



GRUPPO  
**CENPIS**

ACCADEMIA TALENTO E QUALITÀ DI VITA  
*la mente che ti accresce*

**Area lavoro**

**SERVIZI per le AZIENDE**

Direzione scientifica e progettazione

**già prof. Daniele Popolizio**

*Presidente Group Cempis*

*Mental Coach Riconosciuto al Merito Ue*

*Psicologo, specialista Psicoterapeuta*

*Resp. Progetto Ricerca Europeo Sport 2012-2015*

# ANALISI E SVILUPPO DELLA RISORSA UMANA

## IL CENPIS È

Un'Accademia multi-disciplinare di psicologia specialistica fondata dal Prof. Antonio Popolizio, Presidente Onorario, nel 1979, e diretta dal Presidente il già Prof. Daniele Popolizio. L'Associazione promuove il Talento ed il benessere psicologico della persona nel contesto aziendale, scolastico, sportivo, arte, moda e spettacolo e familiare-di coppia. È costituito da psicologi, medici e professionisti di varia formazione, che credono pienamente nel ruolo positivo che svolge la psicologia nel costruire una personalità sana ed equilibrata, rendere più efficaci i rapporti fra le persone, migliorare il rendimento individuale e di gruppo nei vari contesti.

## FINALITÀ

Gli strumenti e le metodologie proposte hanno lo scopo di valutare il potenziale umano e professionale di tutti i dipendenti dell'azienda, evidenziando anche il clima emotivo presente nei "team di lavoro" e, ad un livello più avanzato, realizzare una valutazione delle posizioni e dei ruoli occupati. La conoscenza completa delle risorse umane a disposizione ha la finalità di promuovere il raggiungimento degli obiettivi professionali dell'Azienda.





## IL PROGETTO CENPIS per le AZIENDE

### PER I DIPENDENTI

L'intervento si svolgerebbe direttamente in azienda con sistema **Cenpis Web Testing**, attraverso **incontri di due ore ciascuno** per la somministrazione dei test psicologici; gli incontri sono rivolti a tutti i dipendenti **suddivisi per gruppi di lavoro (o settori di impiego) da 25 persone**; ogni incontro è preceduto da una breve conferenza motivazionale di presentazione per accrescere l'attendibilità delle valutazioni e creare un clima positivo.

È consigliabile organizzare l'intervento nel modo seguente: le **tre giornate** dedicate all'intervento, con svolgimento di **più gruppi al giorno** (es. due al mattino e due al pomeriggio) per un totale di più ore di intervento al giorno; le giornate possono essere in "full immersion" o a distanza anche di una settimana l'una dall'altra (consigliabile).

### PER I DIRIGENTI

Viene proposta una valutazione più approfondita in modalità mista (fase in gruppo e colloquio individuale) che si svolgerà in momenti separati dai precedenti con costituzione di **uno o più gruppi per due incontri di 2h. ciascuno** e che verterà anche sulla capacità di costruire e guidare un team, risolvere situazioni problematiche, gestire lo stress e raggiungere obiettivi.

## TEST 1

**Risorse di Personalità****A chi si rivolge:**

**A tutto il personale** per l'individuazione dei profili di personalità e dei tipi caratteriali più idonei secondo i criteri aziendali; la personalità di ogni persona viene analizzata attraverso cinque grandi caratteristiche principali fondamentali per il mondo del lavoro

## TEST 2

**Motivazione al Lavoro****A chi si rivolge:**

**A tutto il personale** per la conoscenza di "cosa" ricercano nel ruolo professionale e nella loro vita, con una valutazione dell'importanza e dei significati attribuiti al lavoro rispetto agli altri contesti di vita (famiglia, hobby, sociale...)

## TEST 3

**Stile di Relazione e Reazioni allo stress****A chi si rivolge:**

**Al quadro e al dirigente** per la conoscenza degli schemi di risposta individuali alle situazioni stressanti e del tipo di rapporto che la persona tende a stabilire.

## TEST 4

**Attitudini Cognitive****A chi si rivolge:**

**Al quadro e al Dirigente** per la scoperta delle sue abilità mentali e della struttura della sua intelligenza.

## TEST 5

**Analisi del Clima Aziendale****A chi si rivolge:**

**A tutto il personale** per l'individuazione del clima aziendale (qualità della vita lavorativa) e la valutazione di come questo influenza la motivazione, l'impegno e l'efficienza, la fiducia verso l'azienda e le relazioni umane; comprende anche l'analisi della struttura dei "team di lavoro".

## Personalità e Leadership

**A chi si rivolge:**

**Al quadro e al dirigente** per la preparazione degli stili di Leadership più idonei secondo i criteri aziendali; la personalità di ogni persona viene potenziata per il mondo del lavoro, secondo le mansioni richieste.

**AREA 1**

## Motivazione al Lavoro

**A chi si rivolge:**

**Al dipendente, quadro e al dirigente** per l'incremento motivazionale nel lavoro ed il centramento nel ruolo professionale; ri-equilibrio dell'equilibrio "work-life".

**AREA 2**

## Comunicazione e Gestione Stress

**A chi si rivolge:**

**Al dirigente e al quadro** per la gestione e ottimizzazione degli schemi di risposta individuali alle situazioni stressanti e del modo di comunicare.

**AREA 3**

## Forza mentale e Sicurezza

**A chi si rivolge:**

**Al dirigente** per l'empowerment della sicurezza personale e la costruzione della "tenuta psicologica" in ogni situazione di vita.

**AREA 4**

## Lavoro in Team e Coesione

**A chi si rivolge:**

**A tutto il personale** per la costruzione della fiducia verso l'azienda e i colleghi, ed in particolare verso il proprio team; comprende anche l'analisi della struttura dei "team di lavoro" e, volendo, la loro ristrutturazione e ri-mescolamento con un sistema programmato.

**AREA 5**

# SVILUPPO AZIENDALE INTEGRATO DI LEADERSHIP, MENTALITÀ VINCENTE E CLIMA AZIENDALE

## FINALITÀ

*Il presente progetto è stato costruito per l'azienda ed è stato pensato per raggiungere le seguenti finalità:*

### **1. Preparare il personale dell'azienda alla "Produttività"**

PER TUTTI I DIPENDENTI DELL'AZIENDA: con un corso di formazione condotto con nuovi metodi e strumenti idonei all'apprendimento veloce e all'assimilazione maturativa, affinché costruiscano un *comune approccio positivo all'attività lavorativa* e siano preparati a *gestire il lavoro in modo responsabile ed efficace*.

### **2. Formare lo staff dirigenziale e fornirgli un sostegno continuo**

PER I DIRIGENTI DELL'AZIENDA: fornire un sostegno individualizzato (Mental coaching) che li aiuti a individuare i propri limiti e le proprie risorse, migliorando la capacità di *fronteggiare lo stress e gestire le risorse umane* a disposizione.

### **3. Costruire un clima aziendale vincente**

Promuovendo una nuova "Cultura aziendale", una mentalità positiva e non conflittuale che favorisca la riuscita personale e collettiva attraverso la costruzione di un "senso del team" e il superamento dell'individualismo e della schematicità.

### **4. Promuovere il benessere delle persone in azienda**

Offrire ai collaboratori e ai dirigenti dell'azienda la possibilità di conoscere meglio se stessi e costruire la propria sicurezza, promuovendo il benessere individuale e collettivo all'interno della struttura lavorativa.





## PROGRAMMA

*Il progetto prevede lo sviluppo di vari STEP fra loro connessi. Ogni modulo-step è stato progettato in accordo con quanto emerso nel corso dell'incontro preliminare con lo staff dirigenziale ed è quindi un prodotto pensato per perseguire le sopra citate finalità lavorative. La proposta formativa è adattabile secondo specifiche esigenze che potrebbero essere sopravvenute in un secondo momento o attualmente necessarie.*

STEP  
A**INTERVENTO PER IL PERSONALE**  
**Motivare il personale e migliorare l'approccio al lavoro e all'azienda****• SCOPERTA DELLE RISORSE DI OGNI DIPENDENTE CON 5 TEST CIASCUNO**

1. Potenziamento psicologico individuale (vedi file "Risorse Umane")
2. Test sulle risorse potenziali (vedi file "Risorse Umane")

**• INCONTRI MOTIVAZIONALI**

1. Interventi in team di Team Empowerment
2. Formazione del personale alla Comunicazione interna e col cliente

**• SIMULAZIONI PRATICHE E OSSERVAZIONE STRUTTURATA DEL LAVORO IN AZIENDA**

1. Individuazione e intervento sulle dinamiche aziendali di cambiamento
2. Monitoraggio e assistenza individuale sulle problematiche di lavoro.

STEP  
B**ESPERIENZE PRATICHE IN TEAM WORKING & EMPOWERMENT**  
**Costruire il clima e il team attraverso l'esperienza**

Nel corso dell'orario lavorativo o nei week-end, è possibile realizzare delle esperienze pratiche guidate (EPG) di *team working* all'interno della struttura dell'azienda o sul campo: programmando l'attività e strutturandola secondo requisiti psicologici, si andrà a stimolare nelle persone una elaborazione del vissuto connesso all'esperienza svolta per sviluppare una **maggiore capacità di lavorare in gruppo** (team building) e un'accresciuta **padronanza di sé**.

*Il corso è a moduli di 5 incontri da 2h. ciascuno*

**Costruire la flessibilità mentale ed emotiva** per adattarsi in modo efficace alle situazioni della vita, reagendovi in modo positivo

**Migliorare se stessi mettendosi alla prova insieme agli altri** per conoscere le proprie potenzialità e quelle degli altri, imparando a stare in gruppo

**Imparare a gestire lo stress** cercando di tirare fuori il meglio di sé nei momenti critici



**STEP  
C****SESSIONI INDIVIDUALI  
DI "MENTAL COACHING"  
PER IL DIRIGENTE DELL'AZIENDA**

**La comunicazione efficace, lo sviluppo  
delle sue risorse e della sua appartenenza all'azienda,  
la leadership personale**

Ad ogni Dirigente verrà fornito un ciclo di Coaching individuale, attraverso strategie formative e di affiancamento per aiutare l'individuo a raggiungere il massimo livello delle proprie capacità di performance per: individuare le potenzialità individuali ed ottimizzarle attraverso un'analisi oggettiva e scientifica delle proprie capacità e dei propri punti deboli, individuare il risultato desiderato e raggiungerlo attraverso l'elaborazione di un piano di miglioramento, perfezionando le proprie competenze e sviluppandone nuove.

- **FORMAZIONE TEORICO-PRATICA  
DEI DIRIGENTI DI NUOVA CONCEZIONE,  
CON SIMULATE, TECNICHE, TEST  
E QUESTIONARI PER SCOPRIRE  
ED OTTIMIZZARE LE PROPRIE RISORSE.**

1. La nuova lettura del funzionamento aziendale su più livelli
2. La motivazione e il coinvolgimento del singolo lavoratore
3. La comunicazione efficace con il dipendente da solo e in gruppo
4. La conduzione delle riunioni e l'assegnazione degli incarichi



- **Sviluppare il proprio talento di leader e manager**
- **Motivare gli altri per costruire un team unito ed efficace**
- **Sviluppare il benessere e la soddisfazione nel lavoro**

### Introduzione e finalità

#### *Il mondo del lavoro è cambiato*

Oggi per essere un buon manager non basta più essere competenti e capaci.

È necessario divenire un vero leader e guida propositiva che coinvolge il gruppo e lo fa divenire una squadra unita ed efficace.

#### *Il manager spinge a lavorare, mentre il leader guida e motiva a voler fare.*

Questo vuol dire maturare una **nuova cultura aziendale** e costruire in se stessi un nuovo modo di dirigere. Il segreto è quello di formare un team che spinge spontaneamente le persone ad impegnarsi e dare il massimo per raggiungere il benessere per sé e il raggiungimento degli obiettivi aziendali.

### La proposta CENPIS

In questo progetto di formazione, condotto con una particolare metodologia di coinvolgimento individuale e di gruppo, a livello inconscio collettivo, la finalità principale è la seguente:

*Trasmettere ai dirigenti e manager del corso un metodo messo a punto dal Centro per costruire un team unito, molto propositivo e partecipativo, con dentro il benessere individuale e di gruppo. Tutto questo è realizzato per un unico grande motivo: le persone che ne fanno parte possono raggiungere gli obiettivi aziendali, solo raggiungendo gli obiettivi psicologici personali e gli obiettivi della squadra di cui fa parte. In altre parole "Raggiungere l'autorealizzazione, l'appagamento personale, l'autostima e il benessere personale, lavorando in team e nel gruppo e raggiungendo insieme gli obiettivi aziendali".*

Questo può essere ottenuto formando i manager alla psicologia del gruppo e al benessere in azienda perché solo così troverà la vera auto-realizzazione per se stesso e per gli altri raggiungendo grosse mete impensabili. I leader possono ottenere risultati concreti dai loro collaboratori solo se essi stessi per primi dimostreranno un orientamento positivo verso di loro con coinvolgimento personale senza timore di perdere il proprio ruolo ma di acquistarlo veramente come leader.

Questo viene realizzato comunicando due concetti base: costruire una **mentalità di gruppo partecipativa e creativa**, e aiutarli a diventare un **team vincente** che raggiunge tutti gli obiettivi.

### OBIETTIVI

Migliorare il rapporto con i collaboratori creando un clima di lavoro che dà benessere, riducendo al minimo lo stress imparando a gestirlo e un buon uso del tempo. Gli obiettivi specifici sono:

- **Costruire una speciale comunicazione con i collaboratori non solo per ascoltarli ma soprattutto per migliorare i loro risultati e il loro benessere in azienda e nel gruppo.**
- **Analizzare il proprio atteggiamento mentale nella leadership e verificare cosa provoca nell'inconscio collettivo dei propri collaboratori.**
- **Essere guida e leader: trovare le principali leve motivazionali, la valorizzazione delle risorse, sviluppando l'impiego delle loro capacità e loro atteggiamenti mentali vincenti.**

### STRUTTURA DEL CORSO

- Primo Incontro introduttivo per condividere finalità, obiettivi e il cammino proposto; fondamenti teorici del benessere nel lavoro, formazione di un team, lo stress e gestione del tempo.
- Cinque incontri, uno al mese condotti con schede guida, questionari, strumenti e metodi proiettivi del proprio vissuto di ruolo e aziendale, test proprio stile direttivo, simulate in aula.

### ARGOMENTI

- Sviluppare in se stessi le qualità psicologiche e professionali per **divenire un vero leader** e guida propositiva. Scoprire come assumersi i rischi e aprirsi al cambiamento.
- **Come costruire un team unito ed efficace** motivando i collaboratori ad una partecipazione intensa nel gruppo di lavoro che spinge a soddisfare bisogni e motivazioni psicologiche, umane e professionali.
- **Generare nei collaboratori il benessere psicologico nel lavoro.** Tecniche per aumentare la fiducia in sé e l'autostima nei collaboratori, stabilire per loro obiettivi ambiziosi per la loro autorealizzazione.
- Metodologie per **aumentare l'entusiasmo dei collaboratori**, insegnando ad affrontare gli ostacoli, rafforzare il rapporto di fiducia e cooperazione tra di loro.
- Tecniche per decentrare con positività le decisioni e far **sviluppare il senso di responsabilità e d'iniziativa** e la risoluzione dei problemi nei collaboratori.
- Tecniche per **gestire i conflitti, i cambiamenti e valorizzare i propri collaboratori.**





**Daniele Popolizio**, romano di 38 anni, miglior mental coach riconosciuto al merito dall'Unione Europea, è stato il primo professionista in Europa a lavorare con campioni, manager ed artisti di calibro nazionale e internazionale. Docente di psicologia dello sport in corsi di master ed università, dal 2005 al 2008 è stato anche responsabile della preparazione mentale per il Circolo Canottieri Aniene di Roma. Dal 2008 è Presidente della Cempis Academy, la prima associazione nazionale del talento in Italia. Gli atleti da lui preparati gli hanno regalato un palmarès con oltre 45 titoli internazionali, di cui molti olimpici e mondiali, e oltre 200 titoli italiani in diverse discipline sportive. È anche consulente di top manager delle principali aziende italiane e di molti personaggi di spettacolo e artisti di fama.



*“Questo metodo di preparazione psicologica è applicabile ad ognuno di noi: è stato utilizzato con artisti, manager, atleti, personaggi pubblici e liberi professionisti. Permette una risposta immediata e straordinariamente efficace al cambiamento delle situazioni e della realtà che ci circonda, aiutandoci a fronteggiare qualsiasi stress e rendendoci ad esso impermeabili. Pone la mente nelle condizioni migliori per superare le difficoltà e raggiungere gli obiettivi, affinando il proprio talento al massimo.”*

Daniele Popolizio

#### **GRUPPO CENPIS - Accademia Talento e Qualità di vita,**

è il primo centro leader in Italia e in Europa per il recupero e lo sviluppo del Talento individuale, di cui è Presidente il già Prof. Daniele Popolizio, padre fondatore del Mental Coaching in Europa, Riconosciuto dall'Unione Europea stessa al Merito come miglior Mental Coach d'Europa.

Attraverso un approccio scientifico multi-disciplinare (psicologia e psicosomatica dello Sport), l'Accademia è costituita da 2 Aree e 10 Settori di psicologia applicata alla Scienza della Performance: Sport professionistico – Top management – Arte e Spettacolo.

**Campioni** come Federica Pellegrini, Hernàn Crespo, Nicolàs Burdisso, Mattia Perin, Carolina Kostner, Filippo Magnini, Alberto Aquilani, Alessia Filippi, Ivan Zaytsev, Pier Giorgio Bucci su tutti e importanti squadre come la Lazio Calcio, il C.C. Aniene con i suoi campioni olimpici e Mondiali, Lube volley Macerata Campione d'Italia, Equipaggi del Canottaggio Mondiale e Lazio Pallanuoto, coppia e singolo Nuoto Sincronizzato italiano, Allenatori e Commissari Tecnici di diverse Nazionali e Club, Marta Menegatti e Viktoria Orsi Toth nazionali del beach volley.

**45 Titoli Olimpici, Mondiali ed Europei** in diverse discipline sportive vinti con la preparazione mentale sperimentata in tutti questi anni. Questo nuovo Modello di preparazione Psicologica noto come “Tecnica dell'Imbuto” applicato ormai dal 2005 e perfezionato in oltre 12 anni di ricerca internazionale applicata sul campo, si è dimostrato rapido e fondamentale per l'espressione del Talento e del massimo potenziale prestazionale.

#### **Chi è il Mental Coach?**

Il Mental Coach, per essere riconosciuto e dunque autorizzato ad intervenire su una persona o un gruppo, deve innanzi tutto essere uno Psicologo iscritto all'Albo Nazionale (5 anni di laurea + abilitazione alla professione con Esame di Stato Nazionale). Questa abilitazione tuttavia da sola non è sufficiente, poiché trattandosi di una figura professionale specialistica, necessita anche di un secondo importante titolo, quello di Psicoterapeuta Specialista iscritto all'Albo Nazionale (4 anni di specializzazione ulteriore dopo la laurea + abilitazione ad esercitare l'approccio psicoterapeutico scelto).

La figura fin qui delineata esiste già da tempo ed è l'unica abilitata ad intervenire sui meccanismi psicologici interni delle persone e dei gruppi, finalizzata però essenzialmente alla cura di sintomi e di ristrutturazioni delicate delle strutture mentali e di personalità. Ma il Mental Coach è l'evoluzione specialistica dello psicologo-psicoterapeuta nel ramo della psicologia del talento e della performance, della gestione delle risorse umane.

Ecco dunque perché, occupandosi di performance e di talento, il Mental Coach deve ottenere anche un Diploma ufficiale di Master in Gestione delle Risorse Umane (Universitario/o di Ente di Ricerca Istituzionale) della durata di almeno 1 anno e in aggiunta deve svolgere con incarico ufficiale di Ente di Ricerca Riconosciuto o Università almeno 5 anni di ricerca nazionale e/o internazionale sul tema della psicologia della performance e/o del talento. A questo punto mancherà solo un ultimo, ma importante passaggio per potersi presentare come Mental Coach: avere una esperienza/pratica specialistica documentabile di almeno 5 anni nell'ambito della gestione delle risorse umane, nei settori dello sport e/o del lavoro. In definitiva questa figura professionale è la classica figura professionale di secondo livello, cioè frutto della molteplice convergenza di laurea, specializzazioni, ricerca ed expertise.



**GRUPPO  
CENPIS**

ACCADÉMIA TALENTO E QUALITÀ DI VITA  
*la mente che ti accresce*

Piazza Trasimeno, 2  
00198 Roma  
tel 06 8543527

[direzione@cenpis.it](mailto:direzione@cenpis.it)  
[www.cenpis.it](http://www.cenpis.it)  
[www.danielepopolizio.it](http://www.danielepopolizio.it)