticipate.

Calendario:

Il corso prende avvio a Marzo di ogni anno e termina a Ottobre/Novembre.

Per informazioni e iscrizioni:

scrivere a: info@pratichesistemiche.it

oppure telefonare al: 349 8395945



Docenti:

Carla Caravella

Coach, Counselor & formatrice

Coach professionista, socia AICP, con oltre 20 anni di esperienza con ruoli di coordinamento e direzione nel settore socio-sanitario e del terzo settore. Utilizza la ricerca, le best practice e la tecnologia per creare percorsi formativi e di coaching personalizzati, integrando metodologie avanzate e approcci esperienziali.

Specializzata in apprendimento collaborativo e sviluppo organizzativo, Carla è un'Educatrice di mindfulness e Coach OMM-One Minute Meditation® per promuovere il benessere e ridurre lo stress.

In Fondazione Elice, è responsabile del Centro Studi e Ricerca IOSI®, sviluppando modelli operativi e formativi *Interdisciplinari, Olistici, Sistemici, Integrati*. La sua esperienza in coaching sistemico-relazionale e le competenze in Instructional design le permettono di affrontare le sfide organizzative con strumenti pratici e innovativi.

Stefania Conversi

Consulente, Formatrice, Coach, Supervisor Counselor, Facilitatore in Costellazioni Sistemiche e Trainer di Focusing

Già dirigente aziendale in contesti italiani e internazionali, dopo un'esperienza di 15 anni in ruoli attinenti la formazione, lo sviluppo e la gestione del personale, da oltre 20 anni opera come libera professionista. È esperta di comunicazione interpersonale, enneagramma, costellazioni, team building e formazione manageriale e propone percorsi di sviluppo personale e professionale individuali e di gruppo. Si dedica permanentemente ad attività di ricerca e approfondimento di competenze e all'acquisizione e sviluppo di nuovi strumenti e conduce laboratori e sessioni esperienziali dedicate al potenziamento delle risorse personali.

Pierpaolo Dutto

Counselor, coach & formatore

Amministratore di Pratiche Sistemiche srl Società Benefit, da circa 20 anni utilizza l'empowerment, le costellazioni sistemiche, l'outdoor training e altri strumenti esperienziali per aiutare le persone, singolarmente o in gruppo, ad affrontare momenti di cambiamento e a rilanciare il proprio percorso verso un aumento del benessere personale e professionale. Esperto di gestione e sviluppo delle risorse umane, coniuga la preparazione teorica con la concretezza di uno sguardo sistemico, attento ai risultati.

Ha acquisito esperienze in Italia e in contesti internazionali fornendo consulenze sia ad aziende multinazionali che di piccole dimensioni.

Coach professionista, socio AICP n. 2560

Supervisor counselor di AssoCounseling n. 1664



PRATICHE SISTEMICHE
COUNSELING • COACHING • COSTELLAZIONI

Per informazioni ed iscrizioni

È possibile iscriversi al percorso di formazione dopo un colloquio di selezione con un membro del Comitato Scientifico, per verificare le competenze di base e condividere aspettative e progetti collegati ai temi del percorso.

ADDRESS

Via Daniele Manin 37 - 20121
Milano

PHONE

349 8395945

EMAIL

info@pratichesistemiche.it

PRATICHE SISTEMICHE srl Società Benefit
Via Daniele Manin 37 - 20121 Milano
P.IVA: 13018480965 – Codice SDI: W7YVJK9
www.pratichesistemiche.it - info@pratichesistemiche.it