



physiological balance management

## SELF WELLBEING MANAGEMENT

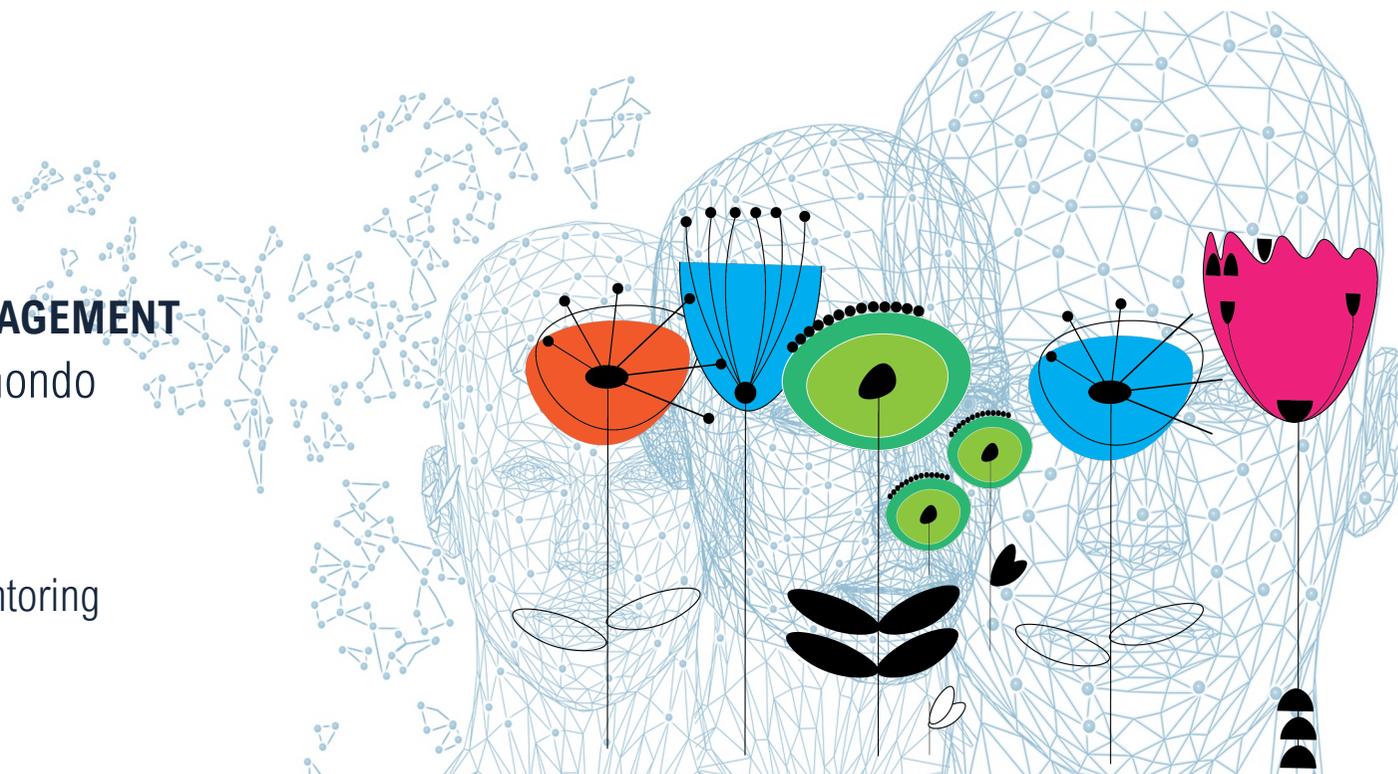
corpo | mente | lavoro | mondo

Coaching | Counseling | Mentoring

Presentazione Programma

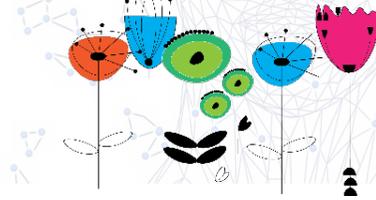
[BLYMUM Srl](#)

2022



Le ricerche mondiali confermano due fenomeni molto importanti e interconnessi tra loro: il primo è la costante crescita della **fragilità e del disagio generale delle persone**; il secondo è **l'aumento della consapevolezza relativa all'importanza del benessere individuale**, sia da parte dei singoli che delle organizzazioni. Cosa chiedono in Italia i dipendenti dalle aziende? Innanzitutto (Randstad 2022) un'atmosfera di lavoro piacevole (65%) e un buon equilibrio fra vita lavorativa e vita privata (65%); retribuzione e benefit interessanti rimangono ovviamente importanti, ma sono al terzo posto (61%).

Attraverso la gestione del welfare aziendale, le organizzazioni più illuminate affrontano questo problema, assumendosi un importante ruolo di responsabilità sociale a favore delle proprie persone e delle comunità locali. Se però da un lato aumentano le azioni dei datori di lavoro per migliorare il benessere individuale (es. modalità di lavoro flessibile, assistenza all'infanzia, nuove politiche sanitarie, ecc.), le azioni personali dei dipendenti rimangono piuttosto sporadiche; molte persone (una su quattro secondo la ricerca Randstad) non intraprende proattivamente nessuna azione, non gestisce effettivamente il proprio benessere... se mai, abbandona semplicemente l'azienda.

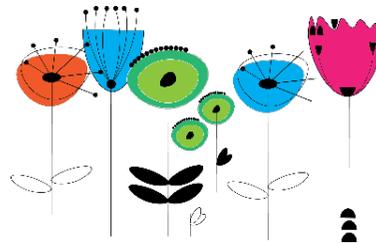


Il Programma Livella® Self Wellbeing Management affronta il welfare proprio da questa angolazione:  
attraverso il cambiamento dei comportamenti individuali.

## Livella® Self Wellbeing Management

è un servizio di coaching, counseling e mentoring,  
orientato al supporto del cambiamento e dello sviluppo  
dei comportamenti individuali,  
unitamente alla motivazione e alla responsabilizzazione personale,  
per il miglioramento del proprio benessere.

Il self wellbeing è definito dalle proporzioni equilibrate  
tra il benessere di CORPO, MENTE, LAVORO e MONDO,  
con benefici tangibili per la salute e la vita delle persone,  
e per il comfort e le prestazioni organizzative.



# Livella® Self Wellbeing Management

## Il Metodo

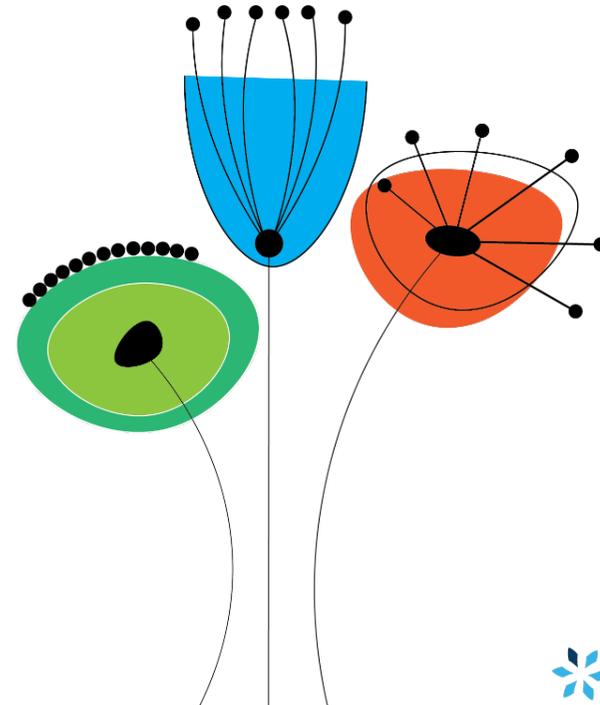
Livella® Self Wellbeing Management si **basa sull'approccio di coaching**, opportunamente arricchito con gli interventi di mentoring e/o counseling professionale.

Il nostro coaching rispetta **gli standard procedurali ed etici EMCC**. Esso si basa sullo sviluppo di un rapporto di fiducia e rispetto reciproco con il coachee, l'unico vero protagonista del processo.

Il nostro stile di coaching è strutturato e empatico, caratterizzato dal dialogo maieutico, l'utilizzo di strumenti creativi di interlocuzione e la pratica riflessiva.

Il focus del coaching verte sulle seguenti competenze e comportamenti:  
**Self Management; Engagement; Motivazione; Iniziativa; Sostenibilità;**  
**Orientamento al Risultato.**

Livella® Self Wellbeing Management è concepito come  
**Programma Smart Working.**



# Livella® Self Wellbeing Management

Le Quattro Corsie



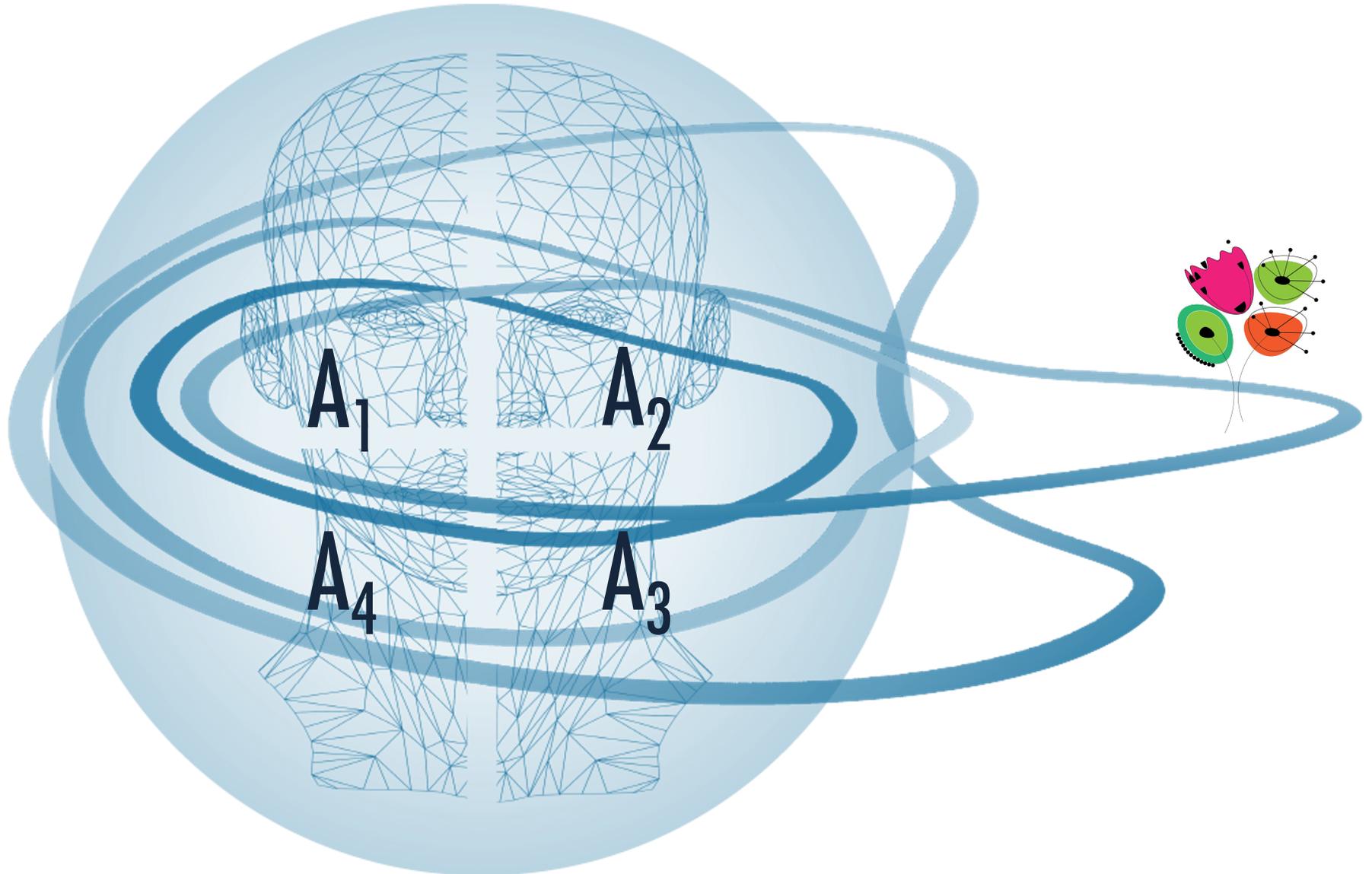
# Livella® Self Wellbeing Management

Le Quattro Fasi di Sviluppo



# Livella® Self Wellbeing Map

L'Architettura della Struttura 4x4



# Livella® Self Wellbeing Track

## Percorsi Individuali di Crescita

### Percorso Individuale

è il percorso Livella® Self Wellbeing Management, personalizzato per ogni Coachee. È dato da una sequenza di Episodi, i momenti di interazione tra Coach e Coachee; inizia sempre dalla Fase della Consapevolezza ( $A_1$ ).

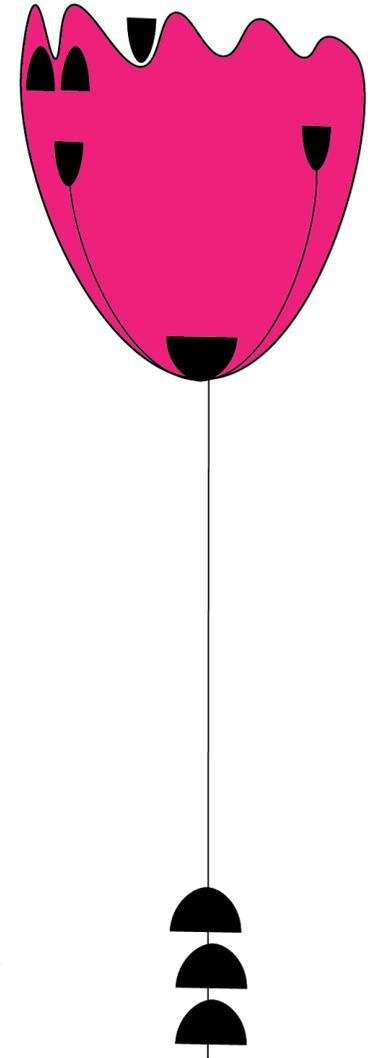
Il Percorso Individuale può essere basato su:

un'unica Corsia, e quindi definibile come Simple Track;

una sequenza seriale di singole Corsie, e quindi definibile come Serial Track;

la combinazione di diverse Corsie nelle rispettive Fasi, e quindi definibile come Crossing Track.

La combinazione di Percorsi Individuali guida la crescita personale e il benessere del Coachee all'interno di scenari di riferimento in evoluzione e definisce il vero e proprio contenuto del meta-processo Livella® Self Wellbeing Management.



# Livella® Self Wellbeing Track

Percorsi Individuali di Crescita



# Livella® Self Wellbeing Management

## Team Professionale



Program Manager, [Iveta Merlinova](#), possiede competenze trasversali nella gestione dell'innovazione manageriale e nello sviluppo professionale delle persone. Fornisce servizi di consulenza, coaching e mentoring, utilizzando la sua esperienza in Business Coaching & Mentoring, Strategic and Marketing Management, Innovation and Change Management, Sustainability & Wellbeing



Blymum Team, con la competenza trasversale in Life Wellbeing Management e salute delle persone, coordinata da [Matteo Cornelli](#)



Cinnam Team, con la competenza trasversale nella gestione di relazioni, comunicazione, creatività e mentoring, coordinata da [Iveta Merlinova](#)



Istituto di Assistenza e Cura Santa Margherita - Università di Pavia, con la competenza trasversale in scienze dell'alimentazione e riabilitazione metabolica, coordinata da [Mariangela Rondanelli](#)

# Livella® Self Wellbeing Management

## Contatti

Iveta Merlinova

[merlinova@blymum.com](mailto:merlinova@blymum.com)

BLYMUM Srl  
Via G.B. Piranesi 7  
20137 Milano  
Italy

[BLYMUM Srl](mailto:info@blymum.com)

[info@blymum.com](mailto:info@blymum.com)

