



Marco Malenchini

Data di nascita: 23/06/1967 | **Luogo di nascita:** Catania, Italia | **Nazionalità:** Italiana |

Sesso: Maschile | **Indirizzo:** Via Giuseppe Fava 75 scala F, 95123, Catania, Italia (Abitazione)

PRESENTAZIONE

Marco Malenchini – Mental Coach, PNL & Mindfulness

Mi occupo di **crescita personale, Mental Coaching e sviluppo delle competenze individuali e relazionali**, integrando gli strumenti della **Programmazione Neuro-Linguistica (PNL)** e della **Mindfulness**.

Il mio obiettivo è accompagnare le persone in un percorso di maggiore **consapevolezza, equilibrio e crescita**, aiutandole a riconoscere le proprie risorse, superare le difficoltà e trasformare gli ostacoli in opportunità di cambiamento.

Attraverso il **problem solving**, l'ascolto attivo e un approccio orientato agli obiettivi, lavoro sullo sviluppo della capacità di affrontare situazioni complesse con maggiore lucidità, flessibilità e consapevolezza.

Credo fortemente nel valore del **team working** e nella capacità delle persone di crescere attraverso il confronto, la collaborazione e una comunicazione efficace. Per questo mi interessa favorire la costruzione di team coesi, consapevoli e capaci di valorizzare le competenze di ogni individuo.

Nell'ambito della **leadership**, promuovo un approccio fondato sulla consapevolezza, sull'ascolto, sulla responsabilità e sulla valorizzazione delle persone. Ritengo che essere leader significhi innanzitutto conoscere se stessi, saper comunicare e creare le condizioni affinché gli altri possano esprimere al meglio il proprio potenziale.

Integro **Mental Coaching, PNL e Mindfulness** con l'obiettivo di sviluppare una maggiore consapevolezza dei propri pensieri, delle proprie emozioni e dei propri comportamenti, trasformando la consapevolezza in azione concreta.

Il mio approccio si fonda su una convinzione: **ogni persona possiede risorse che spesso non ha ancora imparato a riconoscere e utilizzare pienamente**.

Il mio ruolo è aiutare a farle emergere, svilupparle e trasformarle in strumenti concreti per affrontare il cambiamento, raggiungere i propri obiettivi e costruire una crescita personale e professionale autentica.

Le mie aree di competenza: Mental Coaching · PNL · Mindfulness · Crescita personale · Problem Solving · Team Working · Leadership · Comunicazione efficace · Ascolto attivo · Gestione del cambiamento · Orientamento agli obiettivi

ISTRUZIONE E FORMAZIONE

Catania, Italia

RAGIONIERE E PERITO COMMERCIALE Ist Tec Commerciale "Vittorio Alfieri" Catania

ho conseguito il diploma di **Ragioniere e Perito Commerciale**, un percorso di studi che mi ha fornito una solida preparazione in ambito economico, amministrativo e commerciale.

Durante il mio percorso formativo ho sviluppato competenze legate alla **contabilità, amministrazione, economia aziendale, diritto, organizzazione e gestione delle attività commerciali**, acquisendo una visione strutturata dei processi aziendali.

Questa formazione ha rappresentato una base importante per il mio percorso professionale, permettendomi di sviluppare nel tempo capacità di **analisi, precisione, organizzazione, problem solving e gestione delle responsabilità**.

- Ancora oggi considero questa preparazione un elemento fondamentale del mio bagaglio professionale e personale, che ho arricchito attraverso l'esperienza lavorativa e la formazione continua.

Campo di studio Istruzione

ESPERIENZA LAVORATIVA

OPERATORE QUALIFICATO DELLA MOBILITÀ – AMTS – 12/08/2026 – Attuale – CATANIA, ITALIA

Lavoro presso **AMTS Catania** come operatore **AVM (Automatic Vehicle Monitoring)**, occupandomi del monitoraggio e della gestione dei sistemi tecnologici dedicati al controllo e alla supervisione del servizio di trasporto pubblico.

Nel mio ruolo contribuisco al monitoraggio in tempo reale dei mezzi, alla verifica delle informazioni relative al servizio e alla gestione delle eventuali anomalie, collaborando con le strutture operative per garantire continuità, efficienza e regolarità del trasporto.

Questa esperienza mi ha permesso di sviluppare **precisione, capacità di problem solving, gestione dello stress, attenzione al dettaglio e capacità di lavorare in team**, oltre a una forte attitudine alla gestione tempestiva delle situazioni operative.

Ritengo fondamentali la responsabilità, la comunicazione efficace e la capacità di mantenere lucidità e concentrazione anche nelle situazioni più complesse, competenze che applico quotidianamente nel mio lavoro.

COMPETENZE

mostrare empatia | assistere i colleghi | monitorare le operazioni della flotta di veicoli | supervisionare le attrezzature | sviluppare soluzioni di mobilità innovative | affrontare i problemi con atteggiamento critico | Social Network | stabilire la priorità dei compiti | Padronanza del Pacchetto Office (Word Excel PowerPoint ecc) | Posta elettronica | Windows | Google | Gestione autonoma della posta e-mail | GoogleChrome | Utilizzo del browser | regolare il traffico | Buona padronanza del pc dei software ad esso correlati e del pacchetto Office | adattarsi al cambiamento | Elaborazione delle informazioni | Risoluzione dei problemi | InternetExplorer | Gmail | Gestione PDF | Microsoft Office | supervisionare gli spostamenti dei passeggeri

RISULTATI DEL TEST DELLE COMPETENZE DIGITALI

 Alfabetizzazione informatica e digitale	AVANZATO Livello 5 / 6
 Comunicazione e collaborazione	AVANZATO Livello 6 / 6
 Creazione di contenuti digitali	INTERMEDIO Livello 3 / 6
 Sicurezza	AVANZATO Livello 5 / 6
 Risoluzione dei problemi	AVANZATO Livello 6 / 6

Resultati da [self-assessment](#) basati su [quadro europeo delle competenze digitali 2.1](#)

CERTIFICAZIONI

Mindfulness Educators, 24/01/2024

Facilitatore in Mindfulness

Come Facilitatore in Mindfulness Educators, accompagno le persone in un percorso di consapevolezza, presenza e crescita personale, aiutandole a sviluppare una maggiore connessione con sé stesse, con le proprie emozioni e con il momento presente.

Attraverso pratiche di Mindfulness, ascolto consapevole e tecniche di attenzione e respirazione, creo uno spazio accogliente e non giudicante nel quale ogni persona può imparare a riconoscere i propri stati interiori, gestire meglio lo stress e affrontare le situazioni quotidiane con maggiore equilibrio e lucidità.

Il mio approccio integra consapevolezza, ascolto e orientamento alla crescita, con l'obiettivo di favorire una maggiore presenza mentale, una gestione più efficace delle emozioni e un rapporto più armonioso con sé stessi e con gli altri.

Nel mio ruolo di facilitatore considero la Mindfulness non soltanto come una pratica, ma come uno strumento concreto da portare nella vita quotidiana, nelle relazioni e nell'ambiente professionale, per sviluppare equilibrio, resilienza, consapevolezza e benessere.

Modalità di apprendimento: Online

MENTAL COACH

05/07/2023 – 05/07/2023

Mental Coach

Sono un **Mental Coach Professionista**, diplomato **CSEN dal 2023**, accompagno le persone in percorsi di crescita personale e professionale finalizzati a sviluppare consapevolezza, motivazione e fiducia nelle proprie capacità.

Attraverso il coaching lavoro sull'individuazione degli obiettivi, sulla gestione dei pensieri e delle emozioni, sul superamento dei blocchi personali e sul potenziamento delle risorse individuali. Credo che ogni persona possieda potenzialità che possono essere valorizzate attraverso consapevolezza, metodo e azione.

Il mio approccio è orientato all'ascolto, al confronto e alla concretezza: aiuto le persone a trasformare le difficoltà in opportunità di crescita, a definire obiettivi chiari e a costruire strategie efficaci per raggiungerli.

Come Mental Coach professionista, integro le mie competenze con la formazione in **PNL, Mindfulness, Problem Solving, Team Working e Leadership**, creando percorsi personalizzati capaci di favorire equilibrio, consapevolezza e sviluppo personale.

Il mio obiettivo è accompagnare ogni persona verso una maggiore espressione delle proprie potenzialità, aiutandola a passare dal **"posso farcela"** al **"sto facendo qualcosa per riuscirci"**.

Competenze

- **Neurodiversità, Autismo (ASD) e ADHD:** Studio approfondito delle dinamiche cognitive e comportamentali legate ai disturbi dello spettro autistico e al disturbo da deficit di attenzione/iperattività. Questa formazione permette di strutturare percorsi di coaching inclusivi e mirati per valorizzare il potenziale unico di ciascun individuo neuro divergente.
- **Metodologie di Problem Solving Strategico:** Analisi e applicazione di processi di ragionamento strutturati per smontare problemi complessi, identificare blocchi emotivi o operativi e sviluppare soluzioni logiche e sequenziali.
- **Psicologia del Cambiamento e Dinamiche Emotive:** Comprensione dei meccanismi mentali ed emotivi che si attivano durante le fasi di transizione personale e professionale, con focus sulla gestione dell'incertezza e dello stress da transizione.

Modelli di Corporate & Business Coaching: Studio delle dinamiche organizzative aziendali finalizzato al supporto di team, manager e organizzazioni nel raggiungimento di obiettivi di business e nel potenziamento delle performance collettive.

Competenze Professionali Acquisite

- **Pianificazione Strategica e Obiettivi SMART:** Capacità di guidare il cliente nella definizione di traguardi Specifici, Misurabili, Accessibili, Realistici e Temporizzati, traducendo le potenzialità in piani d'azione concreti e monitorabili.
- **Sviluppo della Resilienza e Gestione dello Stress:** Allenamento mentale mirato al potenziamento della chiarezza mentale e della concentrazione, aiutando atleti e professionisti a superare i momenti di forte pressione.
- **Facilitazione del Potenziamento Personale (Empowerment):** Abilità nello stimolare l'autoconsapevolezza, la motivazione intrinseca e l'autostima dell'individuo, supportando la transizione "da dove sei oggi a dove puoi arrivare".
- **Progettazione di Formazione e Seminari Motivazionali:** Competenza nell'ideare e condurre workshop di gruppo e percorsi formativi su misura per aziende e privati, mirati a stimolare la crescita collettiva e la condivisione di strategie di successo.

Attestati conseguiti

1. ALFABETIZZAZIONE INFORMATICA
 2. BUSSINES ENGLISH
 3. LINGUA INGLESE B2
 4. COMPETENZE TRASVERSALI
 5. COMUNICAZIONE E PERSUASIONE
 6. EXCEL BASE
 7. GDPR PROTEZIONE DEI DATI
 8. GRAPHIC DESIGNER
 9. ICDL FULL STANDARD
 10. PROBLEM SOLVING
 11. PROBLEM SOLVING AZIENDALE
 12. TEAMWORKING E LEADERSHIP
 13. CYBERSECURITY E RISCHI NEL MONDO DIGITALE
 14. PROGRAMMAZIONE NEURO LINGUISTICA PNL
 15. CORSO DI IKIGAI (DA COMPLETARE)
-

Autorizzo il trattamento dei miei dati personali presenti nel CV ai sensi dell'art. 13 d. lgs. 30 giugno 2003 n. 196 - "Codice in materia di protezione dei dati personali" e dell'art. 13 GDPR 679/16 - "Regolamento europeo sulla protezione dei dati personali".

Catania , 03/10/2026


MARCO MALENCHINI

Marco Malenchini