



CERTIFICAZIONE CORSO MENTAL COACHING

Bocconi Sport Team SSD a r.l. attesta che Marco Principi ha frequentato il corso di Mental Coaching Pro – Secondo Livello – Imparare a fare il Mental Coach.

Il corso si è svolto a Milano da settembre 2020 a maggio 2021 con cadenza mensile - sessioni svolte il sabato dalle 9.00 alle 18.00 - con le seguenti modalità:

> Struttura del corso

Il corso si compone di 6 appuntamenti al sabato, di 8 ore ciascuno, di 2 sessioni di Mental Coaching individuali a distanza di 45 minuti ciascuna e di 40 ore di studio individuale, per un totale di 100 ore di percorso.

> Programma

Il corso offre l'opportunità di:

- imparare a gestire programmi di Mental Coaching con altre persone, attraverso sessioni individuali di coaching in ambito life & sport
- imparare a gestire programmi di Mental Coaching in squadre sportive e professionali attraverso formazione continua, Mental Coaching di gruppo ed individuale, per consolidare e migliorare la performance di squadra.

Principali argomenti trattati durante il corso: Sub personalità; bisogni e azioni, desideri e azioni; focus, funzione alfa e funzione omega; allenare le potenzialità; paura di vincere/perdere, aspettative, perfezionismo, competizione e adattabilità, distacco da sé; filosofia del mental coach; gestione della intake session; prime sessioni di mental coaching; costruzione della road map; stabilire la fiducia con il tuo coachee; gestione delle sessioni di coaching; sviluppare il ruolo del mental coach in una società sportiva; abilità del mental coach; sviluppare il ruolo del mental coach in azienda; team building; testimonial life coach; testimonial sport coach; testimonial business coach; esempi pratici di gestione di sessioni di mental coaching; esame e discussione elaborato finale.

Milano, 31 maggio 2021

Stefano Zorzoli
Presidente

Bocconi Sport Team SSD a r.l.
Via Sarfatti, 25 – 20136 Milano Tel. 02/58365825
bocconisportteam@unibocconi.it – P.IVA/C.F. 04077170969