

## **Breaking Immunity To Change©**

*per sviluppare la capacità di rispondere alle nuove sfide in modo adaptive*

# Cosa è Immunity To Change©

Una metodologia di accompagnamento sviluppata dai prof.ssoi R. Kegan e L.L. Lahey di Harvard, che esplora le radici profonde delle nostre resistenze al cambiamento.

Aiuta le persone ad attuare quei cambiamenti desiderati, ma non ancora raggiunti, perché hanno incontrato forti resistenze.

Permette di rispondere a domande importanti, quali:

- Per quale motivo le persone, anche se motivate dalle migliori intenzioni, spesso resistono ai cambiamenti e non riescono a realizzare ciò che più desiderano ottenere? Per esempio, per quale motivo un collaboratore, anche se è competente e motivato a lavorare su un nuovo progetto, poi non riesce a performare?
- Come possiamo superare le resistenze al cambiamento?
- Come possiamo attivare i cambiamenti necessari per rimanere competitivi in contesti fluidi e complessi e nell'attuale situazione di crisi?

## **Il cambiamento non è solo questione di motivazione.**

Ognuno di noi ha sviluppato nel tempo un suo “**sistema immunitario al cambiamento**” che lo blocca nel raggiungere obiettivi di cambiamento, indipendentemente da quanto lo possa desiderare.

# Gli step della metodologia e il percorso su misura per te

## STEP 1

### Definizione di un obiettivo di cambiamento

Preciso, chiaro ed importante.

## STEP 2

### Mappatura del Sistema Immunitario al Cambiamento

- La Coach guida alla scoperta del proprio sistema immunitario e dei suoi comportamenti inconsci che impediscono di realizzare il cambiamento desiderato.
- Viene disegnata la mappa del proprio sistema immunitario al cambiamento .

## STEP 3

### Sbloccare

- Attività ed esercizi specifici per sfidare le proprie resistenze ed eliminare le barriere che impediscono l'attivazione di un cambiamento duraturo personale.

## Il tuo percorso su misura

4 sessioni di *virtual coaching* con la Coach, della durata di 2,5 ore ciascuno, con cadenza settimanale, da definire in base ad un calendario personalizzato.

Unconsciously  
«Immune»

Consciously  
«Immune»

Consciously  
«Released»

Unconsciously  
«Released»

# Benefici

- Comprensione di come la mente, con le sue convinzioni implicite, rende difficile se non impossibile i cambiamenti comportamentali.
- Stesura della mappa del Sistema Immunitario personale e delle dinamiche interne che impediscono il raggiungere del cambiamento desiderato.
- Identificazione di una modalità efficace per superare le barriere al cambiamento.
- Miglior utilizzo delle energie per imprimere una svolta verso il cambiamento desiderato.
- Maggior capacità di gestire la complessità crescente dell'attuale contesto sociale ed economico.
- Sviluppo della capacità di fare cambiamenti significativi e duraturi sia a livello personale che professionale, sviluppando l'abilità di risposta alle sfide e alle crisi attuali in modo *adaptive*.

# La docente

**Sheyla Rega:** Esperta nello sviluppo delle competenze trasversali nelle organizzazioni, ha un background professionale internazionale ed un'ampia esperienza nel campo della formazione manageriale e del business coaching. Prima di specializzarsi nel coaching e nella formazione manageriale, ha lavorato in diverse organizzazioni, nazionali e multinazionali, sempre in ruoli commerciali, in Italia ed in Norvegia.

Oggi è docente per percorsi formativi di sviluppo delle competenze manageriali, facilitatore dei programmi di Executive Team Integration rivolti ai Comitati di Direzione di società italiane ed internazionali, docente del master MBW di Confindustria Bergamo, Master Trainer di PNL. Da quasi 20 anni facilita i percorsi di crescita professionale e personale rivolti a manager e dirigenti.

Da anni utilizza diversi questionari comportamentali con basi neuroscientifiche (DoLquest® - Emergenetics®) ideati per facilitare i percorsi di coaching individuali e di gruppo.

Dal 2000 esercita come business coach. **Ha completato la sua formazione al coaching** con il Master in Systemic Team Coaching presso L'Academy of Executive Coaching di Londra e con il **percorso formativo in "Immunity to Change" con i professori Kegan e Lahey ad Harvard.**

È inoltre certificata «Agile Team Coach Facilitator» e «Management 3.0» di J. Appelo.

Specializzata in Executive Coaching e Team coaching, supervisore e mentore di Coach professionisti ha fondato nel 2007 la Comunità di Pratica di Coaching (CPC) aperta ai soli coach senior che conta oggi gruppi di supervisione in molte città italiane. E' stata per diversi anni membro del Consiglio Direttivo lombardo di AIF (Associazione Italiana Formatori) in qualità di responsabile dell'area Coaching. Autrice del libro "Dal business coaching al coaching etico" edito da Franco Angeli, da anni pubblica su riviste specializzate italiane ed estere.