

Corso di Alta formazione in Health Coaching e Programmazione Neuro Linguistica

42 CFU per Diplomati

LEGGENDA SIMBOLI		
		
SUGGERIMENTI pianificazione studi	VIDEO LEZIONI presenti sul portale	E-TIVITIES Approfondimenti: esercizi, webinar Facoltative

*Per ogni modulo formativo, sono associate delle E-TIVITIES, le stesse possono svolgersi attraverso webinar, esercitazioni e approfondimenti.

Di seguito, suggeriamo un piano di studio temporale per agevolare la vostra programmazione.

PIANO DI STUDI: CRONOPROGRAMMA MENSILE

OTTOBRE

ATTIVITÀ DIDATTICA 1

Fondamenti dell'Health Coaching, attraverso le 5 A

PROFESSORI: Prof. Antonio Pipio Prof.ssa Romina Corbara

APERTURA PORTALE: 6/10

ORE VIDEOLEZIONI: 3



ARGOMENTI DIDATTICA ON LINE: VIDEO LEZIONI

- Perché health coaching: Un nuovo concetto di salute
- L'health Coaching applicato al mondo di oggi
- Mente e corpo fanno parte dello stesso sistema
- Storia PNL
- Le 11 Presupposizioni di base per avere una nuova visione
- Modeling: come apprendere dall'eccellenza



E-TIVITIES

2 Auto-Esercitazioni

- Interpreta una nuova realtà attraverso le 11 presupposizioni di base
- Esegui Modeling per raggiungere l'eccellenza



CONSIGLI PROGRAMMAZIONE STUDIO

Si consiglia di studiare/praticare dal 10/10 al 20/11/2022

NOVEMBRE

ATTIVITÀ DIDATTICA 2

Biologia e Neuroscienze

PROFESSORI: Prof. Costantini Marcello, Dott.ssa Federica Di Cintio

APERTURA PORTALE: 6/10

ORE VIDEOLEZIONI: 6



ARGOMENTI DIDATTICA ON LINE: VIDEO LEZIONI

BIOLOGIA

- Basi di biologia
- Epigenetica nei suoi meccanismi fondamentali
- Ruolo dell'epigenetica nei processi patogenetici
- Interconnessione pensieri/ormoni/cellule e come genera malattie
- La predisposizione Epigenetica alle malattie

NEUROSCIENZE

- Le basi di neuroscienza
- Come è costituito il cervello e quali parti sono coinvolte nelle regolazioni dei meccanismi di reattività
- Asse intestino/cervello e il suo ruolo nel benessere psicofisico emozionale
- Quanto il pensiero interagisce nella biochimica. La plasticità del cervello



E-TIVITIES

8/11/2022 - WEBINAR 1h 30 min (21.00/22.30)



CONSIGLI PROGRAMMAZIONE STUDIO:

Si consiglia di studiare/praticare dal 10/10 al 07/11/2022

ATTIVITÀ DIDATTICA 3

Life Style, nutrizione e alimentazione

PROFESSORI: Dott. Marco Proietti, Dott.ssa Anna Laureti

APERTURA PORTALE: 6/10

ORE VIDEOLEZIONI: 6



ARGOMENTI DIDATTICA ON LINE: VIDEO LEZIONI

- Composizione corporea, indice di massa corporea, peso ideale, peso desiderabile e peso ragionevole.
- Microbiota e fibra alimentare. I macro e micro nutrienti. Differenza tra concetto di alimentazione e nutrizione.
- Tipologie alimentari: mediterranea, vegetariana, eubiotica, macrobiotica, chetogenica, zone blu. Alimentazione della terza età.
- La lettura delle etichette alimentari ed il loro ruolo di formazione- informazione del consumatore.



E-TIVITIES

30/11/2022 - WEBINAR 1h 30 min (21.00/22.30)



CONSIGLI PROGRAMMAZIONE STUDIO

Si consiglia di studiare/praticare dal 10/10 al 30/11/2022

DICEMBRE

ATTIVITÀ DIDATTICA 4

Le basi della PNL e la catena della comunicazione

PROFESSORI: Prof. Antonio Pipio, Prof.ssa Romina Corbara

APERTURA PORTALE: 6/10

ORE VIDEOLEZIONI: 3



ARGOMENTI DIDATTICA ON LINE: VIDEO LEZIONI

- Metamodello: le domande di precisione per estrarre la struttura profonda della mente
- L'health Coaching per prevenire gli errori (NTS)
- I 6 livelli per applicare Health coaching e risolvere problemi complessi (livelli logici di pensiero)



E-TIVITIES

2 Auto-Esercitazioni:
Allenati con le domande di precisione
Risolvi il problema con i livelli logici



CONSIGLI PROGRAMMAZIONE STUDIO

Si consiglia di studiare/praticare dal 01/12 al 31/12/2022

GENNAIO

ATTIVITÀ DIDATTICA 5

La comunicazione con il sé interiore e PNL 1_Pratica

PROFESSORI: Prof. Antonio Pipio, Prof.ssa Romina Corbara

APERTURA PORTALE: 6/10

ORE VIDEOLEZIONI: 6



ARGOMENTI DIDATTICA ON LINE: VIDEO LEZIONI

- Le Emozioni determinano la qualità della vita
- Milton Model e comunicazione persuasiva
- Metaprogrammi: le chiavi di accesso per accedere alla struttura profonda della mente
-



E-TIVITIES

1 Auto-Esercitazione + 1 Webinar:
Auto-Esercitazione: Allenati con le formulazioni di frasi (Metaprogrammi)
18/01/2023 - WEBINAR (Emozioni) 1h 30 min (21.00/22.30)



CONSIGLI PROGRAMMAZIONE STUDIO

Si consiglia di studiare/praticare dal 01/01/2023 al 25/01/2023

FEBBRAIO

ATTIVITÀ DIDATTICA 6

Life coaching e PNL 2

PROFESSORI: Prof.ssa Romina Corbara

APERTURA PORTALE: 5/12

ORE VIDEOLEZIONI: 3



ARGOMENTI DIDATTICA ON LINE: VIDEO LEZIONI

- Credenze e convinzioni limitanti
- Le credenze che portano al successo
- Sligth of Mouth e i modelli di applicazione



E-TIVITIES

1 Auto-Esercitazione:
Intercetta una credenza limitante e "smontala" attraverso gli Sligth of Mouth



CONSIGLI PROGRAMMAZIONE STUDIO

Si consiglia di studiare/praticare dal 25/01/2022 al 16/02/2023

MARZO

ATTIVITÀ DIDATTICA 7

Valutazione dei profili psicologici e le risorse umane

PROFESSORI: Prof.ssa Romina Corbara

APERTURA PORTALE: 5/12

ORE VIDEOLEZIONI: 2



ARGOMENTI DIDATTICA ON LINE: VIDEO LEZIONI

- DISC profile, come individuare i 4 profili psicologici e comportamentali
- Dominante, influente, stabile e cauto



E-TIVITIES

1 Auto-Esercitazione:
Scopri i profili DISC dei tuoi interlocutori (tabella riassuntiva)

CONSIGLI PROGRAMMAZIONE STUDIO

Si consiglia di studiare/praticare dal 20/02 al 16/03/2022

ATTIVITÀ DIDATTICA 8

Leadership. Comunicazione efficace nel Public speaking

PROFESSORI: Prof. Antonio Pipio

APERTURA PORTALE: 5/12

ORE VIDEOLEZIONI: 2



ARGOMENTI DIDATTICA ON LINE: VIDEO LEZIONI

- Leadership
- Public speaking



E-TIVITIES

2 Auto-Esercitazioni:
Scopri il tuo livello di Leadership
Allenati con il Public speaking



CONSIGLI PROGRAMMAZIONE STUDIO

Si consiglia di studiare/praticare dal 20/02 al 16/03/2022

APRILE

ATTIVITÀ DIDATTICA 9

Psicologia sociale e delle organizzazioni

PROFESSORI: Prof. Davide Pietroni

APERTURA PORTALE: 5/12

ORE VIDEOLEZIONI: 5



ARGOMENTI DIDATTICA ON LINE: VIDEO LEZIONI

- La comprensione degli aspetti psicologici dei comportamenti lavorativi (individuali di gruppo e dell'organizzazione).
- Le diverse modalità organizzative dei servizi socio-sanitari-educativi in rapporto ai processi di cambiamento in corso.
- I modelli di funzionamento dei sistemi produttivi e delle logiche del mondo del lavoro
- I cambiamenti sociali, economici ed evolutivi nell'ambito della medicina e della psicologia, facendo nascere la psicologia della salute.
- L'evoluzione della psicologia della salute, dalla psicologia sociale di tradizione socio-cognitivista alle attuali prospettive socio-culturali.
- I comportamenti oggetto di studio della disciplina: I comportamenti di salute, di malattia, a rischio.
- Le potenzialità delle prospettive di prevenzione e promozione della salute nei contesti sociali, organizzativi e di comunità.



E-TIVITIES

20/04/2023 – WEBINAR 1h 30 min (21.00/22.30)



CONSIGLI PROGRAMMAZIONE STUDIO

Si consiglia di studiare/praticare dal 16/03 al 23/04/2023

L'elaborato potrà essere discusso nei seguenti periodi:

Giugno 2022

Novembre 2022

Febbraio 2023

*Non prima di 4 mesi dalla data dell'iscrizione e
non oltre i 12 mesi dalla data dell'iscrizione.*