



NOÛS

Scuola di Specializzazione
quadriennale
in Psicoterapia
Cognitivo-Costruttivista



aim

ASSOCIAZIONE
ITALIANA
PER LA
MINDFULNESS

La Mindfulness* nei Processi di Coaching

Obiettivi del Workshop:

- Introdurre la visione della pratica di consapevolezza (mindfulness) e delle sue applicazioni, inclusi i contesti organizzativi
- Esplorare come i processi di coaching potrebbero beneficiare dall'essere proposti in una prospettiva di mindfulness e la possibilità di un mindfulness-based coaching
- Esercizi di pratica, condivisione e riflessioni che se ne possono trarre per i processi di coaching

SCP Italy

ha il piacere di invitarti al

Workshop

a cura di **Fabio Giommi****

che si terrà

il **19 Giugno 2014 dalle 9.30 alle 18:00 a Milano**, presso AIM-Associazione Italiana per la Mindfulness [<http://www.nousmilano.it/>] nel complesso culturale e artistico dei *Frigoriferi Milanesi*, Via G.B. Piranesi, 14 [per raggiungerci vedi <http://www.frigoriferimilanesi.it/>]

l'invito è rivolto a

- ✓ Psicologi con esperienza nel campo del Coaching e della Coaching Psychology;
- ✓ Coach professionisti con esperienza nell'ambito del Coaching e della Coaching Psychology;
- ✓ Coach professionisti in ambito Corporate, Business e Executive;
- ✓ Manager e Specialisti delle Risorse Umane, Manager.
- ✓ Istruttori di mindfulness formati e in formazione presso AIM
- ✓ Allievi di Nous-Scuola di Psicoterapia Cognitiva-costruttivista-Milano

come partecipare

La partecipazione all'iniziativa è a prenotazione.

Quote di adesione ;

- 40€ per i soci SCP Italy; istruttori AIM, allievi NOUS
- 60€ per i membri dello "Special Group in Coaching Psychology Italy" su LinkedIn
- 80€ per coloro che non rientrano nelle suddette categorie



NB: Ti chiediamo di confermare la tua partecipazione entro una settimana prima dell'evento via e-mail all'indirizzo: eventi@scpitaly.it

PER OGNI ULTERIORE INFORMAZIONE CONTATTA

Dr.ssa Flavia Zampa, SCP Italy Events Coordinator : flavia.zampa@scpitaly.it

* * La “**Mindfulness**” e in generale i protocolli mindfulness-based consistono essenzialmente nel proporre un livello introduttivo, iniziale di pratica di meditazione di consapevolezza. Questo livello introduttivo, accompagnato da alcuni elementi e conoscenze che derivano dalla scienza occidentale, offre una “forma”, un veicolo adatto alla nostra cultura e adeguato ai contesti quotidiani, all'esperienza di vita che incontriamo tutti i giorni.

Il potere liberatorio e quindi terapeutico della consapevolezza è stato sperimentato in ambiti clinici, psicosociali e organizzativi per affrontare le molte forme con cui la sofferenza (dukkha) ci coglie e ci annebbia: insoddisfazione pervasiva, disagio, stress, ansia, depressione, dipendenze... In sintesi, la potenzialità e il merito della prospettiva della mindfulness sembra consistere soprattutto nel rappresentare una porta di accesso, contemporanea e particolarmente adatta alle nostre condizioni di vita, alla dimensione della consapevolezza intuitiva.

Tuttavia, la popolarità crescente si accompagna, come sempre, a grandi rischi che possono finire col dissipare le potenzialità offerte dalla prospettiva della mindfulness. Non si tratta di una “tecnica di rilassamento” e “spa emozionale” finalizzata al “benessere” e al semplice conforto psicologico; il suo nucleo consiste nell'entrare realmente in relazione con la propria sofferenza, cogliendone il potere di verità.

Questa tensione tra potenzialità, fraintendimenti e riduzioni semplicistiche è, se possibile, ancora più amplificata in ambito organizzativo dove, almeno a prima vista, dominano le performance, la preoccupazione per gli obiettivi, l'idea di raggiungimento, di sviluppo, ecc. Come può allora la prospettiva della consapevolezza - in cui sono essenziali capacità come accogliere e accettare la realtà, o l'attitudine di not-striving ossia la non-finalizzazione al risultato - essere proposta in un contesto che sembra il suo opposto? Paradossalmente perché, proprio per queste ragioni, non c'è forse nulla di cui le persone che vivono nelle organizzazioni abbiano oggi più bisogno. I processi di coaching possono essere un veicolo potente per introdurre la prospettiva della mindfulness nella vita organizzativa.

** **Fabio Giommi**

Psicologo clinico e psicoterapeuta, divide il suo tempo tra Italia e Olanda. Ha completato nel 2007 i tre livelli del Professional Training per istruttori MBSR presso il CFM-Center for Mindfulness di Jon Kabat-Zinn presso la Medical School dell'University of Massachusetts USA. In Italia dedica parte del suo tempo alla pratica clinica, alla divulgazione e alla formazione. È direttore di Nous-Scuola di Specializzazione quadriennale in Psicoterapia Cognitiva-Costruttivista di Milano (riconosciuta MIUR).

Parallelamente ai suoi interessi clinici, ha sviluppato approfondite competenze ed esperienza nella realtà aziendali e delle scienze organizzative. E' managing partner di Sattva Consulting srl, società di consulenza organizzativa che si dedica al “fattore umano” nelle organizzazioni. Ha conseguito un Master in Business Administration (MBA) alla Business School del Politecnico di Milano (MIP) nel 1991, dove è poi rimasto per tre anni iniziando da qui la sua attività professionale nella consulenza aziendale. Dal 1996 la sua attività



come consulente in società italiane e internazionali si è focalizzata su tematiche inerenti lo sviluppo organizzativo, l'executive training, il coaching, il change management e il benessere organizzativo. E' stato responsabile e docente dell'area "SviluppoManageriale" nei Master post-laurea e nei Master universitari di secondo livello sviluppati presso il consorzio Università & Impresa dell'Università di Brescia. Ha tenuto lezioni e seminari in Bocconi e alla Business School de "Il Sole 24 ore" di Milano.