



## RASSEGNA STAMPA

### Il grimaldello che aprì la prigione



Giorgio M. ha il "panico da palcoscenico". Un terrore del tutto irrazionale e sproporzionato di parlare in pubblico che ultimamente gli sta causando crescenti difficoltà. La ragione: Giorgio M. è il vicedirettore tecnico di un'azienda di meccanica industriale che esporta in tutto il mondo, e la sua è un'attività che ovviamente comporta frequenti presentazioni a clienti e partecipanti a convegni di settore. Inoltre Giorgio M. è, come si dice, "in carriera". L'età ancora giovane e i brillanti risultati ottenuti ne fanno un candidato al posto di direttore e in futuro anche a quello di membro del CdA. Senonché i suoi rivali, ai quali la paura di Giorgio non è sfuggita, utilizzano questa sua debolezza per minarne l'immagine all'interno dell'azienda. "Certamente un manager eccellente, peccato però...", "La sua competenza è assolutamente fuori discussione, tuttavia...reggerà allo stress?".

Ovviamente Giorgio M., da persona intelligente e razionale, si rende perfettamente conto sia dell'illogicità della sua paura, sia degli ostacoli che questa gli crea, e ha già fatto numerosi tentativi di mettervi rimedio. Ognuno di questi tentativi ha avuto un certo successo iniziale, senza tuttavia veramente ottenere il risultato desiderato. Sicuramente uno dei motivi è il fatto che molti metodi, per funzionare sul lungo termine, richiedono un impegno costante e non indifferente, difficile da sostenere per chi, come Giorgio, ha già un'agenda piena da scoprire.

Il peggio è però che in questi casi, ogni tentativo fallito rafforza il senso di sfiducia e la convinzione che "non c'è rimedio". Per questo motivo Giorgio M. ha esitato a lungo di fronte all'idea di tentare con il metodo Wingwave. A fargli superare il suo scetticismo è stato soprattutto il fattore referenze. Il metodo Wingwave è infatti entrato a far parte dei programmi di formazione dei quadri dirigenti anche presso grandi multinazionali del calibro della Volkswagen, della Bosch e della UBS. Recentemente il metodo è stato introdotto anche in Italia da Dennis Masseit, coach formatosi in Germania direttamente presso gli ideatori del metodo, cosa che ha convinto Giorgio M. a fare il tentativo. E stavolta ha funzionato.

Il trattamento consiste nella fusione di elementi della kinesiologia e della moderna neurologia. La prima trova il suo fondamento nel principio che "il corpo sa, anche se la razionalità ha dimenticato" e di essa il metodo utilizza la tecnica dell'O-ring. Al soggetto viene chiesto di formare un anello unendo i polpastrelli di pollice ed indice. Il coach pone una serie di domande riferentesi al problema specifico del soggetto e al tempo stesso esercita una trazione sulle dita del soggetto, tentando di forzare l'apertura dell'anello. Se la domanda tocca il "nervo giusto" la tensione muscolare del soggetto cederà per un istante allo shock emotivo e l'anello si aprirà. In tal modo, con una serie di domande sempre più mirate, il coach arriverà ad identificare l'evento all'origine del problema.

Già in questa fase si delinea una differenza fondamentale tra il Wingwave e i metodi di trattamento sintomatico, quali ad esempio il training autogeno: questi ultimi possono sicuramente essere di grande utilità come misure di supporto, ma non per l'identificazione dell'evento all'origine del trauma.

Nel caso di Giorgio M. questa prima fase ha riportato alla luce un episodio accadutoogli negli anni della scuola media, un periodo spesso caratterizzato da insicurezza e ipersensibilità. In quell'occasione Giorgio M. era stato ingiustamente punito e messo alla gogna davanti a tutta la classe. La rabbia per l'ingiusta punizione e la vergogna provata di fronte ai sarcasmi dei suoi compagni avevano lasciato il segno. Col tempo Giorgio M. aveva dimenticato l'episodio, o meglio l'aveva dimenticato la sua razionalità. Il corpo però conservava l'impronta di quel momento vissuto, ma non elaborato e ogni dettaglio, anche solo parzialmente simile a quella scena, ad esempio un'espressione di scetticismo o di noia da parte del pubblico, diventava il fattore scatenante di un'ondata di emozioni negative.

Una volta raggiunto questo primo obiettivo, entra in gioco il secondo elemento del metodo. In questo caso la tecnica usata si basa su di un processo analogo a quello che avviene nel cervello durante la fase di sonno profondo o fase REM (Rapid Eye Movement). I due emisferi cerebrali, responsabili l'uno per i processi razionali e l'altro per l'emotività, che nella fase di veglia tendono a funzionare in modo indipendente, si "riallineano" nella fase REM e collaborano nel compito di assorbire le esperienze vissute. È durante questa fase che gli eventi che ci hanno causato emozioni quali paura, rabbia o tristezza vengono elaborati e riportati ad una dimensione accettabile al soggetto e da questo accettata.

Il metodo Wingwave consiste nel ricreare la fase REM in condizioni di veglia, ad esempio portando gli occhi del soggetto a seguire i rapidi movimenti della mano del coach. A questo punto il coach fa in modo che il soggetto riviva, e pertanto rielabori e accetti emotivamente l'evento all'origine del problema.

In ultima analisi, l'obiettivo del Wingwave non è di controllare reazioni di paura o panico, ma di far sì che queste non insorgano affatto.

“Questo esempio illustra una delle possibili applicazioni del metodo”, spiega Dennis Masseit. “In questo caso il risultato positivo è anche permanente, tuttavia il presupposto indispensabile è che il problema del soggetto sia riconducibile ad un episodio preciso e identificabile. In altri casi invece, ad esempio quando il soggetto è chiamato a dare il massimo di sé in situazioni ad alto stress che si ripresentano con regolarità, occorre ripetere le sessioni. È questo il caso, ad esempio, dello sportivo prima della gara, dello studente prima di un esame o dell'attore al momento di andare in scena.”

Un ulteriore vantaggio offerto dal metodo Wingwave è la sua semplicità d'uso. Ad esempio la variante acustica, che stimola lo stato di REM indotto facendo giungere alle orecchie particolari suoni alternati, una volta appresa dal soggetto, può essere applicata anche in assenza di un coach.

Benché i presupposti del metodo Wingwave siano noti da tempo, ciò che rende unico il metodo è, come già visto, la sua capacità di risalire alla causa ultima del problema. Ciò garantisce un alto livello di accuratezza e rapidità nel raggiungere il risultato voluto e spiega l'alta percentuale di successi, superiore al 70%, come verificato da uno studio condotto su oltre 850 soggetti. "Naturalmente, per avere successo, il metodo deve essere applicato da un coach esperto. Inoltre va tenuto conto che esistono dei limiti" afferma Masseit. "Esso si rivolge a persone dalla psicologia sostanzialmente solida. Nel caso di seri disturbi psichici è necessario passare ad altri tipi di trattamento specialistico. Tuttavia il Wingwave rappresenta la soluzione ideale in tutti i casi in cui il fine è controllare picchi di stress o rimuovere stati d'ansia e di paura di origine identificabile."

Per Giorgio M. il risultato è stato più che soddisfacente. Tenere una relazione ha cessato di essere una tortura per diventare un fatto normale e, cosa fondamentale, tale è destinato a rimanere da ora in poi. Gli unici ad esserci rimasti male sono i colleghi della "Radio Corridorio" aziendale: un argomento di meno su cui malignare.

**Il metodo wingwave** è stato sviluppato nel 2001 da Harry Siegmund e Cora Besser-Siegmund, una coppia di psicologi formati all'università di Amburgo, ed è stato già adottato da singoli professionisti e da varie organizzazioni, tra cui Volkswagen, la UBS e la nazionale tedesca di pallamano. Tra le aree di applicazione del metodo rientrano il superamento di fobie e stati di panico, nonché il miglioramento delle prestazioni personali in situazioni ad alto stress.

wingwave è stato recentemente **introdotto anche in Italia** da Dennis Masseit, coach, mediatore socio-psicologico e consulente di comunicazione interpersonale e interculturale. Formatosi direttamente presso gli ideatori del metodo, Dennis Masseit è titolare della Wingwave Italia e fornisce servizi basati sulle tecniche della moderna neurologia tra cui PNL e costellazione familiare, oltre naturalmente al Wingwave. Dennis Masseit è anche Vicepresidente per l'Italia della ECA, European Coaching Association, organizzazione nata con lo scopo di promuovere standard deontologici e di qualificazione professionale nel mercato del coaching.

## ECA European Coaching Association



### Lo sviluppo professionale del coach

ECA, l'associazione professionale di coaching promuove il costante sviluppo dei suoi coach con licenze, la loro individualità e multi-disciplinarietà. Essendo la prima e più professionale associazione di coaching offriamo la possibilità di acquisire licenze per i coach a tre livelli:

#### **Basic Level – Advanced Level - Expert Level cioè Livello Base – Livello Avanzato – Livello Esperto**

Le licenze addizionali già esistenti ECA MASTER PROFESSIONAL COACH © riflettono i differenti stadi di sviluppo del coach in modo preciso e assicurando la qualità.

#### **Qualità**

Come associazione professionale dei coach ci sentiamo obbligati a mantenere un alto standard di qualità.

#### **Multidisciplinarietà**

Nella nostra associazione ECA noi riuniamo coach dei vari campi professionali e con preparazioni multi-metodici.

#### **Etica**

Ci unisce l'impegno per l'immagine professionale della ECA, l'etica ECA e un'immagine dignitosa dell'essere umano.

Per ulteriori informazioni sulla certificazione ECA o sul training in wingwave contattate

**Dennis Masseit -**  
via I. Nievo 15a  
35018 San Martino di Lupari (PD)  
Email: [dennis@masseit.de](mailto:dennis@masseit.de)



**Bernhard Juchniewicz**  
ECA-Presidente  
Headoffice Germania



**Dennis Masseit**  
ECA-Vice-Presidente Italia  
[dennis@masseit.de](mailto:dennis@masseit.de)



**Anna-Maria Megna**  
ECA-Vice-Presidente Italia  
[annamaria.megna@pnlpolis.it](mailto:annamaria.megna@pnlpolis.it)