



FUTURE®

CORE COACHING FUTURE®

Oltre il Coaching tradizionale

Frequentabile da remoto e/o in presenza

FUTURE Core Coaching

Un percorso per acquisire strumenti
che rafforzano la propria professionalità
nel sostenere processi di cambiamento
anche su livelli profondi

Visione d'insieme

Il Core Coaching nasce circa 30 anni fa da una idea di Wolfgang Stabentheiner, creatore del metodo FUTURE, per rispondere alle esigenze che sempre più rilevava nelle persone di capire profondamente se stesse, la ragione delle proprie azioni e i comportamenti e le dinamiche della propria vita. Il metodo si è così sviluppato come strumento per trovare la strada verso una sempre maggiore libertà di esprimere se stessi, trasformare le proprie debolezze in forze e acquistare la capacità di usare con piena consapevolezza le proprie caratteristiche personali.

Il Core Coaching in questi anni è stato continuamente aggiornato e sviluppato col cambiare dei tempi, in accordo alle necessità dell'individuo ed al livello di consapevolezza delle persone, aumentando la sua efficacia. Il Core Coaching è uno strumento unico per Coach già professionisti, basato su tecniche e processi comunicativi sviluppati ad hoc per poter lavorare in profondità sui molteplici aspetti della vita. Le tecniche che si apprendono agiscono nei livelli interiori e, supportate dall'uso integrato del Test di Kinesiologia, aiutano le persone che lo sperimentano a individuare e risolvere dinamiche che di solito sono inaccessibili o apparentemente senza soluzioni, sciogliere nodi della vita che potrebbero derivare anche dal passato ed individuare i potenziali più forti da impiegare nella realtà in cui si vive ogni giorno.

Il percorso formativo proposto dalla FUTURE Coaching Academy per apprendere e saper applicare tutte le tecniche racchiuse nel metodo Core Coaching si articola su due livelli:

Il FUTURE Core Coaching - I Livello, permette di apprendere le tecniche per gestire interamente una sessione con il metodo e di integrarla in una normale sessione di coaching. Il partecipante diventerà esperto nell'uso del Test Kinesiologico scoprendone il valore come strumento di supporto alla sessione stessa e di tutta una serie di tecniche specifiche per accompagnare il Coachee ad affrontare anche le situazioni più complesse. Il percorso è aperto a tutti i Coach professionisti che hanno seguito una formazione qualificata. Con la partecipazione a tutti i moduli previsti verrà rilasciato un Attestato di Frequenza.

Il FUTURE Core Coaching - II Livello, introduce tecniche specifiche focalizzate al supporto di casi e temi precisi che spesso entrano nella sessione, mirate a supportare i Coaching partner in complessi processi di cambiamento. Il II livello è aperto solo a chi ha frequentato il I livello. Alla fine del II livello verrà rilasciato ai partecipanti un diploma che li riconosce come Coach abilitati all'utilizzo del metodo FUTURE Core Coaching.

Risultati attesi

Il partecipanti a questo training acquisirà:

- Una maggiore efficacia come Coach, riscontrabile in tempi brevissimi, grazie alla possibilità di arrivare a livelli profondi di consapevolezza riguardo a se stessi e dalla vita in generale, che aumentano la capacità di comprendere e accompagnare.
- L'accelerazione del processo del Coach rispetto al raggiungimento di ottimi risultati in contesti sia personali sia professionali grazie alla grande duttilità di impiego del metodo.
- La possibilità di gestire autonomamente un proprio percorso di sviluppo personale grazie all'applicabilità degli strumenti verso se stesso. Le tecniche apprese infatti permettono di gestire il processo di sviluppo anche in maniera autonoma e di applicarla quindi anche al servizio di se stessi.
- La possibilità di utilizzare gli strumenti appresi in contesti sia di coaching one-to-one sia di gruppo (Team Coaching/Group Coaching), arricchendo gli interventi di nuovi strumenti ed approcci.
- La flessibilità di integrare i singoli strumenti appresi a supporto del processo, anche durante una sessione gestita in modalità classica.
- La competenza di arricchire il percorso di coaching con sessioni gestite interamente con il metodo Core Coaching, affrontando temi emotivamente carichi.
- Una maggiore comprensione delle dinamiche dell'essere umano, dei suoi meccanismi di difesa e della sua vera e profonda natura divina, che potrà essere messa al servizio dei propri clienti come valore espresso da un contatto unico e una comprensione totale sul livello del cuore.
- Maggiore intuizione, anche grazie al percorso personale che si innescherà nel corso.
- L'acquisizione di tecniche e processi che aiuteranno il Coach nel gestire sessioni che toccano basilari aspetti della vita, quali:
 - lo sviluppo economico e il rapporto con il denaro
 - la rilettura di rapporti e situazioni importanti che hanno caratterizzato il nostro passato e condizionano le scelte del nostro presente
 - la gestione delle relazioni: con me stesso, la famiglia, la coppia, i figli, il lavoro
 - il rapporto con il sesso e il suo significato
 - le fasi della vita e il successo personale
 - la gestione degli imprevisti
 - la tranquillità e capacità di stare nella vita in ogni situazione con la massima e migliore espressione di se stessi, delle proprie forze e la piena soddisfazione dei nostri comportamenti e dei risultati ottenuti
 - i segnali del corpo e il rapporto con la malattia
 - la crisi e il suo significato profondo.

Contenuti del 1° livello del corso

Il FUTURE Core Coaching - I livello, ti permette di apprendere e praticare la gestione di un'intera sessione in modo autonomo secondo questo metodo. Durante il corso, alla struttura principale della sessione, complessa e articolata, vengono integrati strumenti di approfondimento utili per supportare il Coach ad accompagnare i suoi Coaching partner nel leggere, trasformare, integrare i diversi contesti e scenari che porta in sessione. Il contenuto dei singoli moduli potrebbe essere modificato a seconda delle esigenze di sviluppo del gruppo.

Primo modulo Introduzione al metodo Core Coaching e alla sua struttura

Questo modulo si propone di familiarizzare con l'impiego del Core Coaching e la sua fusione con il coaching classico.

In questa prima parte si sperimenta l'approccio al metodo, si apprende la struttura della sessione di Core Coaching ed il modello base della Lista Impulsi, strumento principe a supporto della sessione. Verrà inoltre introdotto l'uso del Test Kinesiologico applicato ai processi. La pratica comincia fin dal primo giorno in cui si conducono dei colloqui (colloqui power) attraverso i quali ci si allena nell'essere Core Coach.

- La struttura della sessione di Core Coaching
- Il Test Kinesiologico
- I principi che guidano la sessione Core Coaching
- Apertura e chiusura di una sessione Core Coaching
- Il processo di Chiusura
- La Lista Impulsi o Processo Principale (parte1)
- I Colloqui Power a supporto dello sviluppo dell'essere

Secondo modulo Verrà esplorata la modalità con cui il Core Coaching agisce e ha effetto e cosa significa gestire nella sessione una comunicazione per processi.

Ci si concentrerà sulla applicazione del Modello Base, sull'approfondimento delle istruzioni in esso contenute, allenate in esercitazioni pratiche di sessioni che mirano anche all'acquisire padronanza nell'uso del Test Kinesiologico. Verranno introdotti tutti i principali processi ausiliari necessari per supportare, durante la sessione, l'esplorazione dei vari temi. I processi saranno analizzati non solo da un punto di vista della tecnica ma anche della loro origine più profonda.

- La lista Impulsi (parte 2)
- Il processo di Fusione
- Il Processo di Stacco e sue derivazioni
- Le Esperienze
- I processi di Integrazione (parte 1)

Terzo modulo Mentre si apriranno spazi per conoscere ulteriori nuovi strumenti e tecniche, il FUTURE Core Coaching diventa strumento di auto coaching, allenato in un processo/sessione della durata di tre giorni.

Nel modulo verranno esplorati strumenti per avvicinarsi ai problemi e affrontarli alla radice. Si capirà come supportare i propri partner nel mettere in luce episodi importanti della vita, far emergere il potenziale da integrare ed eliminare le barriere e le sofferenze che impediscono, creando spazi di stimolo verso un Sì più completo alla storia della propria vita, per dare spazio ad un futuro diverso.

- L'auto-Test Kinesiologico
- Le Esperienze Archetipe (parte 1)
- I processi di Integrazione (parte 2)

Quarto modulo Verranno spiegati strumenti per affrontare e supportare i propri partner nel lavorare su tematiche più specifiche e temi nella vita di una persona centrali quali: il senso di colpa, il senso di responsabilità, il senso di indecisione, il senso di sentirsi bloccato, il senso di non avere altra scelta. Inoltre si esploreranno le dinamiche relative alle polarità comportamentali che rinchiudono l'uomo in atteggiamenti rigidi, comportamenti fissi, regole e modelli concettuali/culturali impressi a causa delle esperienze del vissuto, che non permettono di compiere scelte in linea con il proprio cuore, generando sofferenza.

- Il Processo di Disancorazione
- I processi della Responsabilità
- I processi dei Guadagni
- Le Esperienze Archetipe (parte 2)

Alla fine di questo modulo è prevista una giornata di supervisione per riordinare e fare il punto su tutti gli strumenti appresi.

Quinto modulo Attraverso il Core Coaching si imparano modalità che contribuiscono a dare serenità e trasparenza ai rapporti. Si scopre un modo nuovo di leggere come funzionano le relazioni e anche il motivo per cui queste non funzionano, partendo dall'interconnessione e conseguente effetto della persona nel sistema. Ci si allena a guidare e accompagnare processi volti alla soluzione riguardo alle relazioni ed alle problematiche e necessità a esse collegate. Si entra nel tema della gestione e sviluppo delle relazioni.

- Il processo della Core Competence nella sessione di Coaching
- Il processo della Core Competence nella sessione di Core Coaching
- Il processo Sistemico
- Il processo Sistemico con l'uso di metafore.

Sesto modulo

L'ultimo modulo sarà dedicato a rafforzare le competenze e gli strumenti acquisiti e sfocerà in una prova della durata di un giorno e 1/2 di sessioni a potenziali "clienti" che ci raggiungeranno presso la struttura dove si svolgerà il corso. Gli ospiti avranno l'opportunità di ricevere gratuitamente sessioni di Core Coaching dai partecipanti e verranno invitati a scegliersi un Coach tra i presenti. Il Coach avrà il compito di individuare il tema sul quale il Coachee desidera lavorare, spiegare l'approccio Core e iniziare un percorso supportato dall'utilizzo di tutti i nuovi strumenti appresi. I Trainer supervisioneranno le sessioni. L'ultima giornata sarà dedicata ai feedback rispetto alle due giornate di prove, all'allineamento sugli ultimi dubbi e alla celebrazione della chiusura del corso.

Alla fine di questo modulo è prevista una giornata di supervisione per riordinare e fare il punto su tutti gli strumenti appresi.

Supporti al partecipante compresi nel percorso

Esercitazioni a casa nell'intervallo fra un modulo e l'altro Fondamentale per acquisire un alto livello di competenza all'uso della tecnica Core Coaching è impegnarsi nella pratica attraverso esercitazioni anche a casa che verranno assegnate già dopo il primo modulo.

I Trainer daranno delle linee guida per potersi esercitare fra un incontro e l'altro allenando tutto ciò che si è appreso. Le esercitazioni proseguiranno durante tutto il corso, negli intervalli fra un modulo e l'altro e potranno essere oggetto di momenti di confronto in aula con i Trainer sia per verificare la comprensione delle tecniche sia per trarre valore dalle esperienze vissute. È importante che i partecipanti, per integrare quanto trattato durante i moduli, mettano a preventivo questo impegno considerando almeno 5 ore di sessione erogate come allenamento tra un modulo e l'altro.

Supervisione

Sono previste 2 giornate didattiche. Queste giornate hanno come obiettivo il riprendere tutte le tecniche viste durante le giornate di training per ancor meglio chiarirle e fissarle, soffermandosi maggiormente sugli argomenti/strumenti in cui i partecipanti possono aver dichiarato dubbi o perplessità.

Supporti al partecipante, extra percorso

Per ottenere il meglio da questo percorso sia in termini di padronanza degli strumenti che in termini di sviluppo personale di seguito sono proposte alcune attività extra, vivamente consigliate.

Sessioni di Core Coaching con un Core Coach qualificato FUTURE

Accompagnare altri nella crescita personale significa avere una estrema cura anche della propria crescita, dove per crescita personale si intende lo sviluppo di un sempre maggior equilibrio e di una sempre maggiore efficacia e stabilità nella gestione delle situazioni e della vita.

Inoltre, sperimentare in prima persona i processi che si imparano durante il percorso e che si applicano poi nella professione permette di conseguire due risultati importanti:

- aumentare il proprio equilibrio e la propria efficacia personale
- capire profondamente le possibilità di risultati positivi che si possono ottenere attraverso i vari processi e le situazioni migliori in cui possono e devono essere applicati., comprensione possibile solo attraverso l'esperienza diretta e personale con un Coach esperto:.

Àvalore mette a disposizione dei partecipanti al FUTURE Core Coaching – I Livello interessati ad investire sul loro sviluppo personale oltre che professionale, l'opportunità di ricevere sessioni da un Core Coach FUTURE QUALIFICATO: solo per la durata del Corso queste sessioni verranno offerte in un pacchetto assolutamente scontato.

Attività di mentoring con un FUTURE Trainer

Una attività di supervisione e mentoring sulle sessioni di Core Coaching permette di integrare più rapidamente il metodo.

Un mentoring di alto livello messo a disposizione dei partecipanti da FUTURE Trainer accreditati, che con la loro esperienza e approfondita conoscenza degli strumenti di Core Coaching osserveranno dal vivo le sessioni sostenendo la corretta applicazione e lo sviluppo della padronanza del metodo. Le ore di mentoring avranno validità per le credenziali ICF.

Il Trainer Certificato

Alessandra Riva, PCC

Dal 2013 ad oggi è CEO della società Àvalore srl con l'obiettivo di accompagnare le organizzazioni in una crescita armonica per evolversi e performare, costruendo valori condivisi e promuovendo la propria unicità, a partire dagli individui che le rappresentano.

Come Coach vanta una lunga esperienza, maturata attraverso più di 7000 ore di coaching erogate in contesti di business, grazie alla fiducia che innumerevoli Manager ed Executive di importanti aziende hanno riposto nei suoi confronti, tra le quali: Allianz Bank, Black Rock, Unicredit, Emirates, Alitalia, Amadeus, Giorgio Armani, Loro Piana, Xchanging, Burger King, Mc Donald's, Carcano Antonio, Marchesini, Mascherpa, Oracle, Teva, Novartis, YOOX, Grom, Dentsu Aegis Network, Henkel e molte altre.

Nel 2012 diventa Partner della FUTURE Coaching Academy e da allora si dedica alla formazione di individui che desiderano sviluppare competenze di coaching seguendo una formazione certificata dall'International Coach Federation. Nello specifico è visiting professor nel percorso di formazione per Coach Professionisti e docente del Master rivolto a Coach Senior.

Nel 2011 con un collega fonda la società Àvalore srl con l'obiettivo di sostenere le aziende nello sviluppo delle competenze relazionali per facilitare i PROCESSI DI TRANSIZIONE, le RISTRUTTURAZIONI e le fasi di CAMBIAMENTO supportandole nel costruire una nuova CULTURA DELLA LEADERSHIP basata sul modello del linguaggio di coaching

Nel 2010 viene certificata e abilitata come Trainer dal fondatore del Metodo FUTURE nel programma di formazione per Coach, ACTP dall'International Coach Federation, iniziando a collaborare con la FUTURE Coaching Academy nei percorsi di formazione dei Coach.

Tra il 2008 e il 2010 si rivolge al mercato come Libera Professionista nel mondo del Coaching e del Training aziendali specializzandosi come Trainer in percorsi orientati a sviluppare modelli di Leadership e di cultura d'impresa basati sui principi del coaching e come Coach, nell'accompagnare alti profili aziendali al raggiungimento di sempre più ambiziose sfide di performance.

Tra il 2005 ed il 2008 inizia a collaborare con la società Waterleaf Coaching & Consulting di Lugano, di cui successivamente diventa Partner e Country Manager Italia, partecipando a progetti di coaching e training in società svizzere ed italiane di livello internazionale.

Nel 2003 diventa Coach Certificato ICF ed ha la fortuna di collaborare come Associate con la società Accomply, affiancando Coach di rilievo internazionale che pionieristicamente iniziano ad introdurre nelle aziende italiane progetti di consulenza uniti al coaching.

Specializzazioni:

- Executive Coaching
- Senior consultant e facilitatore nei processi di cambiamento e integrazione delle culture (pre e post acquisizione e fusione)
- Interventi di Crisis Management
- Executive Shadow Coaching
- Strategic Team Coaching
- Analisi, disegno ed implementazione delle strategie soft in affiancamento ai processi di riorganizzazione
- Trainer, Mentor e Coach di Coach con Competenze Senior

Formazioni e certificazioni:

- International Coach Federation: Master Certificate Coach (in attesa di rilascio)
- International Coach Federation: Master Coach
- I&G Management: Psicobiologia emotivo-comportamentale integrata 1
- International Coach Federation: Professional Certificate Coach
- Systemalive: Discovery Training
- FUTURE Coaching Academy Eu: Training for Trainer, FUTURE Coaching Method
- FUTURE Coaching Academy It: Core Coaching Master
- FUTURE Coaching Academy Eu: Professional Certificate Coach
- Politecnico di Milano - Laurea quinquennale in Architettura

Caratteristiche personali

Facilitatrice di Trasformazione e Executive Coach di CEO, Dirigenti e Management Team di organizzazioni multinazionali, agisce nelle aree di autoconsapevolezza e autoregolamentazione, efficacia interpersonale, intelligenza emotiva, leadership e gestione del cambiamento.

Come Consulente, Coach e Trainer le riconoscono creatività, flessibilità, capacità di analisi e comprensione delle situazioni, attitudini che le consentono di progettare e costruire strategie e azioni tagliate su misura del cliente per accompagnarlo verso il raggiungimento dei suoi obiettivi.

Requisiti per accedere alla formazione

Per partecipare al FUTURE Core Coaching – I° Livello è richiesto:

- 1) Aver partecipato al Corso per Professional Coach del Metodo FUTURE

oppure

- 2) Avere una formazione di coaching o counseling dimostrata ed esperienza maturata nell'ambito del coaching o counseling. In generale capacità di accompagnare gli altri con successo, sviluppando consapevolezza e gestendo con efficacia gli stimoli e sfide del Cliente.

Nel caso del punto 2, per poter accedere al Core Coaching è inoltre richiesto:

- a. sostenere un breve colloquio introduttivo per valutare esperienza e motivazione
- b. Partecipare al Retreat di Contemplazione (chiedi informazioni per date e costi)
- c. seguire il modulo introduttivo al metodo FUTURE di 1 giorno (chiedi informazioni per date e costi).

Date del corso

Ogni modulo del corso inizia alle ore 10:00 del primo giorno per terminare alle ore 17:00 dell'ultimo.

- 1° modulo: 25-26-27 maggio 2023
- 2° modulo: 6-7-8 luglio 2023
- 3° modulo: 7-8-9 settembre 2023
- 4° modulo: 5-6-7 ottobre 2023
- Supervisione: 8 ottobre 2023
- 5° modulo: 9-10-11 novembre 2023
- 6° modulo: 30 novembre, 1-2 dicembre 2023
- Supervisione: 3 dicembre 2023

Iscrizioni

Data chiusura iscrizioni

- 15 maggio 2023

L'investimento economico

Il percorso completo FUTURE Core Coaching - I Livello costa € 4.950,00 + IVA e può essere saldato secondo due modalità:

▶ Pagamento Rateale

L'importo dovuto oltre IVA verrà suddiviso in 3 rate con le seguenti scadenze:

- 15 maggio 2023
- 1 settembre 2023
- 20 novembre 2023

Pagamento in un'unica rata

- L'importo dovuto oltre IVA verrà saldato in un'unica rata entro il 15 maggio 2023

Sconti non cumulabili

▶ Early Bird:

se ti iscrivi **entro il 25 febbraio 2023** inviando la scheda di iscrizione compilata e un acconto di € 1.000,00 a titolo impegnativo della tua iscrizione, lo sconto a te riservato sul totale è pari a € 550,00 indipendentemente dalla modalità di pagamento scelta.

▶ FUTURE community:

sconto di € 320,00 sul totale del corso calcolato secondo la modalità di pagamento scelta.

▶ Soci ICF:

5% di sconto sul totale indipendentemente dalla modalità di pagamento scelta.

Sconto cumulabile ai precedenti

▶ Porta un amico:

se ti iscrivi simultaneamente con un amico che non ha mai frequentato una formazione FUTURE, entrambi potrete beneficiare di un ulteriore sconto del 5% calcolato sull'importo (già devoluto l'eventuale sconto)

L'importo include:

- ❖ 18 giornate di formazione
- ❖ 2 giornate di supervisione di gruppo
- ❖ Il materiale didattico e la documentazione relativa a ogni modulo
- ❖ Se necessario, assistenza telefonica fra i moduli da parte del Trainer portante e del Trainer di supporto, previo appuntamento concordato a mezzo e-mail.
- ❖ L'attestato di partecipazione al corso FUTURE Core Coaching – I Livello

L'importo esclude:

- ❖ La giornata introduttiva al metodo FUTURE per i Coach non provenienti dal Corso per Professional Coach FUTURE, €150,00+IVA
- ❖ La Contemplazione, per chi non l'ha già seguita, €800,00+IVA
- ❖ Pacchetto di 10 ore di sessioni con FUTURE Core Coaching Qualificato (vedi lista) a, € 1.200 + IVA acquistato entro la fine del corso.
- ❖ Pacchetto di 10 ore di mentoring one to one con FUTURE Master Trainer accreditato, € 1.500,00 + IVA acquistato entro la fine del corso.
- ❖ Eventuali spese di viaggio, vitto e alloggio.

Sintesi delle condizioni di contratto

La formula di pagamento in più rate, proposta allo scopo di facilitare i partecipanti che non scelgono la soluzione unica, rappresenta un impegno formale a versarle tutte e tre nella loro interezza. Questo si applica anche in caso di non completamento del corso. Chi dovesse mancare a uno o più moduli potrà frequentare, senza sostenere alcun costo aggiuntivo, quelli del successivo corso che verrà fatto partire. In caso di cancellazione prima dell'inizio del corso è possibile ottenere il rimborso dell'importo versato, secondo le seguenti condizioni:

- ❖ Fino a 30 giorni prima dalla data d'inizio – rimborso completo della cifra versata
- ❖ Fino a 10 giorni prima dalla data d'inizio – rimborso del 50% della cifra versata
- ❖ Meno di 10 giorni prima dalla data d'inizio – nessun rimborso (possibilità di presentare un nuovo partecipante quale sostituto)

Il corso avrà luogo al raggiungimento del numero minimo di 8 partecipanti.

In caso di mancato raggiungimento del numero minimo le quote di partecipazione versate saranno totalmente rimborsate o tenute a caparra impegnativa per la propria partecipazione.

Il Calendario proposto verrà slittato fino a quando si raggiungerà la quota minima di 8 iscritti

Per ottenere il diploma sarà necessario frequentare tutti i moduli del corso.

Per le condizioni di Contratto si rimanda al documento Condizioni Generali di Contratto.

Sede e modalità del corso

Il formato dei nostri corsi, di 3 giorni dal giovedì al sabato, è stato studiato per permettere il massimo sviluppo ed integrazione. Per alcune persone questo può non essere ciò che cercano, altri capiscono che è la cosa giusta per sé anche a costo di incorrere in alcuni impegni logistici extra e questo ci porta ad avere partecipanti da tutta Italia e non solo localizzati geograficamente.

La nostra attenzione nella scelta del luogo privilegia un contesto favorevole all'apprendimento e facilità di accesso logistico.

Questa edizione del Core Coaching si terrà a Milano, nella sede di Àvalore.

Continuing Coach Education

Questa formazione di Core Coaching è riconosciuta dalla International Coach Federation come valevole per 60 CCEU, e specificamente: 48.75 Core Competencies e 11.25 Resource Development. Ai partecipanti verrà rilasciato un certificato di frequenza valido per tutti gli usi previsti da ICF.

Informazioni e iscrizioni

Per informazioni ed iscrizioni contattare:

Alessandra Riva

Alessandra.riva@avalore.it

+39 339.4256450



Made with love by:

avalore

avalore Srl

Via Statuto, 4
20121 Milano

www.avalore.it
info@avalore.it

 **ISO Stars EU**
ISO 9001