

# **Corso di Alta formazione in Health Coaching e Programmazione Neuro Linguistica**

## **On line**

**42 CFU per Diplomati**

### ***Inquadramento generale***

<b>Totale ore Master/ CFU</b>	<b>1.050,00/42 CFU</b>
<b>N. ore video in piattaforma</b>	<b>36 ore suddivisi in 9 moduli didattici</b>
<b>Date webinar di approfondimento</b>	<p><b>N. 1_ 30/11/2023: Didattica 1-3</b>          Ore 21.00/21.30: didattica 2 (modeling)_ Ore 21.30/22.00: didattica 3 (alimentazione-life style)</p> <p><b>N.2_19/12/2024: Didattica 5</b>          Ore 21.00/21.30: didattica 5 (emozioni)_Ore 21.30/22.00: didattica 5 (metaprogrammi)</p> <p><b>N.3_30/01/2024: Didattica 8-9</b>          Ore 21.00/21.30: didattica 8 (disc)_Ore 21.30/22.00: didattica 9 (leadership)</p>
<b>Suggerimento programmazione studio didattica on line</b>	<p>Di seguito, suggeriamo un piano di studio temporale per agevolare la vostra programmazione.</p> <p><b>Entro il 30 ottobre:</b> didattica 1-2 (9 ore)</p> <p><b>Entro il 30 novembre:</b> didattica 3-4-5 (14 ore)</p> <p><b>Entro il 30 dicembre:</b> didattica 7-8 (12 ore)</p> <p><b>Entro il 30 gennaio:</b> didattica 9-10-11 (10 ore)</p>
<b>Il portale sarà così aperto agli studenti</b>	<p>dal 2 ottobre: aperta attività didattica da 1 a 5</p> <p>dal 2 novembre: aperta attività didattica da 6 a 11</p>
<b>Apertura e chiusura del bando</b>	3 luglio 2023 con chiusura il 30 ottobre 2023

## PIANO DI STUDI ON LINE CRONOPROGRAMMA MENSILE

<b>ATTIVITÀ DIDATTICA 1</b>
Fondamenti dell'Health Coaching, attraverso le 5 A
<b>PROFESSORI:</b> Prof. Antonio Pipio Prof.ssa Romina Corbara
<b>ORE VIDEOLEZIONI:</b> 3

	<b>ARGOMENTI DIDATTICA ON LINE: VIDEO LEZIONI</b>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Perché health coaching: Un nuovo concetto di salute</li> <li>• L'health Coaching applicato al mondo di oggi</li> <li>• Mente e corpo fanno parte dello stesso sistema</li> <li>• Storia PNL</li> <li>• Le 11 Presupposizioni di base per avere una nuova visione</li> <li>• Modeling: come apprendere dall'eccellenza</li> </ul>
	<b>E-TIVITIES</b>
	<p>2 Auto-Esercitazioni</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Interpreta una nuova realtà attraverso le 11 presupposizioni di base</li> <li>• Esegui Modeling per raggiungere l'eccellenza</li> </ul>

<b>ATTIVITÀ DIDATTICA 2</b>
Biologia e Neuroscienze
<b>PROFESSORI:</b> Prof. Costantini Marcello, Dott.ssa Federica Di Cintio
<b>ORE VIDEOLEZIONI:</b> 6

	<b>ARGOMENTI DIDATTICA ON LINE: VIDEO LEZIONI</b>
	<p><u><b>BIOLOGIA</b></u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Basi di biologia</li> <li>• Epigenetica nei suoi meccanismi fondamentali</li> <li>• Ruolo dell'epigenetica nei processi patogenetici</li> <li>• Interconnessione pensieri/ormoni/cellule e come genera malattie</li> <li>• La predisposizione Epigenetica alle malattie</li> </ul> <p><u><b>NEUROSCIENZE</b></u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Le basi di neuroscienza</li> <li>• Come è costituito il cervello e quali parti sono coinvolte nelle regolazioni dei meccanismi di reattività</li> <li>• Asse intestino/cervello e il suo ruolo nel benessere psicofisico emozionale</li> <li>• Quanto il pensiero interagisce nella biochimica. La plasticità del cervello</li> </ul>
	<b>E-TIVITIES</b>
	/

### ATTIVITÀ DIDATTICA 3

Life Style, nutrizione e alimentazione

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

**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

/

### ATTIVITÀ DIDATTICA 4

Le basi della PNL e la catena della comunicazione

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

**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

**ATTIVITÀ DIDATTICA 5**

***La comunicazione con il sé interiore e PNL 1\_Pratica***

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

**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:  
Auto-Esercitazione: Allenati con le formulazioni di frasi (Metaprogrammi)

**ATTIVITÀ DIDATTICA 6**

***Life coaching e PNL 2***

**PROFESSORI:** Prof.ssa Romina Corbara

**ORE VIDEOLEZIONI:** 3



**ARGOMENTI DIDATTICA ON LINE: VIDEO LEZIONI**

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



**E-TIVITIES**

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

**ATTIVITÀ DIDATTICA 7**

***Valutazione dei profili psicologici e le risorse umane***

**PROFESSORI:** Prof.ssa Romina Corbara

**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)

**ATTIVITÀ DIDATTICA 8**

***Leadership. Comunicazione efficace nel Public speaking***

**PROFESSORI:** Prof. Antonio Pipio

**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

**ATTIVITÀ DIDATTICA 9**

***Psicologia sociale e delle organizzazioni***

**PROFESSORI:** Prof. Davide Pietroni

**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**

/

## **DOCENTI E MEMBRI DEL CONSIGLIO DI CORSO**

<b>PROFESSORI/DOCENTI</b>	<b>QUALIFICHE</b>
<b>Prof. Gianmarco Cifaldi</b>	Sociologo e criminologo. Professore associato presso il Dipartimento di Scienze Giuridiche e Sociali l'Università "G. D'Annunzio" di Chieti-Pescara, ha insegnato tra l'altro presso l'Università di L'Aquila, Bari e Napoli e ha tenuto conferenze in molti paesi tra cui Cina e Russia. Fondatore e presidente dello Spin Off universitario Smart Society. Garante dei detenuti Regione Abruzzo.
<b>Prof. Antonio Pipio</b>	Dott. in Psicologia e Sociologo, Health Coach, esperto in neuroscienze cognitive. Docente a contratto presso l'Università degli studi D'annunzio Chieti Pescara, Prof. presso Università popolare degli Studi di Milano e la Miami International University. Docente e membro del consiglio di corso Master Universitario di primo livello in Health Coaching UNIDAV. Trainer NLP Coach certificato da Richard Bandler. Master presso La Neuro-Hypnotic Repatterning of Richard Bandler. Co-fondatore di Health Coaching Academy, collabora con Fipes Group, Provider nazionale accreditato al Ministero della salute in educazione continua in medicina (ECM). Da 30 anni si occupa di formazione in Sanità, Emergenza / Urgenza, Comunicazione, Life e Team Coaching.
<b>Prof.ssa Romina Corbara</b>	Dott.ssa in Psicologia, Health Coach e Sociologa. Docente a contratto presso l'Università degli studi D'annunzio Chieti Pescara, Prof.ssa presso Università popolare degli Studi di Milano e Miami International University. Docente e membro del consiglio di corso Master Universitario di primo livello in Health Coaching UNIDAV. Ipnologa alle vite precedenti. Trainer NLP Coach certificata da Richard Bandler. Master presso La Neuro-Hypnotic Repatterning of Richard Bandler. Co-fondatrice della Health Coaching Academy, collabora con Fipes Group, Provider nazionale accreditato al Ministero della salute in educazione continua in medicina (ECM). Da oltre 25 anni si occupa di formazione nel mondo sanitario/business in materia di Risk Management, Comunicazione, Life e Team Coaching.
<b>Prof. Marcello Costantini</b>	Costantini è neuroscienziato e professore universitario presso l'Università "G. d'Annunzio" di Chieti-Pescara, dove insegna e svolge attività di ricerca nell'ambito delle neuroscienze cognitive. In precedenza ha svolto la sua attività di ricerca in Europa e Nord America. La sua ricerca è volta a indagare come l'interazione tra corpo e cervello dia forma all'esperienza quotidiana. In particolare, è interessato a comprendere come il contenuto dell'esperienza cosciente, ossia ciò che definiamo reale, cambia in funzione dello stato del corpo e del cervello.
<b>Prof. Davide Pietroni</b>	Laureato in Psicologia e dottorato in Scienze Cognitive presso l'Università degli Studi di Padova. È Professore Associato, Presidente del Corso di Laurea Magistrale in Economia e Scienze Cognitive e docente di Psicologia della Negoziazione presso il Corso di Laurea Magistrale in Psicologia dell'Università di Chieti-Pescara. Opera come consulente e formatore per la Presidenza del Consiglio dei Ministri, il Dipartimento della Funzione Pubblica, istituzioni ed aziende occupandosi di comunicazione analogica, empowerment individuale ed organizzativo, nudging, gestione emotiva e strategica dei conflitti, promozione di collaborazione e fiducia. I suoi contributi scientifici sono pubblicati in numerose riviste nazionali ed internazionali. Con il prof. Rino Rumati è coautore di quattro volumi sulla psicologia della negoziazione e della mediazione editi da Raffaello Cortina, Il Mulino ed Il Sole24Ore.
<b>Dott.ssa Federica Di Cintio</b>	Laureata in Biotecnologie mediche, veterinarie e farmaceutiche all'Università degli Studi di Parma e Dottore di ricerca (PhD) in Nanotecnologie presso l'Università degli Studi di Trieste. Attualmente è inoltre, pubblicista di articoli scientifici su riviste internazionali.
<b>Dott. Marco Proietti</b>	Laurea Specialistica in Scienze dell'Alimentazione e della Nutrizione Umana. Tecnico in Dietologia e Dietetica applicata e Health Coach.
<b>Dott.ssa Anna Laureti</b>	Dott.ssa Anna Laureti, Laurea all'Università degli Studi di Perugia e Master in Dietologia e Nutrizione. Nutrizionista e Health Coach.

**VADEMECUM REALIZZAZIONE ELABORATO FINALE**  
**Master Universitario di I livello in**  
**Health Coaching e Programmazione neurolinguistica**

Ciascun partecipante al Master dovrà inviare l'elaborato finale in formato elettronico (pdf) unitamente all'atto di notorietà allegato al presente vademecum e ad un documento di identità **entro (29 marzo 2024)** a mezzo PEC all'indirizzo [segreteria@pec.unidav.it](mailto:segreteria@pec.unidav.it). Perché abbia valore ufficiale, l'invio deve avvenire esclusivamente da altro indirizzo PEC. Ad aprile 2024, avverrà la discussione dell'elaborato a Chieti Pescara (seguirà data e indirizzo).

Una Commissione interna di valutazione, composta dal Coordinatore del Master, in qualità di Presidente, e da due docenti di Ateneo, valuterà gli elaborati e comunicherà successivamente l'ammissione alla discussione finale (Il contenuto dell'elaborato sarà sottoposto a controllo dei contenuti ai sensi della normativa antiplagio).

Le aree disciplinari di riferimento sono le seguenti:

- Health Coaching
- PNL (Metamodello, Milton Model...)
- Livelli logici di pensiero
- Credenze e convinzioni
- Comunicazione efficace
- Metaprogrammi
- Emozioni
- Leadership
- Profili psicologici

Ogni corsista potrà approfondire un argomento a scelta tra quelli proposti.

Il pdf dovrà riportare, oltre alle proprie generalità e al numero di matricola, il titolo dell'elaborato finale.

Il contenuto dell'elaborato dovrà corrispondere almeno a 30 cartelle (pagine), bibliografia esclusa.

Di seguito i criteri suggeriti di impaginazione:

- per il carattere: Arial, dimensione 12;
- per il paragrafo: allineamento giustificato, interlinea doppia;
- per i margini: Superiore: 3 cm; Inferiore: 3 cm; Destro: 3 cm; Sinistro: 2,5 cm

L'allievo potrà richiedere certificato telematico del titolo e/o libretto degli esami sostenuti, versando i diritti di segreteria ad UNIDAV (seguirà comunicazione).