



blooming  
**ARETÉ**

TRAINING E COACHING

# Coaching sul Ben-Essere

*Supporto psicologico in azienda*



# BEN-ESSERE

## COS'È IL BENESSERE?

Il Ben-Essere è uno stato che permette agli individui di:

- realizzare le proprie abilità;
- affrontare gli eventi stressanti della vita;
- lavorare con produttività e profitto.

*Benessere implica il pieno funzionamento e realizzazione delle potenzialità della persona.*



WELLBEING



# BEN-ESSERE

## PERCHÈ È IMPORTANTE?

*Se le persone stanno bene  
l'azienda sta meglio!*

Un elevato benessere correla positivamente con livelli più alti di engagement, **soddisfazione lavorativa** e qualità di vita.

I vantaggi organizzativi sono:

- migliore clima aziendale;
- forte employee retention;
- **alta produttività** ed efficacia professionale.





# OBIETTIVO

## COACHING SUL BEN-ESSERE

Migliorare il benessere aziendale attraverso un percorso individuale di **supporto al benessere psicologico** per accompagnare i lavoratori verso la presa di consapevolezza delle proprie risorse interne.

Fornire ai lavoratori uno spazio dove esplorare tematiche rilevanti a livello personale o professionale, migliorando l'**autoconsapevolezza** dei partecipanti sui propri vissuti e favorendo la scoperta, l'espressione e la realizzazione delle proprie risorse inesprese.





## METODO

Incontri di **supporto psicologico online** della durata di un'ora in cui sono approfondite con lo Psicologo del lavoro tematiche rilevanti per il benessere della persona.

## TARGET

Tutta la **popolazione aziendale** che può scegliere di iscriversi agli incontri tramite un link in cui sono presenti le disponibilità dello Psicologo del lavoro.

## STRUTTURA

Incontri online ogni **3 settimane** prevedono:

- identificazione dell'esigenza cardine della persona;
- definizione dell'obiettivo da raggiungere;
- esplorazione della realtà del soggetto e delle possibilità di azione;
- strutturazione di un piano strategico per la gestione della tematica.





blooming  
**ARETÉ**

TRAINING E COACHING



**DOTT.SSA SERENA ZIRPOLI**

Coach & Psicologa

+39 393 8397999

s.zirpoli@bloomingarete.it



**DOTT.SSA VALERIA SERAFINI**

Consulente HR & Psicologa

+39 393 8328174

v.serafini@bloomingarete.it

Corso V. Emanuele II, 30 Milano

[www.bloomingarete.it](http://www.bloomingarete.it)