TICINO COACHING

Leadership

Experience 2.0

Autunno 2026 — Estate 2027

Casa Emma

Bellinzona

Un percorso esperienziale di leadership
che prepara anche all'esame federale ASFC-SVF

ticinocoaching.com

Sommario

Nota introduttiva 3

Ticino Coaching: chi siamo? 4

Casa Emma: luogo di formazione e crescita 6

Soft & human skills: perché contano? 7

Leadership Experience 2.0 8

L'esperienza in numeri 9

Le 9 giornate in presenza · panoramica 10

Calendario 2026—27 · due classi 12

I contenuti del percorso 13

Preparazione all'esame federale ASFC-SVF 16

Coaching continuo, webinar e materiali 17

Investimento e cosa include 18

I formatori 19

La formazione in immagini 20

Credono in noi e crescono con noi 22

Nota introduttiva

Questo documento presenta Leadership Experience 2.0, il nuovo percorso formativo di Ticino Coaching dedicato alla leadership. Un format pensato per chi vuole crescere come persona prima ancora che come professionista e che al contempo prepara (per chi lo desidera) all'esame federale in Leadership rilasciato dall'Associazione Svizzera per la Formazione nella Conduzione (ASFC-SVF).

Leadership Experience 2.0 nasce dall'esperienza diretta di Igor Nastic e Graziano Castelli che da anni operano nella formazione manageriale a livello svizzero e dalla volontà di andare oltre il classico modello d'aula. Un percorso agile, esperienziale e umano. Meno giornate in aula, ma più impatto. Meno teoria, più pratica. Meno formazione tradizionale, più esperienza autentica.

La struttura combina 9 giornate in presenza a Casa Emma, di cui 2 dedicate ai workshop di preparazione all'esame ASFC, con 4 webinar serali online di consolidamento, challenge settimanali e una giornata finale di Horse Leadership a Semione, unica nel suo genere in Ticino. Tutto questo all'interno di un percorso che si sviluppa nell'arco di 11 mesi, con materiali digitali permanentemente accessibili.

La nostra visione della leadership è ampia, contemporanea e in continua evoluzione. Ci ispiriamo alle più attuali teorie internazionali e ai contributi di autori che mettono al centro l'essere umano nella sua interezza tra consapevolezza, relazione, impatto e crescita personale, oltre che professionale.

Benvenuti in un'esperienza che va oltre il semplice corso. È un viaggio che vuole trasformare il modo di condurre, collaborare, comunicare e ispirare.

Ticino Coaching: chi siamo?

Igor Nastic e Graziano Castelli si conoscono nel 2010 nell'ambito di un progetto della Divisione della Formazione Professionale del Canton Ticino. Da colleghi diventano amici e iniziano un percorso comune di esplorazione formativa che, negli anni, li porta a collaborare con realtà di rilievo nazionale nell'ambito della formazione manageriale allineata alle Linee guida dell'ASFC-SVF.

Ticino Coaching, inizialmente focalizzato sul coaching sportivo, si è progressivamente evoluto in un servizio di formazione e crescita personale a 360 gradi, diventando un punto di riferimento per aziende, istituzioni e professionisti che vogliono sviluppare competenze trasversali concrete e durature.

Con oltre 40 anni di esperienza didattica combinata, Igor e Graziano portano nei loro percorsi una combinazione di rigore metodologico, capacità relazionale e visione contemporanea.

Igor Nastic e Graziano Castelli (Riva del Garda 2023)

Vision

Diventare un punto di riferimento nella diffusione delle soft & human skills. Lavoriamo per un mondo in cui ogni persona possa accedere a strumenti formativi di eccellenza per sviluppare il proprio potenziale e contribuire al benessere collettivo.

Mission

Offriamo percorsi innovativi, coinvolgenti e di alta qualità, capaci di generare un impatto concreto. Accompagniamo persone e organizzazioni in un processo di evoluzione continua, promuovendo consapevolezza, competenze e fiducia.

Valori

- **Crescita:** ogni esperienza formativa è un'opportunità per esplorare, apprendere e migliorare.
- **Innovazione:** sperimentiamo metodologie all'avanguardia, combinando esperienza in presenza, strumenti digitali e tecnologie emergenti.
- **Rispetto:** ogni persona è unica. Promuoviamo un ambiente accogliente, inclusivo e non giudicante.

Casa Emma: luogo di formazione e crescita

Casa Emma, ristrutturata dall'architetto Christian Rivola, è dal 2025 sede di Ticino Coaching. Un luogo che riflette i nostri valori: equilibrio, armonia, attenzione alla bellezza e visione del futuro.

Strategicamente posizionata nel cuore del Ticino, sull'asse Nord-Sud, di fronte alla stazione ferroviaria di Bellinzona, offre spazi che abbinano comfort, cultura ed estetica. La sala formazione può ospitare fino a 16 persone, mentre una sala più raccolta è dedicata al coaching individuale.

Non è un dettaglio secondario. Infatti, secondo la Teoria del Campo di Kurt Lewin, lo spazio fisico influenza profondamente le dinamiche di apprendimento.

Casa Emma è il contesto ideale per acquisire competenze con il massimo dell'efficacia e il minimo dello stress.

Indirizzo: Via Pedemonte 8, 6500 Bellinzona

Soft & human skills: perché contano?

Secondo il Future of Jobs Report del World Economic Forum, entro il 2025 circa il 50% dei lavoratori dovrà aggiornare le proprie competenze per adattarsi ai cambiamenti tecnologici e organizzativi. Tra le competenze chiave individuate, le soft skills occupano un posto sempre più centrale:

- Pensiero analitico e innovazione
- Apprendimento attivo e strategie di apprendimento
- Risoluzione di problemi complessi
- Pensiero critico e analisi
- Creatività, originalità e iniziativa
- Leadership e influenza sociale
- Resilienza, tolleranza allo stress e flessibilità
- Ragionamento e ideazione

Ticino Coaching nasce per rispondere a questa esigenza. Accompagniamo persone e organizzazioni nel potenziamento delle competenze trasversali attraverso percorsi di formazione, coaching, assessment, workshop ed esperienze immersive.

Che si tratti di comunicare meglio, guidare un team, affrontare un cambiamento o valorizzare i propri talenti, il nostro impegno è aiutare ciascuno a diventare la versione più efficace e consapevole di sé.

Leadership Experience 2.0

Leadership Experience 2.0 è il nostro nuovo format di formazione in leadership. Non un corso tradizionale, ma un percorso di crescita esperienziale che si sviluppa nell'arco di un anno e che mette al centro tre cose: la persona, l'esperienza e la trasformazione.

Si rivolge a chi conduce – o sta per condurre – un team, un progetto, un'organizzazione. CEO, manager, middle manager, team leader, imprenditori, professionisti che vogliono sviluppare una leadership più consapevole, autentica e contemporanea.

Il percorso prepara anche, per chi lo desidera, all'esame federale ASFC-SVF in Leadership che, congiuntamente al certificato in Management, permette di ottenere l'Attestato Professionale Federale (APF). Due giornate di workshop dedicate alla preparazione esami ASFC sono integrate nel calendario.

Cosa rende diverso questo percorso?

- **Format strutturato e coerente con l'ASFC** · 9 giornate in presenza, di cui 2 dedicate ai workshop di preparazione all'esame ASFC, in linea con le linee guida ufficiali.
- **Horse Leadership** · una giornata interamente dedicata alla Horse Leadership a Semione, con Helko e Francesco Lubello. Un'esperienza con i cavalli che lavora su empatia, fiducia e presenza in modo unico in Ticino.
- **Pensiero Laterale** · strumenti di pensiero divergente dalla scuola De Bono di Oxford: i 6 cappelli per pensare, il PMI, il framework DoCoPoSoGo!
- **AI integrata** · l'AI come alleata della leadership: prompt utili, applicazioni concrete, visione del mondo dell'intelligenza artificiale.
- **Beauty optimization** · sessioni con Franco Perri sull'immagine personale e la presenza. La leadership passa anche dalla propria autostima e da come ci si presenta.
- **Coaching continuo** · challenge e task settimanali per uscire costantemente dalla comfort zone, con il supporto continuo dei formatori.
- **Materiali permanenti** · tutte le giornate registrate, video corso permanente, accesso a NotebookLM con materiali di studio, didattica e letteratura.
- **Cena di celebrazione** · una serata conclusiva per celebrare il percorso e condividere il proprio progetto di vita: la formazione diventa rito di passaggio.

L'esperienza in numeri

11
mesi di percorso

9
giornate in presenza

4
webinar serali online

12
partecipanti per classe

2
workshop ASFC integrati

1
cena finale di celebrazione

Il numero ridotto di partecipanti garantisce qualità relazionale, attenzione individuale e la possibilità per ciascuno di lavorare in profondità sul proprio percorso di crescita.

Il 90% dei nostri partecipanti supera al primo turno gli esami ASFC-SVF.

Le 9 giornate in presenza ·

#	Tema	Sintesi della giornata
1	**Kick-off e conoscenza di sé**	Avvio del percorso: presentazione, obiettivi, strumenti, scoperta del gruppo e del luogo (Casa Emma). Un primo passo nella crescita personale e professionale per creare connessioni autentiche e durature.
2	**Conoscenza di sé e comunicazione**	Giornata esperienziale per esplorare valori, identità e motivazioni. Attività come la ruota della vita e la finestra di Johari per attivare riflessioni profonde.
3	**Gestione del tempo, Comunicazione e Leadership & Mentorship**	Continuazione del lavoro introspettivo: LEGO® SERIOUS PLAY® sulla personal & professional identity e momenti di confronto sulla propria personalità (DISC-Persolog®) e il proprio stile di leadership.
4	**Workshop e preparazione esami ASFC Leadership 1**	Giornata centrata sulle Linee guida ASFC con focus sulla comunicazione e la conoscenza interpersonale: riflessioni, argomentazioni, ascolto attivo, gestione delle emozioni e feedback costruttivo.
5	**Comunicazione, Leadership & Mentorship**	Sviluppare presenza scenica, uso consapevole di voce e corpo, creare presentazioni coinvolgenti. Una vera e propria palestra per la comunicazione professionale.
6	**Comunicazione, Leadership & Mentorship**	Consolidamento di teorie e pratiche della comunicazione e del ruolo di leader nella gestione del tempo, dei conflitti e degli stili di leadership.
7	**Pensiero laterale, Gestione dei conflitti e Negoziazione**	Teorie e pratiche con role play tra time management, stili di leadership, strategie di negoziazione e gestione dei conflitti.
8	**Workshop e preparazione esami ASFC Leadership 2**	Giornata centrata sulle Linee guida ASFC con approfondimento su ruoli, stili di leadership, comunicazione empatica e dinamiche di gruppo. Come costruire coesione e motivazione nel team.
9	**Horse Leadership**	A Semione, con Helko e Francesco Lubello, si scopriranno le tecniche per affrontare tensioni e trasformare il conflitto in opportunità. Comunicazione non violenta e approccio win-win nelle dinamiche personali e di gruppo.

4 webinar online · secondo le linee guida ASFC, i webinar serali di consolidamento (circa 1h30) approfondiscono i temi trattati nei moduli e ne favoriscono l'applicazione pratica nel contesto lavorativo quotidiano. Includono ripresa dei concetti chiave, analisi di casi pratici, confronto tra partecipanti e strumenti operativi di leadership.

Calendario 2026–27

Il percorso è proposto in due classi parallele per favorire la massima flessibilità in funzione degli impegni professionali e personali dei partecipanti:

Classe L1 · tutti i mercoledì delle date indicate.

Classe L2 · tutti i venerdì delle date indicate.

Tema della giornata	Classe L1 mercoledì	Classe L2 venerdì
Kick-off e conoscenza di sé	**14.10.2026**	**09.10.2026**
Conoscenza di sé e comunicazione	**28.10.2026**	**23.10.2026**
Webinar 1 · serale online	**da definire**	**da definire**
Gestione del tempo, Comunicazione e Leadership & Mentorship	**25.11.2026**	**20.11.2026**
Webinar 2 · serale online	**da definire**	**da definire**
Workshop e preparazione esami ASFC-SVF	**20.01.2027**	**15.01.2027**
Comunicazione, Leadership & Mentorship	**03.03.2027**	**26.02.2027**
Webinar 3 · serale online	**da definire**	**da definire**
Comunicazione, Leadership & Mentorship	**14.04.2027**	**09.04.2027**
Webinar 4 · serale online	**da definire**	**da definire**
Pensiero laterale, Gestione del conflitto e Negoziazione	**28.04.2027**	**23.04.2027**
Workshop e preparazione esami ASFC-SVF	**19.05.2027**	**14.05.2027**
Horse Leadership	**da definire**	**da definire**

Orario tipo: 8:30 – 16:30, con pausa pranzo inclusa. Giornata di Horse Leadership: orario e data da definire.

Webinar serali online: 4 sessioni di consolidamento da 60-90 minuti, calendarizzate in gruppo.

I principali contenuti

Il percorso è organizzato in aree tematiche che si intrecciano lungo le 9 giornate. Di seguito una presentazione sintetica di ciascun ambito di lavoro.

Consapevolezza e conoscenza di sé

La leadership autentica inizia da qui. Un viaggio di esplorazione personale per comprendere il proprio stile di comportamento, i propri valori, talenti, punti di forza e aree di miglioramento. Strumenti di autovalutazione e momenti di riflessione guidata permettono di riconoscere l'impatto del proprio modo di essere sulle relazioni e sulle dinamiche di gruppo.

Alcuni strumenti ·Ruota della vita, Personal & Professional Identity con Lego® Serious Play®, Finestra di Johari, lavoro profondo su valori, emozioni, principi e superpowers.

DISC Assessment

Il modello DISC, sviluppato e diffuso a livello internazionale da Persolog®, permette di leggere il proprio stile comportamentale e quello degli altri. Ne risultano una migliore consapevolezza personale, una comunicazione più mirata e una gestione delle relazioni più efficace. Igor e Graziano sono entrambi certificati Persolog® assessment practitioner.

AI ·l'intelligenza artificiale al servizio della leadership

Un modulo dedicato a una visione contemporanea dell'AI. Cosa sta cambiando, come si integra nei processi decisionali, quali prompt usare per accelerare il proprio percorso di crescita personale e professionale. L'AI come alleata, non come minaccia.

Comunicazione efficace

Una leadership solida si costruisce sulla capacità di comunicare in modo autentico, coerente e relazionale. Il percorso lavora sui fondamentali della comunicazione,

sull'ascolto attivo, sul linguaggio verbale, non verbale e paraverbale, sull'assertività e sulla gestione delle emozioni nei dialoghi.

Articolazione · Fondamentali · Linguaggio del corpo · Comunicazione spontanea · Archetipi della comunicazione · Feedback costruttivo.

Storytelling e presentazione

Saper raccontare e presentare è una competenza imprescindibile per chi guida. Il modulo lavora sulla strutturazione del discorso, sull'uso degli ausili visivi (PowerPoint vs flipchart), sulla presenza scenica e sulla capacità di coinvolgere il pubblico. Sessioni pratiche con feedback individualizzati e analisi video.

Mentor Leadership e intelligenza emotiva

Il leader come mentore: una figura che orienta, ispira e sviluppa il potenziale dei collaboratori. Si lavora su stili di leadership, gestione delle generazioni (in particolare i millennials), motivazione, intelligenza emotiva e connessione autentica con il team. Riferimenti alla leadership situazionale (matrice di Hersey-Blanchard) e alle dinamiche di gruppo (modello di Tuckman).

Gestione del tempo

Il tempo è una risorsa preziosa e limitata. Strumenti concreti per analizzare il proprio stile di gestione, applicare tecniche di prioritizzazione (es. matrice di Eisenhower), pianificare con efficacia, delegare con metodo e mantenere l'equilibrio tra performance e benessere. Lavoro diretto sulla propria agenda professionale.

Pensiero Laterale, resilienza e creatività

Un modulo distintivo, ispirato alla scuola di Edward De Bono (Oxford), di cui Graziano è certificato. Si lavora su pensiero laterale e divergente, sviluppo della creatività, resilienza e problem solving. Strumenti concreti: i 6 cappelli per pensare, il PMI (Plus, Minus, Interesting), il framework DoCoPoSoGo!

Gestione dei conflitti e negoziazione

Ogni leader si confronta, prima o poi, con tensioni e divergenze. Strumenti pratici per affrontare situazioni complesse con lucidità: tipologie e dinamiche del conflitto, stili personali di gestione, tecniche di negoziazione collaborativa (win-win), comunicazione non violenta, mediazione. Forte componente esperienziale con simulazioni e role play.

Horse Leadership

L'esperienza più distintiva del percorso, unica in Ticino. Una giornata interamente dedicata al lavoro con i cavalli, a Semione, condotta da Helko e Francesco Lubello. Animali che leggono con straordinaria precisione la coerenza tra ciò che siamo dentro e ciò che mostriamo fuori. Si scoprono le tecniche per affrontare tensioni e trasformare il conflitto in opportunità, lavorando su empatia, fiducia, presenza, autorevolezza, comunicazione non verbale e approccio win-win nelle dinamiche personali e di gruppo. Un'esperienza trasformativa e utile in qualsiasi ambito personale e lavorativo.

Celebrazione e condivisione del progetto di vita

L'ultima giornata si chiude con la condivisione del proprio progetto di vita: un esercizio di integrazione che utilizza tutti gli strumenti appresi durante il percorso. A seguire, una cena conviviale per celebrare insieme l'impegno, lo scambio e il coraggio di essersi messi in gioco.

Preparazione all'esame federale ASFC-SVF

Per chi lo desidera, Leadership Experience 2.0 prepara all'esame federale dell'Associazione Svizzera per la Formazione nella Conduzione (ASFC-SVF). Superare l'esame in Leadership, congiuntamente al certificato in Management, permette di ottenere l'Attestato Professionale Federale (APF), riconoscimento ufficiale valido a livello nazionale.

L'allineamento con gli standard ufficiali ASFC-SVF è un elemento integrato nel percorso, ma non rappresenta un vincolo rigido: chi sceglie di non sostenere l'esame federale trova comunque un valore formativo completo e coerente.

Come supportiamo chi sostiene l'esame

- Due giornate intere di workshop e preparazione esami inserite nel calendario (20.01.2027 / 15.01.2027 e 19.05.2027 / 14.05.2027), centrate sulle Linee guida ASFC.
- Materiali di studio specifici accessibili in modo permanente.
- Allineamento dei contenuti con i criteri richiesti dall'esame federale.
- Confronto con il referente ASFC-SVF per la Svizzera italiana per garantire la coerenza con gli standard ufficiali.
- Esercitazioni, simulazioni e attività di sintesi orientate al superamento dell'esame.

Coaching continuo, webinar e materiali

Leadership Experience 2.0 non è un percorso che si esaurisce nelle giornate in aula. È un'esperienza che accompagna i partecipanti lungo tutto l'arco degli 11 mesi, con strumenti di apprendimento continuo e supporto attivo da parte dei formatori.

Challenge settimanali e mensili

Tra una giornata e l'altra, i partecipanti ricevono challenge e task progettati per uscire costantemente dalla comfort zone. Sono micro-esperimenti applicati al quotidiano professionale, che permettono di trasformare la consapevolezza in azione e l'apprendimento in comportamento.

4 webinar serali online

Quattro sessioni serali online da 60-90 minuti, distribuite lungo il percorso secondo le linee guida ASFC. I webinar di consolidamento approfondiscono i temi trattati nei moduli e ne favoriscono l'applicazione pratica nel contesto lavorativo quotidiano: ripresa dei concetti chiave, analisi di casi pratici, confronto tra partecipanti e strumenti operativi di leadership. Le date vengono definite in gruppo per garantire la massima partecipazione.

Registrazioni e video corso permanente

Tutte le giornate in presenza vengono registrate e rese disponibili sotto forma di video corso accessibile in modo permanente. Un asset di valore che permette di rivedere i contenuti, ripassarli prima dell'esame ASFC-SVF o consultarli a distanza di mesi e anni.

NotebookLM con materiali di studio

Tutti i materiali del corso (slide, testi, letteratura di riferimento e documenti didattici) vengono organizzati in un ambiente NotebookLM dedicato. Uno strumento di intelligenza artificiale che permette di interrogare, riassumere, approfondire i contenuti in modo personalizzato. La biblioteca del percorso, sempre con sé.

Investimento e cosa include

Early Bird	Prezzo pieno
CHF 3'990.—	**CHF 4'390.—**
per iscrizioni entro il 31 luglio 2026	*per partecipante*

Cosa include

- 9 giornate intere di formazione in presenza a Casa Emma (una giornata presso Masaba Coffee House – Bironico) con formatori esperti e varie testimonianze.
- 4 serate webinar online di consolidamento (60-90 minuti) secondo le linee guida ASFC.
- Giornata di leadership col cavallo a Semione con Helko e Francesco Lubello.
- Sessione con Franco Perri, beauty optimizer, sulla presenza personale.
- Test DISC con report individuale Persolog®.
- Materiale didattico: documenti ufficiali e stampati cartacei.
- Diploma di partecipazione.
- Accesso illimitato nel tempo ai contenuti digitali della piattaforma.
- Accesso permanente al video corso con le registrazioni delle giornate.
- Ambiente NotebookLM con materiali di studio, didattica e letteratura.
- Challenge e task settimanali/bisettimanali con supporto dei formatori.
- Materiali didattici brand (quaderno, post-it, tazza, borraccia, lego brand).
- Colazione (caffè, cornetto e frutta) e pranzo leggero (trancio di pizza e frutta o ristorante FFS) per ciascuna giornata.
- Piccolo aperitivo al termine della giornata per chi lo desidera.
- Cena di fine corso offerta.
- Preparazione integrata all'esame federale ASFC-SVF (per chi sceglie questa opzione).

Posti limitati · massimo 12 partecipanti per classe, per garantire qualità relazionale e attenzione individuale.

I formatori

Igor Nastic

- Leadership Senior Trainer
- Bachelor e Master in Comunicazione e abilitazione all'insegnamento
- Perito d'esame ASFC-SVF
- Facilitatore LEGO® SERIOUS PLAY®
- Persolog® assessment practitioner
- Performance coach e giornalista sportivo

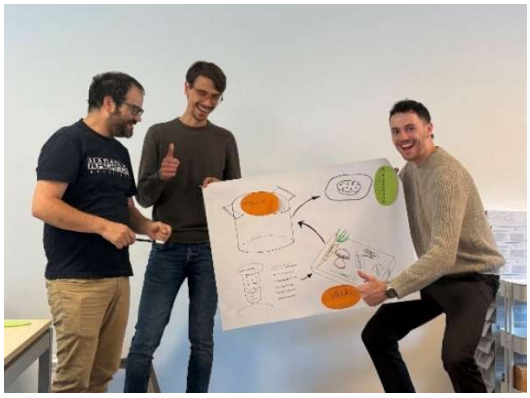
Contatti ·+41 (0)76 317 48 01 ·igor@ticinocoaching.com

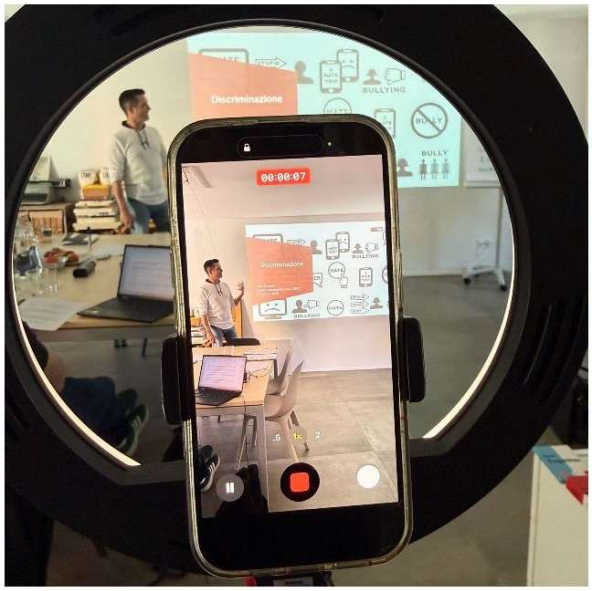
Graziano Castelli

- Leadership Senior Trainer
- Esperienza pluriennale nel settore terziario e docente in diverse scuole
- Esperto in Public Speaking
- Facilitatore LEGO® SERIOUS PLAY®
- Persolog® assessment practitioner
- De Bono School of Thinking ·Oxford, UK

Contatti ·+41 (0)76 693 13 91 ·graziano@ticinocoaching.com

La formazione in immagini




Discriminazione
BULLYING
BULLY
00:00:07

MADE WITH
AI Photo Editor

Credono in noi e crescono con noi

Igor e Graziano sono due docenti eccezionali, capaci di rendere ogni sessione coinvolgente e altamente formativa.

La loro forza sta nell'approccio dinamico: non seguono una scaletta rigida ma costruiscono il percorso insieme a noi partecipanti valorizzando le esperienze condivise.

Questo rende il corso autentico, concreto e unico!

Un'esperienza di grande crescita, sia professionale ma soprattutto personale.

Lo consiglio!

Igor Guzzi, responsabile Shop e Marketing City Carburoil SA