



# FEDERICA SGUOTTI

Sono una persona dinamica, sempre desiderosa di crescere costantemente e adattarmi al mutevole contesto dei nostri tempi. Con una propensione a pensare al di fuori dagli schemi, affronto ogni sfida che incontro con una prospettiva dinamica. Come leader, attribuisco grande importanza all'incoraggiamento dei membri del mio team, offrendo loro la libertà di esplorare soluzioni innovative e di contribuire con i loro talenti unici.

## **Specialista in Business & Life Coaching**

2019 - Presente

La mia missione è guidare individui e aziende desiderosi di crescere a livello personale e professionale, aiutandoli a plasmare la vita che ambiscono attraverso un percorso di consapevolezza e chiarezza sulla propria identità.

Attraverso un ascolto empatico, una guida strategica e il riconoscimento delle proprie potenzialità, saranno in grado di superare sfide personali e professionali, implementando azioni efficaci e mirate per realizzare la migliore versione di sé stessi.

Principali temi affrontati:

- Accrescimento dell'Intelligenza emotiva
- Gestione delle Relazioni e dei Conflitti
- Comunicazione Efficace e Empatica
- Gestione dello stress e tempo
- Leadership

2023- 2024 – **Sessioni di Coaching specializzate per il Settore alberghiero Hotel Relais Centrale, Firenze**

2024 – **Sessioni di Coaching aziendale presso A.I.A.C. Coverciano, Firenze**

2018 - 2024 – **Sessioni di Coaching aziendale presso azienda Firparking, Firenze**

## Direttore Generale Mobilità Internazionale

Eurotrainig APIC, 1994 - Presente

Specializzata nell'organizzazione di stage europei:

- Progettazione di programmi innovativi per giovani europei, offrendo opportunità uniche
- Sviluppo di solidi contatti con partner europei, costruendo relazioni durature
- Accoglienza e invio di giovani all' interno dei programmi europei
- Creazione di legami consolidati con aziende e istituti educativi



### ISTRUZIONE E FORMAZIONE

- 2017 - 2021: **Iscrizione all'Università** degli Studi eCampus. Laurea in **Psicologia**. Conseguimento di 14 esami.
- 1985 - 1990: **Laurea in Lingue e Letterature Straniere**. Università degli Studi di Padova.
- 2023: **Frequenza del corso on-line Business coaching. Corsi di Comunicazione efficace - Intelligenza emotiva.**
- 2022: **Corso di Mindset del realizzatore di 2° Livello (percorso di 6 mesi sulle Soft Skills del realizzatore)** conseguendo le seguenti abilità. Parlare in pubblico, Controllo emozioni, Organizzazione eventi, Leadership e coinvolgimento degli altri, pianificazione e gestione del tempo, Coraggio di agire.
- 2020 - 2022: **Certificato di Istruttrice Mindfulness (metodo di Jon Kabat-Zinn)**
- 2020: **Coaching Avanzato – NLP Italy – Alessio Roberti**
- 2019: **Attestato di PNL Practitioner – NLP Italy- Richard Bandler**



### CONTATTO

- Telefono: (+39) 335 6101573
- Email: [info@federicasguotti.it](mailto:info@federicasguotti.it)
- Web: [www.federicasguotti.it](http://www.federicasguotti.it)
- Indirizzo: Via Aretina 167/m int.44 - 50136 Firenze (FI)

