

FAD ASINCRONO DAL 01/01/2026 AL 31/12/2026

Programma del Corso: Diventare Coach – Programma 1

1.Introduzione al corso.

- Introduzione al corso.

2.Introduzione al coaching.

- Introduzione al modello e alle tecniche di coaching usate in questo corso.
- Cos'è il coaching?

3.Il metodo GROW nel coaching (Goal, Reality, Options, Will).

- Il metodo GROW nel coaching (Goal, Reality, Options, Will).

4.La definizione degli obiettivi (G = Goal).

- Introduzione alla fase del Goal.
- Le tipologie di obiettivi (Goal) del coaching.

5.La fase Goal - 1 parte - Tecniche di ascolto attivo e SMART (con dimostrazione).

- Tecnica dell'ascolto attivo, delle domande e del riassunto.
- Il metodo SMART modificato per il coaching.
- DIMOSTRAZIONE PRATICA COMMENTATA.

6.La fase Goal - 2 parte - Tecnica dell'inversione di ruolo (con dimostrazione).

- Tecnica dell'inversione di ruolo dei metodi d'azione.
- DIMOSTRAZIONE PRATICA COMMENTATA.

7.La fase Reality e la tecnica della SWOT analisi (con dimostrazione).

- La fase Reality e la tecnica della SWOT analisi.
- DIMOSTRAZIONE PRATICA COMMENTATA.

8.La fase Options e Will e la tecnica del Project Management (con dimostrazione).

- La fase Options e Will e la tecnica del Project Management.
- Slide per insegnare alla coachee la tecnica base del Project Management.
- DIMOSTRAZIONE PRATICA COMMENTATA.

9.Coaching e management: quando l'obiettivo non è liberamente scelto. Un approccio evidence-based.

- La gestione degli obiettivi non liberamente scelti. A cosa servono gli obiettivi?
- Gestione della motivazione verso un obiettivo dell'organizzazione.
- L'Expectancy Theory applicata coaching (con dimostrazione).
- Coaching e management: gestione delle performance e cautele verso l'obiettivo.
- La Goal Setting Theory e le performance di un obiettivo.
- DIMOSTRAZIONE PRATICA COMMENTATA
- Gestione dei possibili effetti negativi della definizione di un obiettivo.
- La Goal Setting Theory per migliorare le performance (e le cautele da tenere) applicata al coaching . (Learning quiz)

10.Approfondimento critico. Il coaching nelle organizzazioni. Il contributo del coaching al Learning and Development (L&D).

- Il contributo del coaching nel Learning e Development.
- Una prospettiva critica sull'efficacia del coaching nelle organizzazioni.
- Approfondimento critico.

11.Approfondimenti.

- Gli effetti negativi del coaching.
- L'uso dell'intelligenza artificiale generativa nel coaching.
- Coaching robot.

12.Il contratto di coaching.

- Il contratto di coaching.
- Esempio di contratto di coaching. [DOWNLOAD](#).

13.Introduzione al Team Coaching

- Fondamenti di Team Coaching
- I professionisti del Team Coaching

Razionale

Acquisizione competenze tecnico-professionali

CAPACITÀ DI FARE COACHING ONLINE SECONDO IL MODELLO HURACT INTEGRATO IN MODI CRITICO E EVIDENCE-BASED LE TECNICHE DELLA PSICOLOGIA COGNITIVO-COMPORTAMENTALE, I CONTRIBUTI DELLA PSICOLOGIA POSITIVA E DELLA PSICOLOGIA DEL LAVORO (OCCUPATIONAL PSYCHOLOGY) E LE METODOLOGIE DERIVANTI DELLE SCIENZE AZIENDALI.

Acquisizione competenze di processo

ACQUISIZIONE DEL PROCESSO, DELLE FASI E DEGLI ESERCIZI PER INDIRIZZARE UN EFFICACE PROCESSO DI COACHING SECONDO IL MODELLO HURACT, DALLA FASE DI VALUTAZIONE A QUELLA DI PIANIFICAZIONE, INTERVENTO E VALUTAZIONE; CAPACITÀ DI FARE UNA ANALISI CRITICA DELLA FASE DEL PROCESSO E DI ADOTTARE INTERVENTI MIRATI GIUSTIFICATI DA UN APPROCCIO EVIDENCE-BASED (SCIENTIFICO).

Acquisizione competenze di sistema

TEORIE COGNITIVE COMPORTAMENTALI DI TERZA GENERAZIONE, ASSUNTI E MODELLO DEL COACHING HURACT, APPLICAZIONI DEL MODELLO IN AMBITO ORGANIZZATIVO, SPORTIVO, ACCADEMICO, PERSONALE NON-CLINICO.

Info evento

Provider Ideas Group srl Id 352

Obiettivo formativo Contenuti tecnico-professionali (conoscenze e competenze) specifici di ciascuna professione, di ciascuna specializzazione e di ciascuna attività ultraspecialistica, ivi incluse le malattie rare e la medicina di genere

Destinatari Psicologi

Numero crediti 40,5

Con tutoraggio

50 partecipanti

Asincrono attivo su piattaforma [HTTP://HURACT.ONLINE.IT](http://HURACT.ONLINE.IT) dal 01/01/2026 al 31/12/2026

Responsabile scientifico e docente unico: Dott. Roberto Bonanomi

Il partecipante può contattare il tutor con diverse modalità.

Dalla sua dashboard, il partecipante può accedere al forum/community facendo click su “la mia comunità”

The screenshot shows the 'Your Student Dashboard, Test ECM HURACT H'. It features a navigation bar with 'CORSI IN ITALIANO', 'COURSES IN ENGLISH', 'MY DASHBOARD', and 'TEST ECM HURACT H'. Below the dashboard title, there are sections for 'My courses' and 'My communities'. The 'My courses' section displays a course card for 'Mental Fitness PLAN con ECM. Dalla gestione dello stress al fitness psicologico.' with a progress indicator at 0% and buttons for 'See Overview' and 'Start Course'. The 'My communities' section shows the 'HURACT Community' with 49 posts and buttons for 'See Overview' and 'Open Community'. At the bottom, there is a footer with 'HOME', 'PRIVACY', 'TERMS OF USE', and '© Copyright HURACT 2024'.

La stessa operazione può essere fatta direttamente **durante la fruizione del corso** (tasto “vai alla community”).

The screenshot shows the course content page for 'Mental Fitness PLAN-ECM'. On the left, there is a sidebar with a list of chapters: 'Capitolo 1. Prima di cominciare...', 'Capitolo 2. Il Mental Fitness, spiegato in modo semplice (versione SMART) per chi vuole passare subito alla pratica!', 'Il Mental Fitness spiegato in modo SMART', 'Il modello del Mental Fitness HURACT', 'Il meccanismo del rinforzo positivo e negativo.', and 'Il P.L.A.N. - Benessere e consapevolezza, le dimensioni del Mental Fitness (versione SMART)'. The main content area is titled 'Il modello del Mental Fitness HURACT' and contains a diagram of the 'Mental Fitness Model HURACT'. The diagram is a diamond shape with 'Avoidance' at the top, 'Learning' at the bottom, 'Integration' on the left, and 'Goal' on the right. Inside the diamond are 'Strengths & Values', 'Awareness', 'Flow', and 'Mindset'. The left side is labeled 'Insicurezza / Malessere' and the right side 'Sicurezza / Benessere'. Below the diagram, there is a 'Download' button for 'Mental Fitness Model IT.pdf' (100 KB). A list of 'Costrutti del modello' is provided on the right, including 'Motivazione umana fondamentale', 'Salute Mentale', 'Opposto della Salute Mentale', 'Mental Fitness', 'Skills', and 'Esercizi'.

Una volta all'interno del forum/community il partecipante può postare un messaggio.

My Dashboard HURACT Community Test ECM HURACT HU... TH

Search

Home

Segui

Events

SPAZI

Coach Sep 24

Coach Mar 24

Cohort Set 2023

Cohort Set 2022

Cohort Feb 2022

Coach HURACT

Mental Fitness PLAN

Mental Fitness PLAN-ECM

Mental Fitness PLAN-ECM

ORDINA I POST PER PIÙ RECENTI

TH Test ECM HURACT HURACT
POCHI SECONDI FA

Domanda su Awareness e Integration

In che modo l'awareness è diversa dall'integration nel Mental Fitness PLAN?

0 0 COMMENTI

TH Digita @ per menzionare un altro membro nel tuo commento

Dettagli

Community/Forum dedicata alle interazioni e Q&A con in tutor relative al Mental Fitness PLAN-ECM.

Corso on-demand

Mental Fitness PLAN con ECM. ...

Prenditi cura della tuo benessere mentale e libera tutto il tuo potenziale. Il nostro Mental Fitness PLAN può aiutarti.

RIPRENDI CORSO

Il tutor/moderatore verrà notificato automaticamente in tempo reale e risponderà in un tempo consono all'argomento, comunque < di 48 ore.

In alternativa, sono anche disponibili le email info@huract.ch e la mail del tutor che però di solito vengono utilizzate per problemi di natura tecnica o personali.



INFORMAZIONI PERSONALI

Nome

BONANOMI ROBERTO

Indirizzo

VIA ALDO MORO 25, 20060, TRUCCAZZANO (MI)

Telefono

+ 39 3490099917

Fax

E-mail

robonanomi@gmail.com

Nazionalità

Italiana

Data di nascita

15/07/1966

ESPERIENZA LAVORATIVA

- *Date (da – a)*
- *Nome e indirizzo del datore di lavoro*
- *Tipo di azienda o settore*
- *Tipo di impiego*
- *Principali mansioni e responsabilità*

2010-pggi
Studio di Psicologia - Via Milano 24/D, Cassano d'Adda (MI)

Studio privato
Coach, psicologo, psicoterapeuta
Senior Trainer e Coach

- *Date (da – a)*
- *Nome e indirizzo del datore di lavoro*
- *Tipo di azienda o settore*
- *Tipo di impiego*
- *Principali mansioni e responsabilità*

2014 - oggi
HURAC, P.zza Dante, 8, Lugano, Svizzera

Business School
Libero professionista / Freelance
Senior Trainer e Coach

- *Date (da – a)*
- *Nome e indirizzo del datore di lavoro*
- *Tipo di azienda o settore*
- *Tipo di impiego*
- *Principali mansioni e responsabilità*

2011 - oggi
Scuola di Palo alto SRL, Ripa di Porta Ticinese, 63/a, 20143 Milano, Italia

Business School
Collaborazione in modo continuativo come Libero professionista / Freelance (vedi allegato con elenco corsi svolto)
Senior Trainer e Coach sui seguenti argomenti (vedi allegato con elenco corsi svolto):

- *Soft skills, tenendo corsi come*
 - *Laerdership*
 - *Flessibilità psicologica*
 - *Gestione del cambiamento*
 - *etc.*
- *Business analytics & big data, tenendo corsi come*
 - *Numeri e grafici*
 - *Smart data visualization*
 - *Smart dashboard visualization*
 - *etc.*

- *Date (da – a)*

2007-2010

- Nome e indirizzo del datore di lavoro Value Partner - Value Team
- Tipo di azienda o settore Consulenza e ICT
- Tipo di impiego CCNL Dirigenti
- Principali mansioni e responsabilità Organizational Consultant Manager

- Date (da – a) 2007-2008
- Nome e indirizzo del datore di lavoro Mondadori Electa
- Tipo di azienda o settore Editoria
- Tipo di impiego CCNL Dirigenti
- Principali mansioni e responsabilità Temporary Marketing Manager

- Date (da – a) 1990-2006
- Nome e indirizzo del datore di lavoro Enoteam S.p.A., Via Valtorta, 48, 20127 Milano MI
- Tipo di azienda o settore Informatica, consulenza e software
- Tipo di impiego CCNL Dirigenti
- Principali mansioni e responsabilità Research and Development (R&D) Manager

- Nome e indirizzo del datore di lavoro Enoteam S.p.A., Via Valtorta, 48, 20127 Milano MI
- Tipo di azienda o settore Informatica, consulenza e software
- Tipo di impiego CCNL Industria
- Principali mansioni e responsabilità Business Intelligence, CRM (Customer Relationship Management), Help Desk & Call Center

ISTRUZIONE E FORMAZIONE

- Date (da – a) 2016-2018
- Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione Birkbeck, University of London
- Principali materie / abilità professionali oggetto dello studio
- Qualifica conseguita MSc Occupational Psychology and Organizational Behaviour
- Livello nella classificazione nazionale (se pertinente) Merit

- Date (da – a) 2010-2015
- Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione Società Italiana di Terapia Cognitivo – Comportamentale
- Principali materie / abilità professionali oggetto dello studio
- Qualifica conseguita Psicoterapeuta Cognitivo – Comportamentale
- Livello nella classificazione nazionale (se pertinente)

- Date (da – a) 2007-2010
- Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione Università di Trieste - Facoltà di Psicologia
- Principali materie / abilità professionali oggetto dello studio
- Qualifica conseguita MSc Psicologia
- Livello nella classificazione nazionale (se pertinente) 108/110

- Date (da – a) 2004-2007

- Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione *Università di Trieste - Facoltà di Psicologia*
- Principali materie / abilità professionali oggetto dello studio
- Qualifica conseguita *BSc Psicologia*
- Livello nella classificazione nazionale (se pertinente) *110/110*

- Date (da – a) *2000-2001*
- Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione *MIP – School of Management Politecnico di Milano*
- Principali materie / abilità professionali oggetto dello studio
- Qualifica conseguita *MEB - Management of eBusiness*
- Livello nella classificazione nazionale (se pertinente)

- Date (da – a) *1991-1996*
- Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione *Università di Milan, - Facoltà di scienze matematiche, fisiche e naturali*
- Principali materie / abilità professionali oggetto dello studio
- Qualifica conseguita *MSc Computer Science*
- Livello nella classificazione nazionale (se pertinente) *110/110 con Lode*

CAPACITÀ E COMPETENZE
PERSONALI

*Acquisite nel corso della vita e della
carriera ma non necessariamente
riconosciute da certificati e diplomi
ufficiali.*

MADRELINGUA

ITALIANO

ALTRE LINGUA

- Capacità di lettura
- Capacità di scrittura
 - Capacità di espressione orale

INGLESE

ECCELLENTE (C1)

ECCELLENTE (C1)

ECCELLENTE (C1)

PATENTE O PATENTI

B

