

**Allegato:** programma formativo come pubblicato sui siti e social

## **Percorso MASTER COACHING WAY**

### **Corso COMUNICAZIONE NON VERBALE**

#### PROGRAMMA DIDATTICO

- I movimenti consapevoli ed inconsapevoli che esprimono emozioni: comunicare con gli altri in maniera conscia e inconscia, attraverso la congruenza tra linguaggio del corpo e componente verbale.
- Il comportamento spaziale: la postura e la prossemica.
- Il comportamento motorio gestuale: i movimenti del viso, della testa, delle braccia, delle mani, delle gambe e dei piedi.
- I gesti illustratori, dislocatori e manipolatori.
- Gli accessi oculari: riconoscere alcuni processi di pensiero delle persone attraverso i movimenti oculari.
- Il linguaggio para-verbale: tono, volume, ritmo, qualità della voce.
- I segnali di gradimento, tensione, rifiuto, stress e coerenza
- Gli indicatori di menzogna: riconoscere i segnali che rimandano a “interesse”, “menzogna”, “disagio” e molti altri sentimenti.
- Le principali unità d’azione del FACS (Facial Action Coding System) per decodificare le micro-espressioni facciali e leggere le emozioni correlate.
- Esercitazioni pratiche.

Durata: 3 GG - 18 ORE

Docenti: Savino Tupputi e Matteo Rizzo

### **Corso PNL PRACTITIONER**

Primo livello di specializzazione internazionale in Programmazione Neuro-Linguistica (PNL) della Society of NLP del Dott. Richard Bandler.

#### PROGRAMMA DIDATTICO

- Presupposti della PNL: i pilastri della PNL per una mente di successo.
- Calibrazione: aprire e potenziare i sensi per cogliere i segnali del linguaggio verbale, paraverbale e non verbale delle altre persone.
- Sistemi rappresentazionali: identificare ed allinearsi allo stile comunicativo degli altri, per instaurare un rapporto di fiducia e comprensione, sia in ambito personale che professionale.
- Rapport, ricalco e guida: instaurare un ponte di comunicazione e fiducia con le persone, creare il clima migliore per persuadere, ridurre i fraintendimenti e superare le resistenze dell’interlocutore.
- Come utilizzare le tue parole, la tua voce e il tuo corpo per creare una connessione straordinariamente efficace con le altre persone e fornire loro un feedback di qualità.
- Submodalità: modificare le rappresentazioni interne, al fine di gestire l’influenza di pensieri e ricordi.
- Segnali d’accesso oculari: riconoscere i processi di pensiero delle persone, attraverso i segnali oculari non verbali.
- Metamodello: l’arte di porre domande di precisione, per recuperare informazioni essenziali e comprendere le persone.
- Ancoraggio: accedere immediatamente allo stato psico-fisico desiderato.

- Gestione delle emozioni: come sentirti al tuo meglio in ogni situazione, anche le più complesse.
- Gli obiettivi ben formati: definire ciò che vuoi in modo coerente e tradurlo in un piano d'azione specifico.
- Livelli logici: lo strumento chiave per fare chiarezza sulla tua identità, sui tuoi valori, sulle tue convinzioni, sulle tue azioni e per eliminare tutto ciò che ostacola i tuoi scopi.
- Milton Model: l'arte di usare gli schemi linguistici del grande ipnotista Milton Erickson per migliorare la tua abilità persuasiva.
- Timeline: scoprire come ci si rappresenta il tempo nella mente e come utilizzarlo per riscrivere il passato e progettare al meglio il futuro.
- Esame/Verifica: Valutazione individuale e di gruppo sulle competenze acquisite.

Durata: 7 GG - 50 ORE

Docenti: Savino Tupputi e Matteo Rizzo

### **Corso PNL MASTER PRACTITIONER**

Secondo livello di specializzazione internazionale in Programmazione Neuro-Linguistica (PNL) della Society of NLP del Dott. Richard Bandler.

#### **PROGRAMMA DIDATTICO**

- I valori e l'allineamento dei livelli: identifica cosa è importante per te (i tuoi valori) e chi sei veramente (la tua identità), per allinearli ai tuoi comportamenti quotidiani e vivere così una vita congruente e piena di soddisfazioni.
- Sponsorship: riconosci come la Sponsorship influenza il senso di identità delle persone e come ti aiuta, o ostacola, nel raggiungere i tuoi obiettivi in ogni contesto della vita.
- Modeling: Estrai e apprendi le strategie mentali delle persone che ottengono risultati eccezionali per farle tue nella vita personale e professionale.
- Tecniche avanzate di Time-Line: grazie a questa tecnica avanzata hai la possibilità di recuperare risorse dimenticate o lasciate nel passato, per utilizzarle e raggiungere il futuro che desideri.
- Future Pacing: puoi prepararti mentalmente in modo produttivo per eventi futuri e aiutare altre persone a superare le "preoccupazioni" che possono limitarle nell'esprimere il loro potenziale.
- "Sleight of Mouth" e Meta-Modello Avanzato: grazie all'uso consapevole e preciso del linguaggio puoi cambiare le convinzioni limitanti e produrre cambiamenti positivi in te stesso e gli altri.
- Milton Model Avanzato: diventa abile nell'ispirare, emozionare e generare proficui scenari futuri personali e professionali, utilizzando le metafore e lo storytelling come strumento di cambiamento.
- Meta Programmi: diventa consapevole dei filtri percettivi che influenzano i comportamenti per motivarti e motivare meglio gli altri verso il successo.
- Le strategie e i "Propulsion Systems": Comprendere e utilizzare quali sono i processi interiori che spingono le persone ad agire in un determinato modo.
- Il T.O.T.E.: il modello che ti permette di essere padrone del processo che metti in atto ogni qualvolta svolgi un'azione o manifesti un comportamento.
- Esercitazioni pratiche.

Durata: 8 GG - 50 ORE

Docenti: Savino Tupputi e Matteo Rizzo

## **Corso PUBLIC SPEAKING**

### PROGRAMMA DIDATTICO

- I quattro pilastri della comunicazione in pubblico: audience, mezzo, messaggio e presentatore, cioè te stesso.
- L'audience: entrare facilmente in sintonia con il pubblico.
- Lo stato risorsa: assumere lo stato emotivo e le convinzioni più utili per presentarsi nel modo migliore e comunicare con sicurezza ed efficacia.
- I mezzi: saper scegliere i materiali più appropriati, preparare e utilizzare slide efficaci, scoprendo come il cervello ottiene le informazioni.
- Il messaggio: strutturare la presentazione in modo da rendere il messaggio facilmente comprensibile e memorabile.
- Il metodo 4mat: individuare le diverse modalità d'apprendimento e di comprensione delle persone.
- Gestione dello stato emotivo con le tecniche di PNL per utilizzare al meglio le tue capacità.
- La linguistica di precisione: ideare, preparare e condurre con successo straordinarie presentazioni in pubblico.
- La voce, uno strumento straordinario: allenamento con molti esercizi in aula per imparare a gestire tono, volume e velocità, così da rendere ancora più efficaci le tue presentazioni.
- Il linguaggio non verbale: utilizzare la comunicazione non verbale e gli ancoraggi nello spazio per allineare i 3 canali comunicativi (parole, voce e gesti) e risultare più incisivo e persuasivo.

Durata: 4 GG - 24 ORE

Docenti: Savino Tupputi e Matteo Rizzo

## **Corso COACHING WAY**

### PROGRAMMA DIDATTICO

- Coaching: termine, storia e origini.
- Cos'è e cosa non è il Coaching.
- Le competenze distintive AICP: sapere, saper fare, saper essere, saper divenire, saper stare insieme.
- Il coaching in Italia: legge 4/2013 e norma UNI.
- Campi di applicazione: life, business e sport.
- Coaching individuale e di Team.
- Il modello GROW: il modello essenziale del coaching, dall'identificazione di ciò che vuoi al suo raggiungimento, dedicando il tuo tempo e le tue risorse verso la giusta strada.
- Il modello EXACT: creare obiettivi motivanti e sfidanti per superare qualsiasi ostacolo con il giusto impegno e tempo.
- Gli obiettivi ben formati: definire gli obiettivi in modo preciso, efficace e coerente con il funzionamento della tua mente.
- Le cinque domande: come stimolare la trasformazione degli obiettivi in piani di azione concreti.
- Le tre ruote della vita: un modello di Coaching tra i più potenti per acquisire maggiore consapevolezza sistemica e per fare un assessment.
- Le basi essenziali del Team Coaching: gli elementi fondamentali per svolgere un efficace lavoro di Team Coaching.
- I mentori interiori: come accedere a nuove risorse interiori per affrontare situazioni critiche e trovare nuove soluzioni grazie ai tuoi "mentori/guide".

- Il viaggio dell'eroe: come costruire il tuo percorso verso un futuro brillante, superando, attraverso un emozionante e affascinante viaggio personale, le incertezze o paure del cambiamento nel "viaggio" verso il raggiungimento dei tuoi obiettivi.
- Esercitazioni pratiche.

Durata: 3 GG - 24 ORE

Docenti: Savino Tupputi e Matteo Rizzo

### **Corso LIFE COACHING WAY**

#### PROGRAMMA DIDATTICO

- Il Modello OSAAR: Il modello avanzato di Coaching per misurare, qualitativamente e quantitativamente, la distanza tra la situazione attuale e l'obiettivo, comprendere meglio cosa si è già fatto e cosa bisogna ancora fare e imparare per raggiungerlo.
- La matrice delle conseguenze: assumere decisioni consapevoli valutando le diverse opzioni disponibili.
- Le domande del Coaching: il fondamento del Coaching Conversazionale. Le tecniche linguistiche più avanzate per lavorare sull'identificazione e rimozione degli ostacoli mentali, le convinzioni limitanti, per aiutare una persona a mettere in campo le azioni per raggiungere gli obiettivi.
- Il Codice Etico e il Codice Etico Globale del Coaching AICP: l'etica per la professione del Coach è fondamentale per creare il clima di fiducia necessaria a lavorare con il cliente.
- Il Diario e la Check-List del Coach: avere sempre un quadro chiaro del processo di Coaching è fondamentale per il suo successo.
- Gli errori più diffusi nel Coaching: evitare sin da subito i principali errori tipici di chi inizia una nuova professione.
- L'Intake Session: presentare al cliente la propria professione di Coach e far percepire il valore aggiunto di un percorso di Coaching.
- Casi di Coaching: analisi di case history.
- SESSIONI DI COACHING REALI DAL VIVO: lavorerai con persone e professionisti su casi reali di Coaching Individuale, passando dalla teoria alla pratica.
- Esercitazioni pratiche.

Durata: 3 GG - 24 ORE

Docenti: Savino Tupputi e Matteo Rizzo

### **Corso BUSINESS COACHING WAY**

#### PROGRAMMA DIDATTICO

- CHIAREZZA, FOCUS, ESECUZIONE: promuovere i 3 risultati fondamentali del Business Coaching.
- LE 4 DISCIPLINE DELL'ESECUZIONE: conseguire gli obiettivi strategici fondamentali nel mezzo del turbine delle attività quotidiane.
- Il MODELLO SCORE: essere in grado di aiutare i tuoi clienti a mappare e gestire situazioni problematiche.
- I.C.I.I. Model: mappare il network e adeguare efficacemente i diversi livelli di comunicazione.
- LA MATRICE A.O.M.M.: come pianificare le comunicazioni aziendali.
- CODICE ETICO E CODICE ETICO GLOBALE DEL COACHING AICP: l'etica per la professione del Coach è fondamentale per creare il clima di fiducia necessaria a lavorare con il cliente.

- **PROGETTI DI COACHING:** ti eserciterai nella preparazione e presentazione di progetti di Coaching rivolti ad imprenditori e responsabili del personale e della formazione.
- **CASI DI COACHING:** analisi di case history aziendali.
- **SESSIONI DI COACHING REALI DAL VIVO:** lavorerai con imprenditori su casi reali di Coaching aziendale e manageriale, passando dalla teoria alla pratica.
- Esercitazioni pratiche.

Durata: 3 GG - 24 ORE

Docenti: Savino Tupputi e Matteo Rizzo

### **Corso COACHING TRAINING WAY**

#### **PROGRAMMA DIDATTICO**

- Perfezionare le tecniche e abilità di Coaching.
- Strutturare e gestire la prima sessione di Coaching, detta anche “intake”.
- Erogare le successive sessioni di un progetto di Coaching.
- Progettare un percorso di Coaching.
- Lavorerai su CASI REALI di Coaching, passando dalla teoria alla pratica.
- Riceverai un feedback preciso e immediato sul tuo intervento di Coaching da parte dei Trainer e dei Coach.
- Ricoprirai sia il ruolo di Coach sia quello di osservatore/ascoltatore del lavoro dei tuoi colleghi, facendo pratica da due punti di vista diversi.

Durata: 4 GG - 32 ORE

Docenti: Savino Tupputi e Matteo Rizzo

### **Corso SPORT COACHING WAY**

#### **SPORT PERFORMANCE WAY (3GG.) + SPORT COACHING TRAINING WAY (4GG.)**

#### **SPORT PERFORMANCE WAY (3GG.)**

#### **PROGRAMMA DIDATTICO**

- Lo Sports Performance Coach: chi è e cosa fa.
- Il Codice Etico e il Codice Etico Globale del Coaching AICP: l'etica per la professione del Coach è fondamentale per creare il clima di fiducia necessaria a lavorare con il cliente.
- La performance sportiva: il triangolo della performance e la formula della performance.
- La PNL nello Sport per la peak performance.
- Le tecniche dell'ancoraggio per accedere alle risorse inconsce ed essere al meglio.
- L'estrazione delle strategie: modellare le strategie dei campioni, di qualsiasi sport, applicarle e insegnarle ai tuoi atleti per migliorare.
- La timeline per costruire obiettivi e prestazioni sportive.
- Le tecniche di rilassamento per essere pronti alla massima prestazione.
- Il Mental Training e le 8 abilità mentali fondamentali per aumentare la performance sportiva.
- Esercitazioni pratiche.

Durata: 3 GG - 24 ORE

Docenti: Savino Tupputi e Matteo Rizzo

### **Corso SPORT COACHING TRAINING WAY (4GG.)**

#### PROGRAMMA DIDATTICO

- Goal setting: i tre livelli di obiettivi (risultato, prestazione e processo) per raggiungere i risultati desiderati e realizzare i sogni sportivi.
- Immaginazione: le tecniche di visualizzazione avanzata e linguaggio ipnotico per accelerare il processo di apprendimento delle abilità e miglioramento delle prestazioni generali.
- Self talk: la consapevolezza e la gestione dei pensieri per generare autostima.
- Focus: le tecniche di concentrazione per concentrarsi con efficacia e facilità.
- Gestione emozioni: gli elementi dell'intelligenza emotiva e le sub-modalità della PNL per modificare le rappresentazioni interne, al fine di gestire gli stati emotivi, lo stress e la pressione psicologica.
- Attivazione: la formula del Flow negli sport per raggiungere e mantenere la peak performance.
- Motivazione: i Meta Programmi conversazionali per conoscere i processi interni motivazionali e decisionali e come questi influiscono sulle prestazioni.
- Fiducia: riconoscere le convinzioni che limitano il potenziale dell'atleta per poi lavorarci e trasformare in convinzioni più utili e potenzianti, così da creare una mentalità vincente.
- Elementi di Team Coaching per creare squadre altamente performanti che fanno convergere tutte le energie sull'obiettivo comune.
- La programmazione di Mental Training: come costruire un percorso di Sport Coaching per affiancare atleti e squadre sportive.
- Esercitazioni pratiche: PROGETTI DI COACHING: ti eserciterai nella preparazione e presentazione di progetti di Coaching rivolti ad atleti e squadre sportive.
- CASI DI COACHING: analisi di case history sportive.
- SESSIONI DI COACHING REALI DAL VIVO: lavorerai su casi reali di Coaching per passare dalla teoria alla pratica, con atleti professionisti e potrai conoscere e modellare le strategie vincenti che hanno permesso loro di ottenere i propri successi.
- Esercitazioni pratiche.

Durata: 4 GG - 32 ORE

Docenti: Savino Tupputi e Matteo Rizzo