

Coaching, Counseling e Programmazione Neuro Linguistica

Le 3 discipline che hanno trasformato
la vita di milioni di persone.

Antonella Lamanna



Copyright © 2016 Antonella Lamanna
Quest'opera è protetta dalla Legge sul diritto d'autore.
È vietata ogni duplicazione, anche parziale, non autorizzata.

SOMMARIO

1. Storia e Significato del Coaching _____ pag. 3
 - Storia del Coaching
 - IL Processo del Coaching
 - Aree di competenza del Coaching
 - Investire nel Coaching
 - Specifiche sul Coaching
2. Storia e Significato del Counseling _____ pag. 13
 - Storia del Counseling
 - Counselor e Counselor Olistico
3. Storia e Significato della P N L _____ pag. 16
4. Le varie figure professionali e loro differenze_ pag. 20
 - Psicologo
 - Psicoterapeuta
 - Psichiatra
 - Psicanalista
 - Counselor
 - Coach
 - Schema dei differenti approcci
5. Un metodo innovativo: Olos Coaching ____ pag. 28
6. L'autrice _____ pag. 31
7. Conclusioni _____ pag. 42

1. STORIA E SIGNIFICATO DEL COACHING



Storia del Coaching

Dalla metà degli anni 80 la parola Coaching inizia a farsi sentire in alcune università inglesi che soprannominavano i tutor, coach. In fondo la vera origine della parola coach deriva dal termine francese **coche**, **carrozza** o **cocchio** (derivato a sua volta dall'ungherese Kocsis o dal ceco Koczi).

Nel XVI secolo “**coche**” identificava un mezzo di trasporto trainato da cavalli e condotto da una guida: **il cocchiere**. E da qui il significato di veicolo di cambiamento, di crescita, colui che trasporta una o più

persone da uno stato di partenza alla meta desiderata.

Il Coaching infatti, prende forma e consistenza con **Tim Gallwey**, un allenatore di tennis che nel libro di grande successo **“The Inner Game – come usare la mente per raggiungere l'eccellenza”** spiega che ad ogni incontro di sport si giocano due partite: una esteriore e una interiore. Il gioco esteriore è quello in cui si gioca con un avversario esterno, per superare ostacoli esterni e raggiungere un obiettivo esterno, quindi ha a che fare su come usare una racchetta o come posizionare le gambe o le braccia per raggiungere i migliori risultati.

Poi c'è il gioco interiore, spesso trascurato, che è il gioco che si svolge nella mente del giocatore ed una partita fatta di concentrazione, nervosismo, dubbio, disapprovazione, paura, ansia, insomma tutto quello che si annida nella mente che impedisce di raggiungere la massima performance ed è questo che fa la differenza tra uno sportivo e un campione.

Dal mondo dello sport il Coaching approda nel mondo del business arrivando nei programmi di leadership delle università americane negli anni 80/90 e sbarcando nelle

società europee di orientamento commerciale.

Grazie a **Sir John Whitmore**, sportivo anche lui nel mondo dei motori però, e socio di Tim Gallwey e uno dei più autorevoli Business Coach europei con il suo libro **“Coaching” - Come risvegliare il potenziale umano nel lavoro, nello sport e nella vita di tutti i giorni**: spiega che il Coaching è una tecnica fondamentale per chiunque si trovi a guidare un team sia sportivo che aziendale e il suo libro è stato adottato come manuale da moltissime aziende nel mondo.

Nel suo libro c'è una citazione che dice: “Aiutando gli altri ad aumentare la propria consapevolezza, la propria responsabilità e, di conseguenza, la propria fiducia in se stessi, li aiutiamo a porre le fondamenta per il leadership”.

Robert Dilts, autore del bellissimo libro **“Il manuale del Coach”** dà una delle migliori definizioni di coaching : **“Il Coaching è il processo attraverso il quale si aiutano individui e gruppi di persone a raggiungere il massimo livello delle proprie capacità di performance.”**

IL PROCESSO DEL COACHING



Aree del Coaching

Le aree di competenze del Coaching si dividono in 3 grandi aree : life, business e sport e che prendono il nome di **Life Coaching, Business Coaching e Sport Coaching**.

LIFE COACHING: è quell'area che riguarda la vita in generale e il raggiungimento degli obiettivi personali indipendenti da quelli lavorativi.

Il Coach in questa area ha il delicato compito di mettere equilibrio nella vita del cliente lavorando sulle sue emozioni, credenze, energie, desideri, aspirazioni, rafforzando se stesso, tirando fuori capacità di gestire il cambiamento, capacità di prendere decisioni, capacità di assumersi le proprie responsabilità, aiutandolo a

risolvere varie problematiche, a migliorare la propria autostima, a sciogliere conflitti interiori e blocchi emotivi e gestire lo stress.

BUSINESS COACHING: quest'area che è molto ampia è specializzata nell'orientamento ai risultati nel mondo lavorativo ed indirizzato soprattutto verso aziende e imprese.

Il Business Coach è orientato soprattutto alla capacità di individuare e di raggiungere i propri obiettivi, ad aumentare la produttività aziendale, fidelizzare i propri collaboratori, personal branding, marketing e vendita, ottimizzazione della comunicazione con clienti e collaboratori, gestione del tempo, sviluppo dello spirito imprenditoriale e leadership, sviluppo dei processi organizzativi, affrontare una start-up, mission, vision, valori aziendali e pianificazione degli obiettivi, entrare in un nuovo segmento di mercato, e valorizzazione dei team di lavoro (Team Coaching).

SPORT COACHING: è quell'area che aiuta sportivi e atleti a definire gli obiettivi e innalzare costantemente il livello di rendimento. In ogni partita sportiva e agonistica si mette

in campo il confronto fisico di atleti e sportivi oltre che la tecnica e la tattica, ma sempre di più la preparazione mentale nello sport diventa importante ed è quella che sul campo fa la differenza, infatti la vera competizione o battaglia come la vogliamo chiamare, non è sul campo di gioco ma nelle menti dei giocatori.

Il Coach o l'allenatore mentale è una figura molto presente e fondamentale nello sport per aiutare l'atleta a svuotare la mente da confusione, dubbi, a vivere il momento presente, ad avere sicurezza, tranquillità, fiducia, focus, concentrazione, gestire lo stress, incrementare la motivazione, diminuire il livello di ansia e qualsiasi problema di emotività e la preparazione alla gara.

Tuttavia nell'arco di tutti questi anni sono state molteplici le aree di appartenenza nel Coaching hanno spaziato dal cambiamento dell'attività lavorativa al miglioramento delle relazioni interpersonali nella vita privata e professionale, a ritrovare la forma giusta, al miglioramento della propria situazione finanziaria, public speaking, comunicazione efficace e persuasiva e lavoro sulla voce.

Investire nel Coaching

Il Coaching è uno degli investimenti migliori che si possa fare per il miglioramento personale e per la gestione delle persone, della propria attività lavorativa e delle aziende. Lo confermano alcuni testimonial famosi e qualche ricerca:

1. Bill Gates, in una Ted Conference del 2013 a New York, ha spiegato che per crescere ognuno di noi ha bisogno di un Coach: “... **perché sono i feedback che ci fanno crescere, e il Coach fa proprio quello!**”.
2. Eric Schmidt, presidente di Google, ha raccontato a Fortune che il migliore consiglio ricevuto in carriera è stato quello di prendersi un Coach: “ **Il Coach non deve giocare al tuo livello. Il suo compito è di tirare fuori la tua parte migliore e farti vedere le cose da una prospettiva diversa. Non ha caso, tutti quelli che hanno successo hanno un Coach**”.
3. Una ricerca indipendente commissionata dall'Icf (International Coaching Federation) conferma che investire nel Coaching serve. Le imprese esaminate

nel campione – 400 in tutte le aree del mondo che hanno investito nel Coaching vanta:

- una percentuale di dipendenti “estremamente motivati” nettamente più alta rispetto alle altre (65% contro 51%);
- una maggiore crescita dei ricavi, nell’ambito della stessa *industry*.
- Altre indagini parlano di un Roi dell’investimento in Coaching che può fruttare da 5,4 a 7 volte la somma investita.
- *PC Week* ha scritto che le performance delle aziende che hanno investito in Coaching sono risultate di molto superiore a quelle che investivano solo in interventi formativi.
- In una ricerca dell’International Management Association, pubblicata dal *Financial Times*, si trova che **“Se i programmi di formazione in media migliorano la produttività del 22%, con il Coaching si arriva all’88%”**.

Specifiche sul Coaching

1. **Le sessioni** (questo è il giusto termine) di Coaching, hanno una durata e una cadenza che dipendono dal Coach al quale ti rivolgi, e variano dai 60 ai 180 minuti solitamente, e possono avvenire dal vivo, su Skype o Hangout o al telefono anche se io non lo preferisco perché è importante avere il contatto visivo con il Coachee per poter osservare anche la comunicazione non verbale.
2. Solitamente un percorso di Coaching (al massimo 10/12 sessioni) non è un percorso lungo altrimenti non è più Coaching, perché il Coaching ha risoluzioni abbastanza veloci lavorando il Coach sulla trasformazione del tuo mondo interiore.
3. Il Coaching e il Counseling non sono terapia infatti si parlerà di obiettivi e di futuro e non di passato perché nel Coaching è importante dove vuoi arrivare e non da dove vieni. L'intervento del Coach è esterno e aiuta il Coachee a trovare risorse e mezzi utili per compiere il percorso dallo stato attuale allo stato desiderato.

4. La responsabilità tra il Coach e il Coachee è una responsabilità condivisa
5. Quello che si fa e si dice durante il Coaching è riservato, quindi sia il Coach e il Counselor manterranno la riservatezza di quello che avviene durante le sessioni.
6. L'investimento nel Coaching non è l'investimento di una terapia psicoterapeutica o psicologica. Non è per tutti, più il Coach fa ottenere risultati e più li ha ottenuti lui nella sua vita sia personale che professionale e più l'investimento sale.
7. La cosa importante e fondamentale nel Coaching è riporre massima fiducia nel Coach e seguire alla lettera le sue indicazioni anche se non si comprendono.

2. STORIA E SIGNIFICATO DEL COUNSELING



Storia del Counseling

Si inizia a parlare di Counseling negli Stati Uniti nei primi anni del Novecento, quando alcuni operatori sociali adottano il termine per definire l'attività di orientamento professionale rivolta ai soldati che rientrano dalla guerra e che necessitano di una ricollocazione professionale.

In Italia si possono rintracciare attività affini al Counseling nella storia **dell'assistenza sociale** che iniziò all'incirca negli anni venti. Tali iniziative assistenziali avevano carattere filantropico e volontario.

Il Counseling è sempre più diffuso negli anni novanta soprattutto nei corsi di formazione organizzati da scuole di psicoterapia e nell'associazionismo finalizzati a regolamentare tale attività e al giorno d'oggi è diventata una **disciplina di aiuto professionale nel disagio esistenziale** ed è una **metodologia di consulenza fondata sul concetto di ascolto attivo e sull'attenzione rivolta alle risorse interne e alle potenzialità della persona**.

Il Counseling a differenza di altri approcci a carattere psicologico, non considera l'individuo come portatore di problemi, ma come portatore e origine delle soluzioni, mette la persona nelle condizioni di comprendere la situazione in cui si trova e gestire il problema capitalizzando le proprie risorse interne. Il sostantivo Counseling deriva dal verbo inglese to counsel, che risale a sua volta dal verbo latino consulo-ĕre, traducibile in **"consolare", "confortare", "venire in aiuto"**.

Counselor e Counselor Olistico

Il Counselor è **un professionista della relazione di aiuto che dà un sostegno alle persone nelle fasi difficili della loro vita**. Egli si occupa di normali situazioni

problematiche che ognuno può attraversare durante la vita e interviene a sciogliere, in un breve arco di tempo e in senso positivo, **situazioni di disagio** tramite un percorso di consapevolezza e responsabilità, non della patologia, ambito di competenza di medici e psicologi.

C'è un'altra figura importantissima da sottolineare che è quella del **Counselor Olistico** che deriva dalla parola greca holós, che significa **"intero"**, e ha a che fare con l'interezza, l'insieme dell'essere umano e non la divisione nelle singole parti che lo compongono. Quindi "operare in modo olistico" significa **considerare l'essere umano nella sua interezza e completezza e quindi approcciarlo guardando e analizzando la sua totalità e allineandolo sul corpo, mente e spirito.**

Infatti, il Counselor Olistico vede l'essere umano non solo come una mente pensante o un corpo operante, ma un essere spirituale che sta facendo un'esperienza umana e il largo spettro di azione consente al Counselor Olistico di muoversi su diversi livelli ed è un facilitatore di processi di potenziamento delle capacità e di talenti delle persone.

3. STORIA E SIGNIFICATO DELLA PROGRAMMAZIONE NEURO LINGUISTICA (PNL)



PNL è l'acronimo in italiano per Programmazione Neuro Linguistica e grazie a **Richard Bandler e Jonh Grinder** i fondatori (in California) è diventata una delle tecnologie più celebri, rispettate e potenti a disposizione del movimento dello

sviluppo personale.

E' una scienza che comprende una serie di strumenti e tecniche di comunicazione in grado di produrre un cambiamento in direzione dell'eccellenza umana.

La PNL nata negli anni 70 si è diffusa in tutto il mondo toccando la vita di milioni di persone e si chiama **programmazione** perché concerne un insieme sistemico di operazioni mirate a un obiettivo, **neuro** perché studia i processi in atto nel sistema nervoso e **linguistica** perché utilizza il linguaggio verbale e non verbale per organizzare il pensiero e il comportamento, sviluppando così una comunicazione più efficiente con gli altri e con noi stessi.

Negli anni 70 Grinder era professore associato di scienze

del linguaggio all'università di Santa Cruz, in California e Bandler era uno studente di informatica della stessa università. Insieme analizzarono tre importanti figure in campo psicologico: **Fritz Perls**, innovatore psicoterapeutico e inventore della terapia Gestalt; **Virginia Satir**, creatrice della terapia della famiglia, che riusciva a risolvere problemi famigliari che molti altri terapeuti ritenevano impossibili da risolvere e **Milton Erikson**, ipnoterapeuta di fama mondiale. Bandler e Grinder analizzarono i modelli di questi tre grandi personaggi e li ridussero all'essenza e costruirono un modello capace di produrre una comunicazione efficace, cambiamento personale, rapidità di apprendimento e un migliore utilizzo della vita.

Questo rientra nel **Modeling** che è una metodologia della programmazione neuro linguistica che nasce da qui e **che consente di modellare efficacemente, nel senso di osservare e riprodurre i comportamenti efficaci delle persone che si sono distinte in vari ambiti.** Quindi è una metodica basata sulla presupposizione di base che il comportamento ha una struttura e che questa struttura può essere modellata, imparata, insegnata e cambiata

nei modi più utili per l'individuo (procedimento tramite cui si osservano e si mappano i comportamenti efficaci degli altri).

Da qui la PNL si sviluppò in due direzioni complementari. La prima è il processo di scoperta dei modelli che permettono di trionfare in un campo specifico e la seconda è la ricerca di tecniche efficaci di pensiero e di comportamento.

La definizione di **studio dell'eccellenza umana** spiega perché le persone fanno quello che fanno ed è per questo che viene definita come " un'attitudine, un modo di porsi..." e in questo è compreso il modo di porsi, pensare e ragionare.

La PNL si applica ottimamente alle vendite, perché facilita il rapporto di empatia tra venditore e cliente, a vantaggio di entrambi. Genera fiducia, che è la base della comunicazione efficace.

La PNL è l'utilizzo consapevole del linguaggio e raggruppa molte tecniche utili allo sviluppo personale.

È definita anche "**lo studio della struttura dell'esperienza soggettiva**" e "**tecniche di libertà**".

La PNL è descritta come un "atteggiamento", una "metodologia" e una "tecnologia" in grado di aiutare a

raggiungere soluzioni in modo efficace. A differenza di altre discipline, non è interessata a ciò che è vero in assoluto, è interessata a ciò che funziona per il soggetto.

Alla base della PNL c'è la convinzione che le persone non siano i loro comportamenti o i loro pensieri e che perciò, quando queste imparano a cambiare il modo in cui pensano e si comportano, cambia anche la loro vita. La PNL permette a chi la usa di organizzare e gestire le informazioni in modo da raggiungere risultati che sembravano impossibili.”

Per spiegare in maniera semplice in una frase il significato di questa disciplina innovativa è la seguente: **“Il nostro cervello è come un computer di cui non abbiamo il manuale di istruzioni e la PNL ci fornisce questo manuale.”**

4. LE VARIE FIGURE PROFESSIONALI E LORO DIFFERENZE

Psicologo

Lo **Psicologo** è colui che ha conseguito una laurea in psicologia, ha effettuato un tirocinio di un anno per poter sostenere l'Esame di Stato e iscriversi quindi all'Albo degli Psicologi. Può occuparsi di molteplici settori (clinica, scuola, sport, lavoro, comunità, ambito giuridico, etc.). Lo psicologo che esercita una professione con finalità sanitarie si occupa di prevenzione, diagnosi, cura e riabilitazione oltre alle attività di ricerca e didattica nell'ambito della psicologia; lo psicologo effettua colloqui di sostegno e può effettuare valutazioni tramite l'impiego di interviste e test della personalità (cognitivi e attitudinali).

Quindi lo psicologo è legittimato a compiere interventi che spaziano dalla salutogenesi, ossia la prevenzione del disagio e la promozione della salute psicologia, alla patologia cioè la cura dei disturbi mentali.

Psicoterapeuta

E' un laureato in psicologia o medicina, che intraprende un corso di specializzazione di almeno 4 anni riconosciuto dallo stato.

Lo **Psicoterapeuta** può essere sia uno Psicologo che uno Psichiatra. Nel primo caso lo Psicologo deve aver conseguito la Specializzazione in Psicoterapia riconosciuta dallo Stato della durata di almeno 4 anni ed essere iscritto all'Albo professionale. Lo Psicoterapeuta è lo specialista che attraverso strumenti clinici (diagnosi, eziologia, pianificazione del trattamento, setting) e attraverso la relazione umana (empatia, ascolto, fiducia, alleanza terapeutica), è in grado di accompagnare la persona in un processo di cambiamento, volto al raggiungimento di un migliore stato di equilibrio.

Psichiatra

Lo **Psichiatra** ha, invece, conseguito una laurea in Medicina e Chirurgia, e successivamente ha conseguito la specializzazione in Psichiatria. Lo psichiatra è anche abilitato all'esercizio della psicoterapia ed è maggiormente orientato a considerare il disturbo mentale come derivante dal malfunzionamento e/o

sbilanciamento a livello biochimico del sistema nervoso centrale ed è per questo che come cura può prescrivere farmaci.

Psicanalista

Tra le tante scuole di psicoterapia c'è la psicoanalisi; quindi lo psicanalista è un particolare tipo di psicoterapeuta che deriva dal lavoro di Sigmund Freud e i suoi successori.

Counselor

Il Counselor è professionista della relazione di aiuto ed è una figura riconosciuta quindi regolamentata, ma non normata.

Grazie al varo da parte del parlamento della **legge 14 gennaio 2013 n. 4, "in materia di professioni non organizzate"** il Counseling è stato inserito tra le professioni intellettuali, per esercitare le quali non è necessario seguire alcun iter specifico.

Questa legge lascia al singolo professionista la facoltà di qualificarsi professionalmente intraprendendo un percorso di certificazione professionale presso un'associazione professionale di categoria o attraverso la

cosiddetta autoregolamentazione volontaria.

Con una nota del 24 marzo 2014 il Ministero della Salute, su richiesta del Ministero dello Sviluppo Economico, ha chiarito che l'attività di Counseling non interferisce con le attività riservate per legge agli esercenti delle professioni sanitarie.

Ha competenze per chi si trova in una condizione di difficoltà e di incertezza e che, attraversando un momento di difficoltà, sente la necessità di chiarificare alcuni aspetti di sé, anche in rapporto all'ambiente che lo circonda.

Il Counselor è un esperto di comunicazione e relazione in grado di facilitare un percorso di autoconsapevolezza nel cliente, affinché trovi dentro di sé le risorse per aiutarsi.

Aiutare gli altri ad aiutarsi è, infatti, una delle funzioni principali del Counselor.

Egli esprime una grande fiducia nelle risorse dell'essere umano e quindi favorisce l'autostima, proprio perché trasmette questo senso di fiducia nelle risorse del cliente.

In ogni caso, il Counselor non si sostituisce mai alla persona che aiuta e gli **restituisce la responsabilità di prendere le proprie decisioni**, pur comprendendolo empaticamente.

Vediamo, in breve, quali competenze ha il Counselor e quali sono le distinzioni fondamentali rispetto a quello che fa lo psicoterapeuta.

- ✓ Il Counselor si occupa di situazioni che riguardano l'area del benessere in cui la necessità è quella di potenziare i punti di forza, nel momento in cui una persona si trovi in un momento di difficoltà e non abbia necessariamente bisogno di uno psicoterapeuta.
- ✓ Altra caratteristica che distingue le due pratiche (Psicoterapia e Counseling) è il **focus temporale**: lo psicoterapeuta è più centrato sul passato della persona, mentre nel Counseling ci si focalizza sul "qui e ora", insomma sullo stato presente.
- ✓ **Anche i tempi di durata del trattamento sono diversi** in quanto nella Psicoterapia sono medio lunghi, proprio perché c'è la necessità di fare un lavoro più approfondito, mentre nel Counseling sono molto più brevi.
- ✓ **Anche le finalità di intervento sono diverse**: nel Counseling abbiamo supporto, orientamento, sviluppo dell'autonomia decisionale, training di abilità specifiche, invece nella psicoterapia si parla di

riabilitazione, cura e trasformazione ricostruttiva della personalità, obiettivi che richiedono necessariamente tempi più lunghi e competenze specialistiche.

Coach

Il Coach è una figura come il Counselor, riconosciuta e quindi regolamentata, ma a differenza del Counselor è anche normata.

Il Coach è riconosciuto dallo Stato Italiano **con la legge n° 4/2013** e oltre a questo il Coach ha una norma operativa **UNI 11601 del 11/2015**, che ne definisce la terminologia e le caratteristiche del percorso di Coaching e indica i requisiti per la fornitura dei servizi di Coaching.

Il Coach è un facilitatore di processi e aiuta le persone a creare equilibrio nella loro vita e a definire gli obiettivi e trasformarli in risultati sia nella vita personale che professionale.

Per essere più specifico il Coach è colui che affianca chi richiede il suo intervento per esaminare la situazione attuale (luogo di partenza), e definire gli obiettivi (luogo

desiderato), elaborare e applicare un piano d'azione che colleghi il punto di partenza a quello d'arrivo.

E lo fa individuando e aumentando le risorse interne del cliente utili alla realizzazione dei suoi obiettivi e analizzando le sue interferenze riducendo così i possibili “segnali di disturbo” che interferiscono negativamente sulla sua Performance.

Il Coach si serve di molti strumenti per fare in modo che il suo cliente dia il meglio di sé, aiutandolo ad aggirare le proprie barriere e ad esprimere appieno le sue potenzialità.

Per concludere il Coach è il professionista che **crea equilibrio nella vita degli individui aiutando a definire gli obiettivi e gli scopi trasformandoli in risultati dando consapevolezza del fatto che ognuno ha dei grandi talenti.**

Quindi il Coach è in grado di trasformare la vita delle persone!

Poiché per queste due figure professionali, quella del Coach e quella del Counselor, c'è uso e costume di

moltissime persone che hanno letto un libro o frequentato un corso di autoproclamarsi Coach spacciandosi per un professionista senza aver mai studiato e senza nessuna esperienza!

Il lavoro del Counselor e anche quello del Coach è un lavoro molto delicato perché si lavora con le emozioni e la vita delle persone e non è uno scherzo.

Queste due figure professionali ottengono più risultati con i loro clienti se hanno avuto esperienze difficili e complicate nella loro vita e ne sono uscite fuori mettendo in atto su se stessi le tecniche che hanno studiato.

Quindi prima di scegliere un Coach competente informati bene e valuta con accuratezza da chi farti seguire.

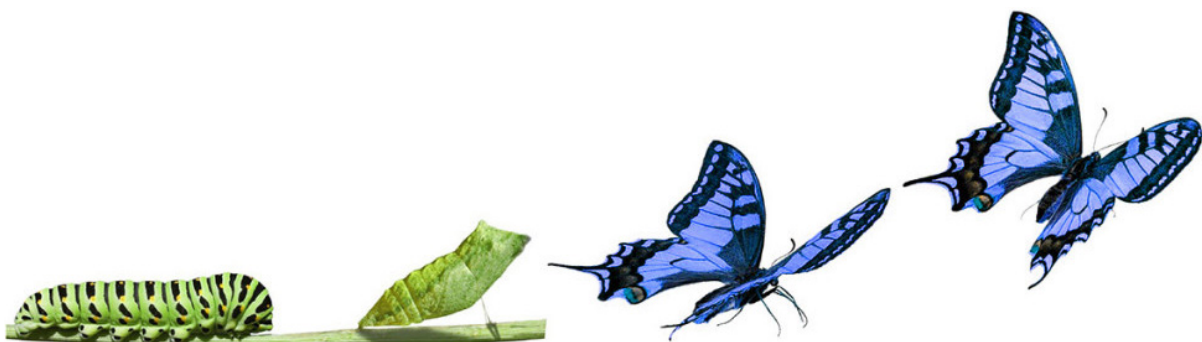
SCHEMA DEI DIFFERENTI APPROCCI



5. UN METODO INNOVATIVO: Olos Coaching



Dopo anni di studi, esperienze personali e sperimentazioni ho creato un metodo unico, innovativo e rivoluzionario con l'unico obiettivo di ottenere dei risultati concreti, risolutivi e durevoli ho chiamato "OLOS COACHING", dal greco "tutto, intero" che unisce le tecniche e le strategie più innovative di Programmazione Neuro Linguistica, Coaching, Counseling e Counseling Olistico, e che porta a chiunque lo desideri ad una TRASFORMAZIONE a 360° della propria vita e ad entrare così nel flusso della Prosperità.





Gli strumenti utilizzati sono finalizzati ad un approccio sulla persona nella sua totalità in modo da allineare corpo, mente, spirito e anima e dove la prosperità diventerà una semplice e naturale

conseguenza lavorando contemporaneamente e parallelamente sul **benessere fisico, mentale, spirituale, relazionale ed economico.**

Il metodo OLOS COACHING ti aiuterà a risolvere situazioni difficili personali che da tempo non riuscivi a risolvere e migliorare la tua attività lavorativa ed economica o lavorare a nuovi progetti.

Il percorso è strutturato in modo tale che ti aiuterà a risolvere situazioni difficili e strutturare la tua attività lavorativa o nuovi progetti. Il percorso è strutturato in modo tale da sciogliere blocchi energetici, emozionali, insicurezze, punti deboli, mancanza di autostima e di energia, che riguardano il proprio rapporto con se stessi, con gli altri, il proprio lavoro ed il rapporto con il denaro

per poi trasformarli in punti di forza in modo da attivare un flusso di prosperità diventando così l'artista della tua vita.

Il programma Olos Coaching include:

marketing e vendita, Comunicazione efficace e persuasiva, Executive e Business Coaching, Coaching finanziario e gestione del denaro, Life Coaching, Sport Coaching, Counseling Olistico, gestione del tempo, motivazione, sponsorship, autostima, leadership, realizzazione di programmi di sviluppo imprenditoriali e aziendali.

Per me l'accoglienza, l'autenticità, l'ascolto, l'eccellenza, l'eticità e la professionalità sono importantissimi in un percorso di Coaching e di Counseling ed è quello che troverai in me, nel mio metodo di Coaching e nei miei seminari dal vivo.

Questo mio metodo l'ho messo all'opera fondando un'accademia: **I'Olos Academy**, il percorso di Formazione e Coaching che ti permetterà di avere la metamorfosi da bruco a farfalla per vivere una vita di Prosperità per sempre, insomma Prosperità a 360°!

Il primo e unico percorso Formativo e di Coaching che ti permetterà di trasformare la tua vita e di ottenere Prosperità e Successo senza sforzo, concentrandoti **sull'ESSERE per AVERE, ottenendo una trasformazione a 360°** in maniera profonda, energica e risolutiva concentrandoti sul benessere fisico, mentale, spirituale, relazionale ed economico.

6. L'AUTRICE : Antonella Lamanna



Il mio scopo

Il mio scopo è di essere un COACH competente nel creare e sviluppare progetti formativi e di coaching che guidino soprattutto professionisti e imprenditori, in modo concreto, risolutivo e durevole a raggiungere una TRASFORMAZIONE a 360° della loro vita per

vivere una vita di PROSPERITÀ sia nella vita personale che lavorativa.

La mia storia

Oggi sono una donna soddisfatta della mia vita, amo quello che faccio e vivo in prosperità, ma non è stato sempre così.

Un tempo ero una donna frustrata, scontenta, insoddisfatta della mia vita, dipendevo da tutto e da tutti e il mio rapporto con il denaro un vero disastro. Mi sentivo sola, confusa, disorientata, infelice e non realizzata, cercai di uscire da questa situazione ma niente funzionò.

E' stato solo quando ho scoperto il mondo del Coaching e della PNL che sono riuscita a trasformare la mia vita, infatti ho scoperto così lo scopo della mia vita e ho iniziato a studiare per diventare COACH.

Tante persone pensano che per avere successo bisogna fare per avere risolvendo così o una situazione particolare o un'area della propria vita e questo nel tempo si rivela un risultato apparente e momentaneo, come ben presto scoprii pure io, la verità è che per avere un successo duraturo e senza sforzo bisogna avere una TRASFORMAZIONE a 360° della propria vita

concentrandosi così sull'essere per avere lavorando in maniera totale sul benessere fisico, mentale, spirituale, economico e relazionale.

La rivelazione che l'AVERE è il riflesso dell'ESSERE ha talmente trasformato la mia vita e che applicandola su di me e su tanti clienti mi ha portato a creare un metodo di Coaching rivoluzionario e innovativo: **OLOS COACHING**.

[I miei talenti](#)

Woo (carisma) Maximizer (massimizzatore) Learner (apprendimento) Futuristic (futuristico) Positivity (positività)

[I miei valori professionali](#)

Etica, Eccellenza, Professionalità ,Miglioramento continuo, Soddisfazione del cliente

[La mia biografia professionale](#)

Appassionata di crescita personale e miglioramento mi sono formata frequentando innumerevoli seminari e corsi con i più affermati Trainer nazionali e internazionali tra cui i più noti: Anthony Robbins, Robert e Kim Kiyosaki, T. Harv Eker, Brian Tracy, Robert Allen, Martin Lindstrom, Blair Singer, Joel Roberts, Richard Bandler, John La Valle, Robert Dilts , Tim Gallwey, Paul McKenna, Jack Canfield,

Philip Holt, Kurt Rohner, Jack Cambria, Roy Martina, Roberto Cerè, Claudio Belotti e Patrizia Belotti, Alessio Roberti, Mario Silvano, Roberto Re, Alfio Bardolla, Debora Conti, Riccardo D'urso, Eleonora Brugger e Dott. Paul Kircher.

- **“Licensed NLP Coach”** dalla Society of NLP di Richard Bandler ed “Executive Coach Professionista” certificato da NLP Italy.



- **“Counselor Olistico Trainer”** professionista con cod. LA205TCO presso la S.I.A.F., disciplinato ai sensi della legge n° 4 del 2013.



- **“Direttore Didattico”** come “Olos Coaching” iscritta con codice SC 20/09 nell'Elenco Nazionale S.I.A.F. degli **“Enti Formativi”** per la qualità della formazione erogata valida per l'inserimento dei propri studenti nel Registro di categoria professionale degli Operatori Olistici.

- **“Trainer Certificata”** dalla scuola di T. Harv Eker.

- **Creatrice del metodo “Olos Coaching.”**

- **Fondatrice** della **Olos Academy**, un percorso di Formazione e Coaching che permette di avere una metamorfosi a 360° (corpo, mente, spirito, relazioni, denaro) per vivere una vita di Prosperità per sempre.

- **Fondatrice** del “**ROMA CASHFLOW CLUB**”, il primo e più frequentato Club d'Italia ed un' OFFICIAL



CLUB autorizzato dalla RICH DAD di Robert e Kim Kiyosaki, dove tramite i giochi formativi “Cashflow 101 e 202” è possibile allenare la mente alla libertà in una vera palestra finanziaria!

Un appuntamento permanente dove s'imparano concetti di EDUCAZIONE FINANZIARIA uscire dalla “corsa del topo” e raggiungere la LIBERTÀ FINANZIARIA in modo concreto, semplice ed etico non solo nel gioco, ma anche nella vita reale. Per conoscere il Club vai su <http://www.romacashflowclub.it>.

Autrice di 4 Audio corsi:

- ✓ “La Tempesta Perfetta”
- ✓ “ABC per Investire in Oro e Argento”
- ✓ “La Febbre dell'Oro”
- ✓ “PNL per la Prosperità”
- ✓

Autrice di 3 sessione di Coaching in Video GRATUITE:

Per vederle clicca il link di seguito:

www.seinatopervincere.com

Altre esperienze

Prima di fare il Coach ho lavorato nel settore della vendita e del marketing, con aziende nazionali ed internazionali per circa 20 anni, ricoprendo anche ruoli di management. Ho maturato esperienze in molti strumenti di investimento in particolare in quello immobiliare e nei metalli preziosi.

Tra i programmi più importanti formativi di Marketing e Vendita c'è la collaborazione con **FEDERFARMA**

(Federazione Italiana Unitaria Titolari di Farmacia) e la rete franchising

NOMASVELLO, leader nei centri estetici per la foto depilazione a tariffa unica.

Ecco cosa dicono di me:

"Il Business Coaching con Antonella per me è stato un percorso sorprendente e stimolante. Antonella mi ha condotto in modo sicuro, ma allo stesso tempo con pazienza e dolcezza, a chiarire quanto la ricchezza e l'abbondanza siano parte naturale della vita e della felicità.

Antonella con me è stata aperta, disponibile, accogliente, determinata, tenace, varia, sorridente, creativa, preparata e professionale. La sua competenza spazia dalle tecniche di sviluppo dell'indipendenza finanziaria a conoscenze nelle diverse aree della crescita e sviluppo personale. In questo modo lavorare con lei mi ha

portato benefici a 360°. Ho stima di lei e ho sperimentato personalmente quanto metta se stessa e il suo cuore nel suo lavoro. Grazie Antonella, sei una persona speciale!" **Silvia Minguzzi – Coach e Trainer**

"Il metodo di Coaching di Antonella è la strada ideale per raggiungere la serenità personale. Antonella è un Coach focalizzato molto sulla sua crescita personale al fine di poter condividere e trasferire i frutti alle persone che hanno bisogno di raggiungere il proprio equilibrio e i propri obiettivi. Sono riuscito in maniera più approfondita a guardare nel mio inconscio ottenendo così delle risposte importanti grazie all'utilizzo di strumenti semplici ed efficaci da applicare quotidianamente. I

punti di forza sono stati per me la visualizzazione interna, la varietà di ancoraggi positivi in grado di agire su tutti i miei aspetti interiori, nelle relazioni, nel contributo e nella vita economica.” **Feliciano Di Giovambattista – Imprenditore**

“Le Coaching in generale secondo il mio pensiero, devono servire soprattutto ad evidenziare la parte migliore di te ed i tuoi punti forza.

Nelle Coaching con Antonella ho soddisfatto il mio bisogno di conoscere fino in fondo me stessa ed ho imparato a non allontanarmi dal mio focus ed a mettere al primo posto me stessa per poi dare la mia esperienza agli altri come fonte di crescita per poi dare la mia esperienza agli altri come fonte di crescita.

E' difficile trovare oggi tra i tanti, una Coach come Antonella. Riesce subito ad avere un contatto animico con Te, focalizzando subito i tuoi punti deboli ed ha la capacità di farti comprendere attraverso un percorso personalizzato le parti di te stessa che vanno migliorate, traendo un notevole beneficio in tutti i campi. Il maggior beneficio è quello di un risveglio totale di me stessa e della mia anima. Una maggior Consapevolezza di cio' che faccio e soprattutto avere la consapevolezza della mia Mission mi ha Cambiato totalmente la vita. Il ricordo del vero Se' ed esserne consapevoli è qualcosa di meraviglioso.”

Sabrina Spinelli – Impeditrice

“Il Coaching è un'esperienza molto utile e potente che consiglio a tutti coloro che hanno desiderio e necessità di ottenere risultati tangibili ed in breve in ambito sia personale che professionale. Il metodo di Coaching di Antonella è un metodo molto ben strutturato, che riesce ad essere allo stesso tempo vicina al cuore delle persone. Ho visto cose di me che non conoscevo ed altre di cui mi ero dimenticato.

Grazie alla fiducia di Antonella che ha sempre creduto in me ho iniziato a credere nuovamente in me stesso e nelle miei capacità.

Ho ripreso in mano la mia vita con una visione molto chiara di chi sono e di chi voglio essere, di dove sono e di dove voglio andare. I punti di forza del metodo Olos Coaching sono che ti coinvolge su tutti i piani: fisico, mentale, emozionale, animico e spirituale. Non credo ci siano arre di miglioramento se non il mio impegno."

Dino Sintoni – Naturopata

"Il metodo di Coaching di Antonella è eccezionale e mi ha aiutato a conoscere un mondo diverso, ti apre la mente che diventa prospera. Io mi sto risvegliando e ho scoperto risposte che non sapevo e i suoi consigli sulla parte spirituale e la bravura sulla scelta di libri, film e visualizzazione è stata essenziale. Per me lei è la mia fatina che mi ha fatto vedere la luce e aperto la speranza ed è riuscita a tirare fuori la soluzione, è stupenda e le voglio bene."

Edith Acosta – Segretaria

"Molto interessante e stimolante e utile per la scoperta della propria mission e vision. Ho preso ancor più coscienza delle mie potenzialità e della facilità di raggiungere la ricchezza con i mezzi e gli strumenti già in mio possesso. L'individuazione delle proprie credenze è stato il punto di forza del coaching. Antonella è una persona adorabile, aperta e di immensa spiritualità. Con la sua capacità relazionale riesce a far emergere l'anima e ridare la consapevolezza delle proprie potenzialità."

Alessandro Spina – Agente di commercio

"Antonella sa comunicare e instaurare feeling naturalmente. E' un piacere lavorare con lei. In poche sessioni ti rigira come un "calzino" e ti fa trovare la direzione giusta per te, e quando capisci quello che vuoi veramente, la tua vita svolta e ti senti sicuro e capace di auto-realizzarti. Consiglio il suo metodo di Coaching a tutti gli imprenditori e i liberi professionisti d'Italia."

Pasquale Abiuso – Imprenditore

*“Antonella, una luce in fondo al tunnel che farà uscire, completamente, la mia vita dalla fuffa quotidiana organizzando l'indirizzo del mio obiettivo reale. “***Vincenzo Di Simone- Impiegato**

“Sono molto soddisfatta per percorso di Coaching fatto con Antonella, che è un coach eccellente e in lei trovi sempre una parola di conforto e fiducia, perché i ha dato la possibilità di fare un grande esameinteriore e scoprire il perché di tante mie paure. Ora sono più serena, perché ho capito quali sono le mie potenzialità anche se sono consapevole che devo continuare perchè certe aree del mio essere sono rimaste nascoste.”

Maddalena Rega – Consulente Legale

“Il metodo di Coaching di Antonella è un'esperienza da CONSIGLIARE. In un momento di difficoltà interiore e di mancanza di obiettivi precisi il percorso fatto mi ha aiutato a ritrovare un giusto equilibrio interno per proseguire il cammino per la libertà. Antonella è un grande Coach, ti sa ascoltare e sa quali tasti toccare per trovare il giusto percorso. Ho migliorato il mio rapporto con il denaro e con la famiglia e sono riuscito a pianificare i miei obiettivi che si stanno via via realizzando. I punti di forza per me sono stati i continui feedback da parte di Antonella per migliorare i vari aspetti della mia vita e la possibilità di fare le coaching su skype.” **Antonio Mezzalana – Imprenditore Campione del Mondo gelateria 2008**

“Il percorso di Coaching intrapreso è stato entusiasmante e grazie ad Antonella ho capito di avere risorse importanti ancora poco utilizzate. E' stato stimolante perché ho scoperto molti nuovi strumenti e tecniche immediatamente utili. Ho avuto tanti benefici tra i quali la maggior chiarezza di obiettivi e capacità di agire subito, cominciando da piccole cose fatte ogni giorno e maggiore determinazione nel definire e costruire la mia visione del mio futuro. Antonella è una bellissima persona, molto attenta alle

mie esigenze, molto paziente nei confronti dei miei limiti, molto efficace nel trasmettermi speranza e molta energia e tutto questo mi ha portato a cambiare verso il mio meglio!" **Giovanni Sestili – Imprenditore**

"Antonella è molto sciolta e spigliata, facilita la comunicazione e ti fa sentire a tuo agio, è positiva e stimolante. Ti aiuta a concentrare l'attenzione sulle proprie capacità e potenzialità e ti sprona a risvegliarle. Applicare il suo metodo di Coaching è stato per me come partire per un nuovo viaggio alla scoperta di me stessa, ho recuperato la fiducia e anche la stima per la mia persona. Ho trovato la forza di mettermi in gioco su tanti fronti e questo mi fa sentire più vitale e motivata. Il suo metodo è un'ottima opportunità per chi si sente bloccato e non sa da che parte ricominciare, o per chi come me, era fermo al palo da un po' di tempo. Non avrei mai pensato che si potesse relazionarsi e interagire così bene anche sul web via skype." - **Annarosa Fuser – Libera Professionista**

"Grazie al coaching di Antonella ho ripreso a leggere libri sulla crescita personale, ho avuto molte conferme alle miei intuizioni e so quali sono le certezze della mia vita e ora ho una mission e una vision. Antonella dedica molto tempo alle persone e si vede che lo fa perché ci crede, ama questo lavoro e lo fa con passione." - **Pier Paolo Cicciola – Impiegato aspirante Investitore**

"E' stato come dar da bere a un assetato. Mi ha aiutata a crescere, a guardarmi dentro e a guardare avanti. nHo potuto ricominciare a vivere perché ho preso in considerazione tutte le aree della vita di una persona. Credo di più in me stessa, conosco la mia mission e so dove voglio arrivare, Antonella, mi ha messo a mio agio, mi ha spronata, sostenuta, ha toccato i punti giusti." - **Lorella Cuoghi – Titolare d'azienda**

“In alcuni momenti ogni persona di successo deve essere seguito da un Coach o un mentore e in questo momento della mia vita un Coach come Antonella è riuscito a tirar fuori la mia essenza e fare chiarezza nella mia missione. Lei riesce a capire e guidare e far vedere la luce anche quando si è nel buio più totale. I benefici che ho avuto sono stati molti: chiarezza nel mio sogno, nelle mie potenzialità, che ormai non vedevo più e sono ritornato la persona che sognavo ad occhi aperti e ho ritrovato con lei l'evoluzione dell'anima. I punti di forza del percorso sono l'essenza di Antonella, la guida, la forza, il successo del cliente è anche un suo successo, la sua disponibilità e umiltà.” **Antonio Neri – Consulente di bellezza e Imprenditore**

“Il percorso di Coaching per me è stato molto intenso ed è arrivato in un momento importante della mia vita e mi ha concesso di sbloccare una parte della mia vita che era bloccata energeticamente. Antonella ti conduce in un percorso e ti accompagna oltre i tuoi limiti e ti fa vedere cose bellissime, alle quali forse non davi la giusta importanza. Mi sento ora più sicuro, ho scelto le cose che voglio veramente e soprattutto ho fatto un po' di pulizia nella mia vita. Voglio solo energia positiva.” - **Alessio Arcangeli – Studente Lavoratore**

7. CONCLUSIONI

Mi auguro di esserti stata utile nell'averti dato le informazioni riguardanti queste discipline così importanti e ti auguro di ottenere tanto Successo e tanta Prosperità.

Antonella Lamanna

Coach, Counselor e Trainer

www.antonellalamanna.it

www.seinatopervincere.com

Puoi scrivermi alla e-mail: info@antonellalamanna.it

O chiamarmi al Numero verde gratuito:



Seguimi sui social:



[facebook](#)



[google+](#)



[twitter](#)



[YouTube](#)



[linkedin](#)