

+++ RASSEGNA STAMPA +++

Il coaching emotivo “Made in Germany” e non solo per manager stressati

La dicitura "Made in Germany" è ormai conosciuto per qualità. Ora è entrata in Italia una tecnica di coaching creato ad Amburgo in Germania che rappresenta proprio queste caratteristiche - velocità, precisione ed efficacia. Paura di volare, blocchi mentali o semplicemente lo stress quotidiano - da 3 a 5 Incontri sono sufficienti per migliorare le proprie prestazioni e per eliminare lo stress in misura importante. Ma cos'è questa tecnica e perché porta un'effetto immediatamente verificabile?


Il Coach Dennis A. Masseit muove la mano avanti e indietro davanti agli occhi del manager 59enne. Gli occhi del manager seguono il movimento della mano da sinistra verso destra, poi inspira ed espira profondamente una volta. Mentre l'uomo d'affari esegue questi esercizi, si può notare che i tratti del suo viso sono più rilassati rispetto all'inizio dell'incontro. Il problema che lo ha portato al coaching non rappresenta più uno stress per lui.

Un successo rapido, percepibile subito, grazie alla precisione del metodo

Ciò che in un primo momento può sembrare un gioco o un trucco suggestivo si basa su un solido fondamento: il Coaching emotivo. “Questo metodo permette di eliminare rapidamente lo stress da prestazione, aumentare la creatività ed il benessere mentale, risolvere i conflitti senza tensioni”, afferma il trainer e coach tedesco che ha introdotto il metodo wingwave in Italia, un metodo messo a punto dieci anni fa da due psicologi tedeschi. Il coach è consapevole che il successo rapido e visibile è molto convincente. Il metodo viene utilizzato regolarmente dai manager del gruppo Volkswagen per prepararsi prima di grandi presentazioni. Ma anche in Italia è in costante aumento l'interesse nei confronti di questo metodo. Non da ultimo per la rapidità e la precisione con cui viene raggiunto il risultato auspicato.

Più di 2000 coach in tutto il mondo aiutano dirigenti a raggiungere le prestazioni auspiccate, ad eliminare i blocchi e soprattutto ad eliminare le ricorrenti situazioni di stress. “Noi cerchiamo di individuare con precisione la causa dello stress mediante un test mirato, vale a dire di riconoscere l'interruttore scatenante. Ciò può risalire a decenni prima oppure disturbare lo stato mentale da poco tempo ed avere un'origine del tutto inaspettata. Non appena individuato il nucleo del problema, cioè la sensazione, il sentimento – rabbia, ira, insoddisfazione – simuliamo la fase del trauma, ovvero dello stress biografico, con i movimenti degli occhi (Rapid-Eye-Movement-Phase), durante il sonno. Così facendo, gli emisferi cerebrali vengono collegati meglio e viene elaborato l'irrazionale, sollecitato l'auto controllo mentale, ricreando così l'equilibrio emotivo.”

Perché, come sostiene Dennis A. Masseit, tutto dipende dalle emozioni: quando i dirigenti non sono in sintonia con il proprio team, soffrono di panico prima di una presentazione davanti al consiglio d'amministrazione o rimuginano permanentemente sui problemi di lavoro anche di notte. Se per esempio un manager ha alle spalle una riunione spiacevole, nel corso del quale non è riuscito a sostenere il proprio punto di vista in modo opportuno, tanto



da essere probabilmente deriso dagli altri, tutto questo provoca un'emozione spiacevole. La vergogna di aver fatto una figuraccia lascia dietro di sé un sapore particolarmente amaro ed esaurisce. Se questa condizione non può essere eliminata durante le normali fasi del sonno, ciò provoca un nuovo stress prima di ogni nuovo incontro.

Tutto viene valutato, classificato, elaborato

Tutte le percezioni sensoriali vengano quindi valutate da un punto di vista emozionale. Successivamente si ordina quale ricordo è memorizzato in quale area del cervello, in quale mondo di esperienze è integrato. Solo dopo l'elaborazione di tutte le esperienze, si è liberi da queste, anche se ci si ricorda ancora di loro. Però: ogni tanto subentrano degli errori durante l'elaborazione. Le emozioni non possono più fluire e procurano dello stress. Le nuove informazioni sono sempre più difficili da elaborare, il sonno non porta ristoro. Si esauriscono le risorse prestazionali.

Gli esperti sono convinti che in questi casi wingwave possa essere d'aiuto. Solitamente ricercano in primo luogo la causa mediante elementi base della Programmazione neurolinguistica (PNL) ed un test muscolare di kinesiologia, poi un "eco fisico" per il problema del cliente. "Le emozioni spiacevoli si manifestano in ognuno in un punto qualsiasi del corpo. Il bodyscan può mostrare, per esempio, spalle tese, peso allo stomaco, gabbia toracica contratta. Se si orienta la focalizzazione emotiva in quella direzione, la sequenza dei movimenti degli occhi può eliminare lo stress e portare rilassamento. Successivamente, ci concentriamo su stati e pensieri positivi, "intrecciamo" obiettivi e prospettive del vissuto quotidiano dei manager", afferma il Coach Masseit.

Studi scientifici delle università di Amburgo, Hannover e Colonia confermano il successo. In sole tre ore, per esempio, è possibile eliminare con successo la paura d'esame, come dimostrato dai ricercatori dell'università di Amburgo. Un sondaggio tra circa 900 dirigenti sottoposti al coaching ha rivelato che oltre il 70% è riuscito a stabilizzare, con il metodo wingwave, le proprie prestazioni e ad eliminare lo stress in misura importante. Nella stragrande maggioranza l'effetto si è protratto per oltre sei mesi. "Solitamente non dobbiamo affrontare lo stesso problema una seconda volta con Wingwave, ma piuttosto ci troviamo di fronte ad un aspetto aggiuntivo, in quanto il profilo dello stress si è modificato", afferma Masseit.

Il coaching emotivo per manager stressati – per molti sicuramente un metodo insolito, ma efficace, può risolvere tutto?

Wingwave è il metodo ottimale per problemi ben precisi, delimitati e blocchi isolati come ad esempio panico da intervento, paura prima di determinate presentazioni, stress da prestazione.

"All'interno del processo di coaching, wingwave dovrebbe essere un modulo. Un tema di stress può essere elaborato in due - cinque ore di coaching. Se dopo poco tempo non si verifica alcun miglioramento significa che il metodo ha raggiunto i propri limiti." Oltre ai manager di numerose grandi banche lussemburghesi e della casa automobilistica VW, che vogliono affrontare meglio i propri incarichi, il metodo è diffuso soprattutto tra artisti e sportivi professionisti che vogliono lavorare sulle loro potenzialità.

Per ulteriori informazioni si invita a consultare il sito: www.wingwave.it



BOX:

Dennis A. Masseit è nato e cresciuto in Germania e vive in Italia a Padova. Direttore per l'Italia della wingwave-Academy Italia, Accademia per la formazione con focus sulle emozioni. Direttore per l'Italia di www.Leggere-Emozioni.it, l'unico portale in lingua italiana che insegna a interpretare le espressioni facciali.

Punto focale della sua attività di "ricerca" è lo studio di come le modalità delle emozioni e delle proprie convinzioni influiscano nella relazione con se stessi e con le altre persone e come si possa intervenire per diventare più autonomi.

Grazie ad una classica formazione di vendita prima di diventare trainer conosce bene il ruolo del venditore e le sue esigenze. Ha avuto anche esperienze dirette in questa area a livello internazionale come Manager in un Gruppo Italiano. Dennis A. Masseit crea un ponte tra la teoria e la prassi.

Ha introdotto per primo la tecnica wingwave in Italia. Questo metodo, sviluppato da due psicologi tedeschi, integra tra loro le tecniche più efficaci per identificare gli stressori (le cause e le origini dello stress) e permette di superarli . Dennis A. Masseit ha acquisito la tecnica wingwave direttamente dagli stessi ideatori ad Amburgo in Germania.

*Per ulteriori informazioni contattare:
wingwave Academy Italia
c/o Dennis A. Masseit
via I. Nievo 15a
35018 Padova*

*info@wingwave.it
www.wingwave.it*