

Insieme per Aiutare, una sessione di coaching per aiutare chi è vittima della violenza.

Accademia Summit Festival è il titolo dell'incredibile evento svoltosi a Milano, lo scorso weekend, presso l'hotel Michelangelo.

Undici speakers di prestigio nazionale ed internazionale, si sono alternati sul palco, interagendo con il pubblico, per uno stimolante ed appassionato confronto dialogico sulla formazione professionale e sulla motivazione personale.

Hanno lavorato completamente GRATIS.

Sì, avete capito bene! COMPLETAMENTE GRATIS.

Contagiati dall'impegno sociale della madrina dell'evento, PAOLA GRASSI, i migliori specialisti dell'Accademia Italiana di Coaching integrato, hanno concretamente dedicato il loro tempo, e condiviso la loro professionalità, per migliorare la qualità della vita delle persone.

Soprattutto, degli anelli deboli di una società malata, dove una donna su tre, ha subito o subirà violenza.

Accademia Summit Festival è stata un'esperienza unica!

Noi di betapress, c'eravamo, ed abbiamo verificato, di persona, quanta calorosa umanità, competente professionalità e generosa umiltà hanno creato una sinergia tra i fortunati partecipanti.

Pensato come evento annuale di crescita e ben-essere, con temi diversi ogni anno, il summit si è qualificato come EVENTO NO-PROFIT, per aiutare, concretamente, il miglioramento della vita degli altri.

Il ricavato è stato infatti, interamente devoluto, per finanziare progetti e associazioni in linea con il tema scelto quest'anno, INSIEME PER DIRE STOP ALLA VIOLENZA.

Le due associazioni finanziate sono state Me.dea, un'associazione di promozione sociale di contrasto alla violenza sulle donne, (Lo scopo

principale di Me.dea è la rimozione di ogni forma di violenza psicologica, fisica, sessuale, economica e stalking alle donne, all'interno e fuori dalla famiglia), e l'Associazione White Dove Progetto Educazione che si occupa invece dei temi della paternità e del recupero del soggetto violento maschile.

Perché, vincere la violenza sulla donna, significa anche prevenire, riconoscere e gestire il disagio di quell'uomo su tre che, la violenza, la agisce.

PAOLA GRASSI, organizzatrice dell'evento, ha aperto i lavori, sabato 8 mattina, ringraziando tutti i partecipanti, numerosi e provenienti da tutta Italia, per il loro essere sostenitori diretti ed indiretti del benessere personale e collettivo.

La parola è subito passata a WALTER J. KLINKON che con il suo "Impara a stupire", ha svelato il segreto della magia come stile di vita.

Il credere in sé stessi effettua infatti uno stupore gravitazionale sulle persone che ci circondano, una sorta di alone magico che attira adesione e partecipazione.

"Basta crederci, ma fate qualcosa entro stasera", dunque sogno agito, subito.

CHIARA CECUTTI ha invece parlato dell'intelligenza emotiva e del potere femminile.

Per potenziare la nostra autostima, per elaborare le convinzioni limitanti che abbiamo ereditato, per superare gli stereotipi di genere presenti nella nostra cultura, ma anche per uscire dalla nostra zona confort, per agire senza più rimandare, abbiamo a disposizione l'intelligenza emotiva.

Una capacità fondamentale su cui puntare per favorire l'auto realizzazione, il benessere personale e professionale, una strategia di forza al femminile Inizio modulo, da conoscere ed incrementare ogni giorno della nostra vita." Lanciarsi con un paracadute nella vita che da sempre vorresti, inseguire i sogni, ma con la testa", il suo invito.

BARBARA SUIGO ha viceversa trattato il tema autobiografico del potere terapeutico delle parole per guarire: "Avevo venticinque anni quando ho fatto un lungo viaggio di malattia, quando i libri di auto- aiuto erano una chimera o, forse, nemmeno esistevano. Ho scoperto, grazie a questa

incredibile esperienza, che esiste una “scatola degli attrezzi” che sta dentro ognuno di noi [...] E può fare cose che nemmeno si immagina.”

Le sfide ti rendono una persona meravigliosa. Risvegliatasi dal coma, in preda a dolori devastanti, ha accettato quanto successo, visto l’opportunità anziché il problema, applicato il perdono verso il suo investitore...

Noi siamo ciò che pensiamo. E fissare una data di scadenza alla sofferenza, aiuta a guarire. Lei ne è una prova tangibile.

SIMONA MURATORI ha spostato invece l’attenzione del pubblico sulle tre fasi della vita della donna: la fanciulla, la madre, la saggia.

Ogni età è caratterizzata da cambiamenti fisici, ormonali e psicologici, ma anche ogni età ha le sue risorse.

Occorre dunque trovare il proprio equilibrio interiore per risvegliare le potenzialità di ogni fase evolutiva, liberandoci da condizionamenti esterni ed interni limitanti.” Il nostro successo non toglie niente a nessuno” e, da madre arcobaleno, insegna la felicità a suo figlio, vivendola in prima persona.

ESTER PATICIA CERESA con il suo “Magnetismo femminile e principio bipolare universale” ha poi trascinato il pubblico alle origini della dualità. Il suo intervento è stato un’esplorazione tra tradizioni e discipline sia antiche che moderne alla ricerca della simbologia del femminile.

La nostra personalità è un tentativo di organizzare il caos che sentiamo dentro e fuori di noi. E la vita è “un tour de FORSE”, perché tutto quello che pensiamo di essere, non siamo.

C’è molto di più!

ELISA SCAGNETTI con il suo “Indossa il tuo obiettivo” ha infine spostato l’attenzione dei presenti sul Feng Shui Fashion Styling che si occupa di comprendere e analizzare il rapporto tra l’uomo e ciò che indossa e intervenire su di esso allo scopo di accrescere il benessere psicofisico dell’individuo.

L’uomo è influenzato e influenzabile da ciò che lo circonda, quindi anche dai suoi abiti. L’influenza che ne deriva non dipende dal gusto personale o dal giudizio estetico, bensì dalla reazione istintiva che ha il nostro inconscio.

Quello che si indossa va a lavorare in modo “sottile” e impercettibile sul nostro inconscio influenzando il nostro stato d’animo.

E’ quindi importante vestire capi che risuonino con chi siamo e con ciò che desideriamo realizzare.

Dulcis in fundo, al termine del primo giorno, 20 presenti hanno partecipato a dei laboratori gratuiti di approfondimento, in cui hanno subito messo in pratica le nuove capacità acquisite, sperimentando il vantaggio delle nuove competenze attivate.

Domenica 9, invece, l’evento si è aperto con l’intervento di VINCENZO D’AMATO con il suo “Leve che muovono il mondo, la motivazione”.

Le leve motivazionali sono come un iceberg. I risultati sono il 10% visibile, ma il 90% è nascosto.

Quello che non si vede, ma agisce come vera motivazione sempre più profonda, è rappresentato da comportamenti, stati d’animo, mappe mentali, credenze e valori.

Per chiunque di noi, se il valore viene modificato, con scelte personali o professionali non in linea con esso, il risultato è devastante. In tal senso, la scelta del partner può essere un disturbo o un biturbo, secondo lo scontro o l’incontro dei valori.

Freud e la teoria pulsionale sono stati necessari per spiegare al pubblico che esiste una stessa pulsione, ma con diverse emozioni, nei due sessi.

Molto interessante è stata poi l’analisi del sistema sesso/desiderio, e la differenza tra l’empatia e la compassione come motivazione alla base del nostro agire verso gli altri.

MAX GENTILE ha invece affrontato il tema della “Comunicazione consapevole”.

Parafrasando il titolo del suo libro, ha invitato i presenti ad essere LIBERI DI RINASCERE FELICEMENTE.” Se non sei Libero Emozionalmente è perché non sai Realmente Chi sei e qual è la Direzione della Tua Vita.”.

Partendo da queste parole, durante l’intervento, Max Gentile ha aiutato il pubblico a capire quali forze interiori ci permettono di raggiungere i desideri nella vita, che cosa blocca i nostri talenti, che cosa non ci permette di liberarci dallo stress.

Ogni cambiamento può essere affrontato in tre modi. Subito, cavalcato, anticipato.

Sta a noi scegliere, sapendo che” non è il passato che genera il futuro, ma è l’idea che ho del mio futuro che genera il presente.” Perché non riesci a smettere di dare da mangiare alle tue paure?” è forse la frase più provocatoria che mi è rimasta in mente. Seguendo il suo intervento, si arriva anche alla chiara consapevolezza dei condizionamenti che ci hanno bloccato fino ad ora, rubandoci energia senza che ce ne accorgessimo.

Pian piano, ascoltando Max Gentile, si esce dalla gabbia, scoprendo parte delle menzogne che la maggior parte delle persone ci hanno raccontato su come funzioniamo. “Conoscerai e potrai utilizzare anche tu l’ingrediente magico che bambini ed imprenditori di successo usano per ottenere ciò che vogliono”, da promessa iniziale è diventata così consapevolezza finale.

NATASCIA PANE, ha poi proseguito con il suo intervento su come gestire al meglio ogni conflitto.

Nella vita privata come nella professione, il conflitto nasce da un bisogno insoddisfatto di una o di entrambe le parti. Conoscere le strategie di comunicazione non violenta, può avere ricadute positive, non solo sull’ambiente di lavoro, sulla gestione delle performance e conseguentemente sul raggiungimento dei risultati, ma, soprattutto, sulla qualità della vita.

Natascia ha portato la sua esperienza di Ambasciatrice di Pace, ed ha regalato al pubblico dei “protocolli” o azioni virtuose per vincere i conflitti. “ Nella relazione con l’altro, identifica il tuo bisogno, assicurati che la tua richiesta non venga interpretata come una pretesa, ama i tuoi errori perché sono dolori che portano alla saggezza e dai empatia a chi non è d’accordo con te, così che si senta al sicuro”.

Questi sono i suoi preziosi consigli per la gestione e la cura dei rapporti lavorativi e personali. Il suo intervento ha contagiato il pubblico, trascinandolo in una dimensione quanto mai sfidante, quella della trasformazione della violenza in un atto di pace, una dimensione sempre pronta al dono e all’accoglienza.

Al pomeriggio, MARCO VALERIO RICCI con “Oltre la PNL ed il COACHING” ha sottolineato il ruolo della Motivazione Scientifica come strumento per cambiare noi stessi e gli altri.

“La più importante innovazione nel campo della comprensione della nostra personalità, ci offre, oggi, l’opportunità di comprendere noi stessi e le nostre spinte motivazionali.

Lo scopo è accettarci nel profondo, conoscere gli altri con facilità e precisione, non per dominarli, ma per poterli successivamente aiutare, semplicemente, ad essere il meglio di loro stessi”.

La Motivazione Scientifica può dunque aiutare gli operatori del cambiamento e noi stessi nel vivere una vita più felice e di successo.” Conoscere le radici per spiccare il volo”, ma anche non creare il mito del maestro, cioè “superare i maestri, non adorarli”, è quello che più mi ha colpito del suo intervento.

E’ stata poi la volta di ANGELA SANTI con “Come realizzarti nella vita godendoti il viaggio”.

Partendo dalla metafora del viaggio della vita, la nota coach ha affermato che” tutti noi abbiamo il potere di decidere SE realizzarci professionalmente e nella vita privata e di compiere i passi necessari per farlo.

Non esserne consapevoli, o non avvalercene, significa delegare ad altri (o al fato!) il nostro potere e le scelte che hanno conseguenze sulla nostra vita e la nostra felicità. Parlando dell’autorealizzazione come viaggio esistenziale, ha ribadito che la visione è la direzione.” Focalizza la vita che veramente vuoi vivere, esprimiti in forma assertiva, gestisci il tuo tempo, aggiorna le tue competenze, crea nuove abitudini ed espandi la rete dei contatti, lavora sull’approccio mentale vincente”, i suoi consigli.

L’ingrediente segreto è la scelta.

“Dovrai decidere di partire. Il mezzo con cui effettuare il viaggio - e possibilmente godertelo - è la leadership personale, che è composta da quattro dimensioni.

Ogni dimensione è una ruota.

Se tutte le ruote sono gonfie, il tuo viaggio sarà confortevole e potrai raggiungere la tua meta con facilità.

Se invece anche solo una delle ruote è sgonfia, arrivare alla meta, sarà molto difficile e faticoso o forse non ci arriverai mai, o ci arriverai a caro prezzo...

"Dunque, un'azione costante, coerente con i propri valori , focalizzata (gli ostacoli sono cose spaventose che vedi quando togli gli occhi dalla meta) sono le armi per il successo. E la sua quinta vita lo conferma!...

Infine, SIMONA MURATORI e MAX GENTILE, hanno duettato in un affascinante confronto- scontro tra il modo di ragionare femminile e quello maschile, comprovando al pubblico, stregato e divertito, il conflitto tra il cervello di una donna e quello di un uomo. L'uomo ha una visione focalizzata, la donna panoramica.

Nel cervello maschile i neuroni si distribuiscono in filiere, processano le informazioni in modo analitico. Nel cervello femminile, i neuroni creano un ammasso, le connessioni collegano i due emisferi e più aree contemporaneamente.

L'uomo o parla, o vive emozioni.

La donna, più parla, più vive emozioni.

La decisione è maschile, il perdono è femminile, la rigidità è dell'uomo, la flessibilità è della donna. Un partecipante ha partorito una verità" la vita di coppia è come una scacchiera, il Re si muove di una sola casella, la regina, va dove c...o gli pare".

Ma oltre le risate, terapia di gruppo collettiva, i due relatori, ci hanno insegnato cosa davvero vogliono gli uomini e le donne. I primi, sentirsi necessari, accettati, valorizzati, non criticati.

Le seconde, sentirsi comprese, accolte, ascoltate, assistite con sollecitudine, non consigliate. Per gestire lo stress, l'uomo ha bisogno di silenzio, la donna di parole.

In un litigio l'uomo sbotta, ma poi gli passa. La donna piange e poi rimugina. L' uomo non vuole essere cambiato. La donna si aspetta di essere capita.

Per usare una metafora l'uomo segue il movimento di un elastico.

La donna di un'onda.... Ma che alchimia quando ciascuno di noi riconosce che il suo cervello non è solo maschile o femminile! Che meraviglia quando la valorizzazione reciproca semplifica la vita di coppia, quando si agisce concretamente per andare incontro all'altro...

Che dire? Sono rimasta piacevolmente sorpresa, sinceramente coinvolta

ed infine entusiasta, oltre ogni previsione.

Perché, nei fatti, i buoni propositi di STOP ALLA VIOLENZA, si sono convertiti in un AMORE AGITO, in un reale CONDIVISIONE UMANA, senza più stereotipi culturali o conflitti di genere.

Perché, “se dal dire al fare, c’è di mezzo il mare...”, non è sempre così.

Quando la motivazione ti viene dall’interno, la tua vita fa la differenza, ed il futuro che vorresti è già qui.

Nell’energia di una calorosa umanità impegnata, quella che ciascuno dei partecipanti ha portato a casa, con le mani sul cuore, (Angela Santi docet), e con il sorriso di Paola Grassi, stampato sul viso...

AD MAIORA.



Antonella Ferrari