



Il Percorso Formativo

Per vivere una vita piena e appagante, le persone devono risvegliare la propria **Self-Leadership**: quella capacità interiore di compiere scelte consapevoli, affrontare le sfide e tracciare il proprio cammino. Quando questo potere viene attivato, la performance migliora, si rafforza il senso di scopo e il benessere - sia personale che collettivo – può davvero fiorire.

Le Costellazioni sono la metodologia trasformativa che rende tutto questo possibile.

**SYSTEM
ALIVE**
systemic coaching transforms

SystemAlive.com



La Self-Leadership è la chiave per migliorare le prestazioni, la realizzazione e il benessere.

L'Academy of Constellations fornisce a chi ha già le skill di base del coaching - conoscenze, capacità e strumenti per sviluppare la **Self-Leadership** dei clienti con un approccio trasformativo. In cui si aiuta il Cliente a sviluppare un **livello più elevato di presenza e flessibilità nei comportamenti**, in modo da rispondere alle situazioni piuttosto che reagire, superando così i comportamenti automatici indesiderati.

Per fare questo abbiamo adattato al coaching e integrato e **due metodologie sistemiche**:

- > il modello e il processo di trasformazione personale dell'**Internal Family Systems (IFS)**, creato da Richard Schwartz.
- > **le Costellazioni** che sono lo strumento che utilizziamo per svolgere gli esercizi esperienziali, derivate dal lavoro di Bert Hellinger sulla terapia familiare.

La **Self-leadership** è lo scopo di coloro che desiderano **massimizzare l'espressione del proprio potenziale** – migliorando le prestazioni, la soddisfazione e il benessere personale - ed avere un impatto positivo sul proprio ambiente.

I **benefici** dello sviluppare la Self-leadership si manifestano sia a **livello individuale che collettivo**, perché si influenza positivamente l'ambiente in cui operiamo e la cultura organizzativa.

La **Self-leadership ci aiuta infatti a vivere con maggiore consapevolezza ed armonia** sia nel sistema interno – tutte le parti di noi stessi che ci rendono chi siamo – sia nel sistema esterno - le nostre relazioni e i nostri progetti nel mondo.

La Self-Leadership ci consente di:

- > Avere una maggiore **consapevolezza** di tutte le parti del nostro mondo interiore, che definiscono chi siamo;
- > Sviluppare e integrare le nostre **risorse** per poter esprimere i nostri talenti;
- > **Trasformare** conflitti interni, ostacoli e comportamenti automatici che limitano l'espressione dell'energia vitale e ci impediscono di muoverci nella direzione desiderata;
- > Portare **armonia** nel nostro mondo interiore, in modo che tutte le nostre parti possano lavorare insieme per il nostro bene;
- > Guidare le nostre parti in modo da essere **padroni della nostra vita** anziché essere guidati da quelle parti, che spesso ripetono vecchi schemi che non sono più utili.
- > Come un direttore d'orchestra guida l'orchestra a suonare una bella musica, possiamo guidare le nostre parti interiori per **esprimerci appieno** nella vita.



Che cosa sono le Costellazioni?

Le Costellazioni: un linguaggio universale al servizio del coaching.

Le Costellazioni non sono solo una metodologia, ma un vero e proprio linguaggio.

Un linguaggio trasversale, applicabile in contesti diversi — proprio come una lingua come l'inglese può essere usata per scrivere poesia, raccontare storie, spiegare concetti scientifici o affrontare temi storici.

Una lingua, molte applicazioni. Ogni ambito richiede naturalmente un vocabolario tecnico e competenze specifiche, ma il linguaggio di base resta lo stesso.

Alla **Academy of Constellations** insegniamo questo linguaggio universale, e formiamo coach professionisti a utilizzarlo con efficacia nel proprio lavoro. Trasmettiamo i modelli, le competenze e la sensibilità necessari per integrare le Costellazioni nel coaching, trasformando ogni sessione in un'esperienza potente, chiara e trasformativa.

Le Costellazioni: molto più delle Costellazioni Familiari

Forse hai già sentito parlare di Costellazioni Familiari... Ecco, dimentica per un attimo quell'esperienza.

Quando parliamo di **Costellazioni**, ci riferiamo a un approccio più **ampio, flessibile e applicabile a molti contesti** oltre la terapia familiare.

In questo contesto, il termine "Costellazione" è usato nelle scienze umane per indicare un sistema: un insieme di elementi in relazione tra loro.

Una Costellazione può rappresentare un team di lavoro, una relazione, un'organizzazione, i fattori di una decisione, le parti interiori di sé, o gli elementi chiave di un progetto.

Le Costellazioni nel coaching

Le Costellazioni sono una **metodologia esperienziale potente**, utilizzata nel coaching individuale, di team o di gruppo per aumentare rapidamente la **consapevolezza** della situazione attuale, favorire l'**allineamento interiore**, aprire nuove possibilità di **cambiamento e azione**.

In una sessione di coaching, la Costellazione è un esercizio esperienziale in cui si crea una rappresentazione spaziale del tema portato dal cliente:

- > nel **coaching individuale**, attraverso oggetti su un tavolo o segnaposti sul pavimento;
- > nel **coaching di gruppo o di team**, coinvolgendo direttamente le persone presenti.

Nel coaching individuale, dopo aver creato la rappresentazione, il Coach guida il cliente a "impersonificare" gli elementi della Costellazione, esplorandoli non solo con il pensiero, ma anche attraverso emozioni e sensazioni corporee.

Perché usare le Costellazioni nel coaching?

Perché rendono visibile l'invisibile, rendono esplicito ciò che è implicito.

Sono particolarmente efficaci per sviluppare la **Self-Leadership**, portando maggiore consapevolezza, chiarezza e coerenza tra ciò che sentiamo, pensiamo e facciamo, e promuovendo una migliore armonia dentro di noi e nelle relazioni.

E da lì, tutto può cambiare.



Come differenziarsi, crescere professionalmente e avere successo in un mercato altamente competitivo?

1. **Distinguiti** in un mercato sempre più affollato offrendo qualcosa di speciale e unico.
2. Sviluppa la tua "**cassetta degli attrezzi**" di coaching per avere un maggiore impatto nel vostro lavoro.
3. Continua il tuo percorso di **crescita personale** per aggiungere profondità al tuo coaching.
4. Guadagna **CCEU** (Continuing Coach Education Units) approvate da ICF per rinnovare le credenziali.

Le Costellazioni sono una svolta nel coaching, sono "la tecnologia" per sviluppare la Self-leadership: non perdetela!

Distinguiti adottando il Coaching Sistemico in 3D.

La tua formazione iniziale ti ha fornito le basi per lavorare come Coach professionista.

Ora è il momento di fare un salto di qualità.

Il Coaching Sistemico in 3D aggiunge la **dimensione visiva e somatica** alle conversazioni di coaching.

Ti offre un approccio **innovativo e pratico** per distinguerti nel mercato: integrare la visione sistemica con rappresentazioni spaziali, rendere visibile l'invisibile, generare consapevolezza e trasformazione.

Uno strumento potente per accompagnare i clienti in **cambiamenti profondi e duraturi** e per far crescere la tua **identità professionale**.

Le Costellazioni sono un metodo potente e innovativo che risponde a queste esigenze.

I principali **vantaggi** dell'uso delle Costellazioni nel coaching sono:

- > una metodologia nuova rispetto agli approcci convenzionali basati sul dialogo verbale. Lavorano con una **rappresentazione spaziale** dell'argomento presentato dal cliente. Per questo si parla di 3D-Coaching, perché 3D sta per tridimensionale.
- > È una **metodologia di coaching sistemica** che fornisce strumenti pratici per il coaching e non solo un modello teorico.
- > Permettono di lavorare allo stesso tempo con tutti i sensi - visivo, uditivo e cinestetico -, in modo che il cliente sia esposto a **un'esperienza vivida e intensa**.
- > Offrono **un approccio veramente olistico** al coaching, poiché lavorano simultaneamente sui piani mentale, emotivo e fisico, favorendo la chiarezza e l'allineamento interiore.
- > Forniscono **risultati d'impatto** in modo più semplice e rapido rispetto all'utilizzo di metodi conversazionali.
- > Possono essere **facilmente integrate** con gli approcci di coaching che usi già.
- > Entrerai a far parte di una **comunità di apprendimento internazionale** di coach esperti, con cui imparare insieme e scambiare esperienze e conoscenze.



In che modo questa formazione si differenzia dalle altre formazioni sulle Costellazioni?

Questo training integra diverse modalità di utilizzo delle Costellazioni in un'unica **metodologia coerente**.

Ti permette di lavorare in modo efficace su un'ampia gamma di temi, tra cui efficacia organizzativa, lavoro di squadra, relazioni, progetti, processi decisionali e sviluppo personale.

L'approccio è **immediatamente applicabile** nella tua pratica di coaching sia in presenza che on-line.

Ci sono **sei differenze fondamentali** che distinguono questo training da qualsiasi altro percorso sulle Costellazioni:

1

È stata progettata **specificamente per i coach**, con confini ben definiti che la distinguono chiaramente dalle Costellazioni Familiari.

2

Si basa su un approccio non direttivo, in linea con l'**alleanza di coaching**, per **co-creare** la sessione insieme al cliente.

3

È un **approccio molto pragmatico**: nessun concetto esoterico o teoria astratta.

4

Si basa su un protocollo chiaro che rende l'**apprendimento più semplice e rapido** rispetto al tradizionale modello di apprendimento utilizzato in altri percorsi di formazione sulle Costellazioni

5

Si basa su **esperienze reali di coaching**, fondate sulle migliori pratiche acquisite lavorando con organizzazioni internazionali.

6

La formazione è **conforme alle linee guida ICF** per la formazione continua e fornisce **CCEU** (Continuing Coach Education Units).



Il percorso di apprendimento

Livello 1

I corsi sono aperti a **coach e ad altri professionisti** che possiedono già le competenze di base necessarie per lavorare con le persone.

Sarà un **passo significativo e ispirante** nel tuo percorso di sviluppo personale e professionale.

La formazione è strutturata in tre corsi: **Fondamenti, Trasformazione e Gruppi & Team.**

I contenuti e l'approccio sono pienamente allineati al **modello di competenze ICF.**

Ogni corso segue un **approccio di apprendimento ibrido** per massimizzare l'efficacia: la parte teorica e la supervisione si svolgono principalmente online, mentre i workshop in presenza sono dedicati soprattutto alla pratica esperienziale.



Livello 1: FONDAMENTI

OBIETTIVO

Apprendere l'uso delle **Costellazioni nel Coaching individuale**, per sostenere i clienti nel riconoscere e sviluppare le proprie risorse personali e utilizzarle per sostenere la realizzazione dei loro scopi e obiettivi.

Imparerai un'ampia varietà di applicazioni che includono:

- > **Sviluppo personale e professionale:** prendere decisioni, raggiungere un obiettivo, pianificare la carriera, aumentare l'impatto personale, sviluppare la self-leadership.
- > **Relazioni:** migliorare la comunicazione, la comprensione e la collaborazione, migliorare la gestione degli stakeholder o dei clienti.
- > **Teamwork:** migliorare le dinamiche di gruppo, creare un team ad alte prestazioni, valorizzare la diversità e praticare l'inclusione.
- > **Business:** valutazione di strategie o progetti, efficacia organizzativa, gestione del cambiamento

DURATA

Il corso è composto da **sei moduli**:

- > 4 webinar online (3 ore ciascuno)
- > 2 workshop in presenza (2 giorni ciascuno)

CORSO

APPROVATO DA ICF

Il corso fornisce 40 CCEU (Continuing Coach Education Units), di cui 30 sono Core Competencies e 10 sono Resource Development.



Il percorso di apprendimento Livello 2

Dopo il corso Fondamenti, si può partecipare a qualsiasi corso di livello 2.



Livello 2a: TRASFORMAZIONE

OBIETTIVO

Apprendere come utilizzare le Costellazioni per **trasformare i comportamenti limitanti** e permettere la migliore **espressione del potenziale individuale**. Imparerai come favorire l'espressione della leadership personale, risolvendo i conflitti interiori e superando ostacoli e comportamenti ripetitivi indesiderati. Per fare questo, abbiamo integrato nelle Costellazioni il modello **IFS (Internal Family System)**, che permette di comprendere le dinamiche interiori e offre un processo completo di scoperta di sé e trasformazione.

DURATA

Il corso è composto da **sei moduli**:

- > 4 webinar online (3 ore ciascuno)
- > 2 workshop in presenza (2 giorni ciascuno)

CORSO

APPROVATO DA ICF

Il corso fornisce 40 CCEU (Continuing Coach Education Units), di cui 33 sono Core Competencies e 7 sono Resource Development.



Livello 2b: GRUPPI & TEAM

OBIETTIVO

Apprendere come utilizzare le Costellazioni nella formazione, nel coaching di gruppo e nel team coaching, utilizzando le persone come elementi della rappresentazione. Imparerai a usare le Costellazioni in:

- **workshop di formazione**, utilizzando esercizi Costellativi che incorporano aspetti delle Costellazioni in modo più semplice e veloce;
- **coaching di gruppo**, in cui ogni partecipante lavora sul proprio tema con il supporto del gruppo;
- **team coaching**, per supportare una squadra a diventare una squadra ad alte prestazioni;
- **workshop pubblici**, in cui un Coach può lavorare con un gruppo di clienti privati, dove ciascuno porta il proprio tema.

DURATA

Il corso è composto da **quattro moduli**:

- > 2 webinar online (3 ore ciascuno)
- > 2 workshop in presenza (2 giorni ciascuno).

CORSO

APPROVATO DA ICF

Il corso fornisce 34 CCEU (Continuing Coach Education Units), di cui 25 sono Core Competencies e 9 sono Resource Development.

Il tuo formatore



Francesco Pimpinelli

Fondatore dell'Academy of Constellations

Francesco ha fondato l'Academy of Constellations nel 2013 e da allora insegna il metodo delle Costellazioni a livello internazionale.

È un Coach Professionista con credenziali MCC rilasciate da ICF e un Counselor con una profonda esperienza in molteplici approcci alla crescita personale.

Innovatore per natura, curioso e orientato ai risultati, ha integrato nella sua proposta ciò che ha esplorato e sperimentato personalmente lungo il proprio percorso di crescita.

Il suo stile è pragmatico, accessibile e profondamente trasformativo.

Da oltre vent'anni lavora come Coach e facilitatore di Costellazioni, con una solida esperienza nell'applicazione di questo approccio in ambito aziendale.

Ha studiato le Costellazioni con i principali maestri del metodo, tra cui Bert Hellinger, Insa Sparrer, Matthias Varga von Kibéd, Bertold Ulsamer e Gunthard Weber.

Prima di dedicarsi al lavoro con le persone, ha lavorato per sedici anni come manager e consulente di direzione in grandi aziende internazionali.

Dal 2002 si è dedicato a tempo pieno alla sua vocazione: accompagnare le persone in percorsi di cambiamento, consapevolezza e leadership.

Oggi lavora con executive e team in tutto il mondo, aiutandoli a migliorare la performance, guidare il cambiamento, promuovere l'innovazione e raggiungere obiettivi di business sostenibili.



Commenti dei partecipanti

“Francesco ha messo a punto un programma in cui teoria, elementi esperienziali, lavoro di gruppo e riflessione si alternano con una cadenza armoniosa. Questo facilita la comprensione e l'applicazione immediata di quanto appreso dopo il training. Ha trovato un modo molto piacevole per condividere la sua ricca esperienza nel lavoro delle Costellazioni con un approccio pragmatico e concreto.”

Rolf Pfeiffer, Germania

“Questo corso ha cambiato completamente modo di essere Coach e sento di aver acquisito strumenti nuovi ed entusiasmanti da utilizzare con i miei clienti nel lavoro di Coaching.”

Patrick Stichelmans, Belgio

“Nel mondo sempre più complesso e interconnesso in cui viviamo, questo training aiuta ad acquisire comprensione e competenza - personale e professionale - che trovo essenziale per fare coaching ad alto livello”

Daniele Bevilacqua, Italia

“L'unicità di questo programma è data dal piacere della scoperta, del mettere in pratica le proprie capacità e dal raggiungere nuovi picchi di comprensione di sé e degli altri. Un corso ricco, stimolante e gestito con grande capacità”

Angela Stafford, Regno Unito

“Come Coach, le Costellazioni Sistemiche mi aiutano a mostrare ai clienti l'essenza dei temi che si trovano ad affrontare e di partire da quella stessa essenza per raggiungere soluzioni concrete e sostenibili.”

Pat Roberts, Sud Africa

“Lavorare con le Costellazioni Sistemiche mi aiuta a guidare i miei clienti nell'agire grandi e profondi cambiamenti per se stessi, per il loro team o la loro organizzazione. Il programma sviluppato da Francesco e il modo in cui conduce il training, infondono sicurezza nell'utilizzare questo approccio sistemico e olistico nella pratica professionale.”

Nelke Galema, Olanda

“Le Costellazioni Sistemiche aggiungono versatilità e solidità al lavoro del Coach con individui e team. Aiutano a mettere a fuoco in modo più efficace le dinamiche dei sistemi e delle relazioni.”

Emma Pearson, Svizzera

“Imparare ad usare le Costellazioni Sistemiche ha portato un gran cambiamento nella mia attività di Coach, sia nel lavoro individuale che con i team.”

Helene Blot, Francia

“In qualità di manager, le Costellazioni mi hanno fornito uno strumento pratico per meglio svolgere il ruolo di sostegno e guida dei miei collaboratori, dando loro la possibilità di lavorare sugli obiettivi che ritenevamo maggiormente sfidanti. Ciò ha consentito loro di avere maggiore chiarezza della situazione e di affrontare tali sfide con lucidità ed efficacia.”

Pierangela Greco, Svizzera

“Questo training mi ha fornito uno nuovo straordinario strumento da inserire nella mia 'cassetta degli attrezzi'. La conoscenza delle Costellazioni Sistemiche e il loro valore pratico che ho riscontrato nel mio lavoro di Coach, hanno un valore immenso. I miei clienti fanno progressi rapidi con grande facilità”.

Joanna Bown, Regno Unito

“Francesco mostra come utilizzare le Costellazioni Sistemiche nel mondo aziendale in modo responsabile. Nella conduzione è ben organizzato e mostra molta sensibilità. L'approccio è strutturato e focalizzato sui risultati. Un ottimo investimento.”

Manfred Barth, Germania

“Ho trovato le Costellazioni un modo sorprendentemente efficace per svelare le dinamiche nascoste nei sistemi in cui viviamo. Come se esistesse uno spazio di 'conoscenza' che sa molto delle nostre vite, proveniente da una parte della mente a cui di solito non abbiamo accesso.”

Serenella Sala, Italia

“Francesco è una guida straordinaria nel viaggio dentro il lavoro con le Costellazioni!«

Mik van den Noort, Olanda

“Le Costellazioni sistemiche sono estremamente efficaci sia nel lavoro individuale che con i team. Il corso mi ha veramente aiutato a comprendere e ad usare questo metodo nella mia attività di Coach.”

Claudia Salowski, Germania

“Francesco insegna in modo magistrale un metodo che è allo stesso tempo meravigliosamente semplice e profondamente efficace. È influenzato da una molteplicità di solide trazioni e approcci, e fornisce tecniche che sono utili in una vasta gamma di contesti con gli individui, i team e le organizzazioni.”

Anton Richman, Sud Africa



Per conoscere il programma
e gli altri dettagli
della formazione
visitate il nostro sito web
www.SystemAlive.com

Non esitate a contattarci
per qualsiasi informazione
scrivendo a
mail@SystemAlive.com

**SYSTEM
ALIVE**
systemic coaching transforms

SystemAlive.com