*Mentoring incarnato:*come trasmettere visione attraverso la presenza

"Il vero mentore non ti dice chi essere. Ma ti costringe a ricordarlo."

Amadeo Furlan

Tempo di lettura: 12 minuti

NON TRASMETTERE NOZIONI. TRASMETTI VIBRAZIONE.

Nel vecchio mondo, il mentoring era passaggio di competenze. Nel nuovo mondo, il mentoring è **trasferimento di presenza**.

Oggi, le persone non vogliono solo imparare.

- Vogliono **sentirti**.
- Vogliono sapere **come ti regoli quando sei sotto pressione**, **cosa fai con le tue paure**, **come trasformi il caos in scelta**.
- Non vogliono solo ascoltarti.
- Vogliono **osservarti vivere**.

Il vero mentore non è un maestro. È uno **specchio regolato**. Non è qualcuno che sa di più. È qualcuno che **vive da dentro** ciò che dice. E proprio per questo, **irradiando presenza**, cambia la struttura dell'altro.

LA NEUROBIOLOGIA DEL MENTORING INCARNATO

Quando siamo in relazione con una figura guida, il nostro cervello attiva i **neuroni specchio**, che non apprendono solo dal contenuto, ma **imitano lo stato interno** dell'altro.

È la coerenza neurofisiologica del mentore che risveglia il potenziale del mentee. È il suo modo di **stare**, non solo di **parlare**, che lascia traccia.

Dati chiave:

- L'apprendimento esperienziale e "somatico" ha un impatto 6 volte superiore al solo apprendimento verbale (National Training Laboratories, 2021).
- Le relazioni mentor-mentee fondate su presenza e regolazione aumentano la ritenzione e la leadership emergente nei team del 47% (Harvard Business Review, 2020).

---

5 DIFFERENZE CHIAVE TRA MENTORING TRADIZIONALE E INCARNATO

Aspetto	Mentoring tradizionale	Mentoring incarnato
Obiettivo	Trasmettere conoscenze	Attivare trasformazioni
Focus	Cosa sai	Come sei
Metodo	Parlare, spiegare	Irradiare, modellare
Risultato	Apprendimento cognitivo	Riprogrammazione identitaria
Risonanza	Superficiale	Cellulare, emotiva, profonda

IL CORPO COME VEICOLO DI MENTORING

Il tuo **tono di voce** è più potente della tua strategia. Il tuo **modo di respirare in una crisi** insegna più di mille piani. Il tuo **sguardo nei momenti difficili** è il mentoring che resta nella carne.

Il corpo è pedagogico. Ogni gesto, ogni pausa, ogni silenzio consapevole insegna a chi ti osserva.
Mentoring incarnato significa **vivere in presenza il tipo di persona che vuoi attivare nell'altro**.

---

3 PRATICHE PER UN MENTORING TRASFORMATIVO

1. Mostrati regolato, non perfetto

Nessuno si ispira a chi è impeccabile. Ci ispiriamo a chi, in mezzo al disordine, **rimane integro**.

👉 Sii trasparente nei tuoi processi di regolazione. Falli vedere. Falli vivere.

2. Sospendi il consiglio. Crea uno spazio

Un mentore incarnato non dà subito soluzioni. Fa domande che costringono l'altro a **scendere in sé**.

- "Cosa stai sentendo davvero sotto questa scelta?"
- "Quale parte di te stai mettendo a tacere?"

3. Sii presenza coerente, non performance brillante

La tua **frequenza vibrazionale** (tonalità emotiva + centratura somatica) è il campo d'apprendimento più potente.

👉 La tua presenza coerente insegna a stare. E **stare bene in sé stessi è la prima forma di leadership**.

ESERCIZIO PRATICO – *CHECK DI COERENZA SOMATICA PRIMA DI OGNI SESSIONE*

1. Siediti in silenzio 2 minuti.
2. Poni a te stesso queste 3 domande:
    - “Il mio respiro è libero o contratto?”
    - “Sto portando il mio ego… o la mia esperienza?”
    - “Posso essere qui per l’altro… senza volerlo cambiare?”

In questo stato, entra nel dialogo. Chi ti ascolta, sentirà. E risuonerà.

LE AZIENDE NON HANNO BISOGNO DI PIÙ FORMATORI.

Hanno bisogno di **presenze regolative**.

Un mentoring incarnato crea:

- Cultura di sicurezza neuro-emotiva
- Team auto-rigeneranti
- Clima aziendale resiliente e anti-fragile
- Nuove generazioni di leader centrati e integri

BIBLIOGRAFIA ATTIVA

- Goleman, D. – *Focus*
- Cozolino, L. – *The Neuroscience of Human Relationships*
- Damasio, A. – *Self Comes to Mind*
- Siegel, D. – *The Mindful Therapist*
- Boyatzis, R. – *Helping People Change*
- Furlan, A. – *Drivership 3.5 – Mentoring, reverse learning e intelligenza generativa*

FRASI GUIDA DA INCARNARE

- “Non ti darò risposte. Ti aiuterò a ricordare le tue.”
- “Io non sono qui per insegnarti. Sono qui per vederti fiorire.”
- “Il modo in cui io sto, sarà la vera lezione che ti lascio.”
- “Non trasmetto contenuti. Trasmetto centratura.”
- “Mentoring è creare spazi dove l’altro può nascere, non essere istruito.”

CONCLUSIONE – IL CORPO COME FARO SILENZIOSO

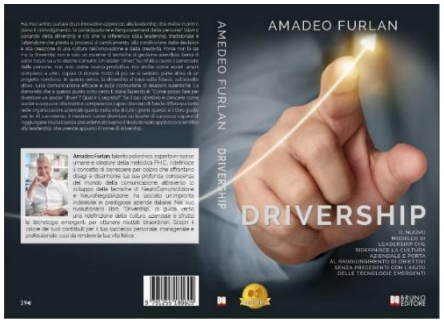
La nuova leadership non si tramanda per via gerarchica.
Si attiva per **presenza incarnata**.

Il futuro del mentoring non è nella quantità di contenuti. È nella **qualità della vibrazione**.

E se oggi vuoi davvero formare qualcuno...

Non parlare di più. **Stai meglio. Respira più a fondo. Esisti con coerenza.**

E la tua sola presenza farà nascere visione.



"Entra nel mondo della Leadership Empatica con 'DRIVERSHIP'.

Scopri come guidare il cambiamento, gestire emozioni e costruire team di successo.
Trasforma il tuo modo di condurre oggi!"

Amadeo Furlan

Per acquistare il mio libro:

https://amzn.to/3PHAHU0

PHC
PSICO HEALTH COACH

Amadeo Furlan

PhD Dottorato di ricerca in malattie psicosomatiche

Licensed Neuro Hypnotic Repattering Technician – The Society of Neuro Linguistic Programming - L14732

Blog: **www.amadeofurlan.com/**
Email: **furlan@psicohealthcoach.it**
Facebook: **https://it-it.facebook.com/PsicoHealthCoach/**

Sede studi-ambulatori:
Milano - Lecco - Vicenza – Forlì
Per appuntamenti a Forlì chiamare Stefania Maltoni: +393358393283,
Per appuntamenti a Vicenza chiamare Alessandra Alessandro: +393937963232
Per appuntamenti a Milano chiamare Susanna Baggio: +393355348787
Per appuntamenti a Lecco chiamare Vanda Fumagalli: +393384259008

Per appuntamenti per consulti aziendali:
STEFANIA MALONI
+393358393283