

IN QUESTA SEZIONE LE AREE SONO SUDDIVISE IN:

CHI SONO E COSA FACCIO PAG 1

INTERVISTE A CUORE APERTO PAG 2-4

CONTRIBUTI PER LO SPORTIVO PAG 4-6

CONTRIBUTI DI CRESCITA PERSONALE PAG 7- 9

CONTRIBUTI SUL TRAUMA PAG 9

CHI SONO E COSA FACCIO

Intervistato da Hub TV Settembre 2021: <https://www.joytrainer.it/il-mio-scopo-di-vita-e-di-ricordare-alle-persone-che-sono-amore/>

Cv e aree di competenza: https://www.joytrainer.it/wp-content/uploads/2021/07/Angelo-Cattaneo_JoyTrainer_CVSintesi2021-Luglio.pdf

Mia intervista: intervistato da Tiziana Azzani per il suo podcast - Maggio 2020

<https://www.joytrainer.it/chi-sono-e-cosa-faccio-intervista-a-cura-di-tiziana-azzani/>

Mia intervista: intervistato da Andrea Fanì per la Gazzetta dello Sport – Febbraio 2018

<https://www.joytrainer.it/intervista-sulla-gazzetta-dello-sport/>

Mia intervista: intervistato da Andrea Fasoli per il gruppo podistico di Tavazzano (LO) - Dicembre 2017

<https://www.joytrainer.it/intervista/>

INTERVISTE A CUORE APERTO

Presentazione del mio libro “Trasformare in assenza di gravità”: novanta minuti in cui capirai un po di più come funziona il sistema nervoso, informazioni preziose, lacrime, aneddoti e tanta ironia.

<https://www.joytrainer.it/il-mio-nuovo-libro-trasformare-in-assenza-di-gravita/>

Intervista a Coach Alessandro Ramagli

<https://youtu.be/VOhIZOKLt-M>

Giocatori professionisti all'interno del gruppo “papà in azione”

<https://www.joytrainer.it/giocatori-professionisti-di-pallacanestro-nel-gruppo-papa-in-azione/>

Intervista a Francesco Forti capitano Libertas Livorno

<https://youtu.be/4gwKAXFoTOo>

Francesco Briguglio: infortunio -preparazione fisica – conflitti emotivi

<https://www.joytrainer.it/francesco-briguglio-infortunio-preparazione-fisica-e-conflitti-emotivi/>

Lorenzo Vandoni, procuratore pallacanestro

https://youtu.be/v_8mh26Ry-8

Francesco Cuzzolin

https://youtu.be/EKsd_AM2RhA

Paolo Paci l'ascolto del corpo in un giocatore professionista

<https://www.joytrainer.it/paolo-paci-lascolto-del-corpo-in-un-giocatore-professionista/>

Coach Alex Finelli

<https://youtu.be/TaACPIr-04E>

Morgan Rashed e il suo sogno

<https://youtu.be/HmP1kIOI18>

Lorenzo Pincirolì e Damove

<https://www.joytrainer.it/lorenzo-pincirolì-e-damove-crew/>

Marco Malavasi ex giocatore professionista e responsabile tecnico pallacanestro Robur Somaglia (Lo):

https://youtu.be/2q_qOOc1_pg

Testimonianza di alcuni ragazzi adolescenti sul camp “la concentrazione”

<https://youtu.be/L2nLSSuj4rk>

[https://youtu.be/mwiPwBVf -Y](https://youtu.be/mwiPwBVf-Y)

Tony Cappellari

<https://youtu.be/yCDO8lhtYIU>

Antonello Riva

<https://youtu.be/O6HoqXu8tio>

Giuseppe Rizzo atleta di scherma, testimonianza

<https://youtu.be/q64Ptjbm3ME>

Roberto Rho, dirigente Fanfulla Calcio e amico

<https://youtu.be/1O0vIQ6upo8>

Camp tiro e concentrazione a Ovada dicembre 2018 testimonianze con Andreas Brignoli

<https://youtu.be/vNE3-aCx2OY>

Coach Alessandro Scaglia

<https://youtu.be/FVH-v3P5Fes>

Testimonianza di Pietro Aradori per serata formativa "allena la determinazione"

<https://youtu.be/P6holFFKcwQ>

Basket Urania: i primi mesi dopo aver vinto campionato di serie B

<https://youtu.be/b9H-S558FTg>

Andare oltre e vedere oltre con Silvia Galimberti e Lorenzo Bassoli

<https://www.joytrainer.it/andare-oltre-vedere-oltre-con-silvia-galimberti-e-lorenzo-bassoli/>

Intervista a Gianluca Pesatori

<https://www.joytrainer.it/intervista-a-gianluca-pesatori-allenatore-under-17-regionale-sancolombano-calcio/>

La forza interiore con Lorenzo Polloni

<https://www.joytrainer.it/la-forza-interiore-con-lorenzo-polloni/>

Adolescenti di "successo"

<https://www.joytrainer.it/adolescenti-di-successo-margherita-filomia-morgan-rashed-giuseppe-rizzo-filippo-cova/>

Risveglio

<https://www.joytrainer.it/risveglio-un-progetto-audio-in-collaborazione-con-marco-zanni-pasqua-2020/>

Testimonianza di Davide Moretti per serata formativa "allena la determinazione"

https://youtu.be/ltZ_UjFEOxw

Comunicazione non violenta con Stefano Avanzi

<https://www.joytrainer.it/comunicazione-non-violenta-con-stefano-avanzi/>

Alessandro Ramagli e Francesco Forti

<https://www.joytrainer.it/alessandro-ramagli-e-francesco-forti-vivere-lamore/>

CONTRIBUTI PER GLI SPORTIVI

Chi cerca il perfezionismo tende all'autodistruzione

<https://www.joytrainer.it/chi-cerca-il-perfezionismo-tende-allautodistruzione/>

Agenti sportivi e giocatori professionisti

<https://www.joytrainer.it/agenti-sportivi-e-giocatori-professionisti/>

Procuratori di calcio e pallacanestro, la mia personale esperienza

<https://www.joytrainer.it/la-mia-personale-esperienza-coi-procuratori-di-pallacanestro-e-calcio/>

Un nuovo modello di società sportiva

<https://www.joytrainer.it/un-nuovo-modello-di-societa-sportiva-2/>

Identificazione col successo e insuccesso

<https://www.joytrainer.it/identificazione-col-successo-e-con-linsuccesso/>

Webinar "La sofferenza sta nel pensiero"

<https://youtu.be/J6l-h5elo9Q>

L'errore nello sport e nelle relazioni: il significato dell'errore

<https://www.joytrainer.it/errore-nello-sport-e-nelle-relazioni-il-significato-dellerrore/>

Programma formativo per atleti e giocatori professionisti

<https://www.joytrainer.it/programma-formativo-per-atleti-e-giocatori-professionisti/>

Domande efficaci per atleti e giocatori professionisti

<https://www.joytrainer.it/domande-efficaci-per-atleti-e-giocatori-professionisti/>

Credici

<https://www.joytrainer.it/credici/>

Il coraggio del cambiamento (per allenatori, genitori)

<https://youtu.be/jP05qOpFGwc>

Il linguaggio del passaggio: focus sulla comunicazione

<https://www.joytrainer.it/linguaggio-del-passaggio-focus-sulla-comunicazione/>

Lo sviluppo del gioco interiore

<https://www.joytrainer.it/lo-sviluppo-del-gioco-interiore/>

Le difficoltà di un giocatore professionista

<https://www.joytrainer.it/le-difficolta-di-un-giocatore-professionista/>

La solitudine dei giocatori professionisti

<https://www.joytrainer.it/la-solitudine-dei-giocatori-professionisti/>

Sei in ansia o sei nel flusso: performance sportiva nel qui e ora

<https://www.joytrainer.it/sei-in-ansia-o-sei-nel-flusso-performance-sportiva-nel-qui-e-ora/>

Se non faccio canestro cosa succede?

<https://www.joytrainer.it/se-non-faccio-canestrocosa-succede/>

Counseling sportivo, che cosa fa la differenza

<https://www.joytrainer.it/counseling-sportivo-cosa-la-differenza/>

Il fallimento come fonte di libertà o accettazione

<https://www.joytrainer.it/il-fallimento-come-fonte-di-liberta-o-accettazione/>

L'ossessione per la vittoria: che cosa succede (breve articolo)

<https://www.joytrainer.it/lossessione-per-la-vittoria-cosa-succede/>

Le resistenze al cambiamento

<https://youtu.be/MBMcJuQF3-k>

La lamentela

<https://youtu.be/7JO-n0M1qtY>

Indossare una maschera: qual è la tua vera natura?

<https://www.joytrainer.it/indossare-una-maschera-qual-e-la-tua-vera-natura/>

Sei in ansia o sei nel flusso: comunicare le emozioni

<https://www.joytrainer.it/sei-in-ansia-o-sei-nel-flusso-comunicare-le-emozioni/>

Tu devi solo farti trovare pronto

<https://www.joytrainer.it/tu-devi-solo-farti-trovare-pronto/>

Counseling sportivo metti in gioco il tuo potenziale

<https://www.joytrainer.it/counseling-sportivo-metti-gioco-potenziale/>

Dove si gioca la partita più importante

<https://www.joytrainer.it/dove-si-gioca-la-partita-piu-importante/>

Giocatori professionisti: inquietudine, paura del futuro e dell'ignoto

<https://www.joytrainer.it/giocatori-professionisti-inquietudine-la-paura-del-futuro-e-dellignoto/>

Fiducia nello sport e nella vita

<https://www.joytrainer.it/fiducia-nello-sport-e-nella-vita/>

La violenza nello sport

<https://www.joytrainer.it/la-violenza-nello-sport/>

Che cosa sei disposta fare per aiutare e valorizzare te stesso

<https://www.joytrainer.it/che-cosa-sei-disposto-a-fare-per-aiutare-e-valorizzare-te-stesso/>

Lettera di un adolescente oggi professionista

<https://www.joytrainer.it/lettera-un-ex-adolescente-oggi-professionista/>

Che cosa fa la mente

<https://www.joytrainer.it/cosa-la-mente/>

Sentirsi falliti

<https://www.joytrainer.it/sentirsi-falliti/>

Paura dei no

<https://www.joytrainer.it/paura-dei-no/>

Osserva la tua mente e ricaricati

<https://youtu.be/wy5UP8UpbNo>

Il mio primo libro

<https://youtu.be/1Bwmdjj1MrM>

CONTRIBUTI DI CRESCITA PERSONALE

Non sono quello che pensi

<https://www.joytrainer.it/non-quello-pensi/>

Adolescenza e genitori: senso di impotenza appresa

<https://www.joytrainer.it/adolescenza-e-genitori-senso-di-impotenza-appresa/>

Adolescenti e mondo reale: voce, mente, tempo. Che cosa fare?

<https://www.joytrainer.it/adolescenti-e-mondo-reale-voce-mente-e-tempo-che-cosa-fare/>

Il conflitto interiore

<https://www.joytrainer.it/conflitto-interiore/>

Sentirsi falliti

<https://youtu.be/w6cF5fFGqIM>

Accogliere se stessi per accogliere l'altro dentro di noi

<https://www.joytrainer.it/accogliere-accogliere-laltro-dentro/>

Traccia la strada per diventare un campione

<https://www.joytrainer.it/traccia-la-strada-diventare-un-campione/>

Webinar "La sofferenza sta nel pensiero"

<https://youtu.be/J6l-h5elo9Q>

La paura dei no

<https://www.joytrainer.it/paura-dei-no/>

Le parole sono finestre oppure muri

<https://www.joytrainer.it/le-parole-finestre-oppure-muri/>

Papà in azione finalità

<https://www.joytrainer.it/finalita-del-gruppo-papa-in-azione-e-testimonianze/>

Papà in azione testimonianze (troverai anche quelle di diversi giocatori professionisti)

<https://www.joytrainer.it/papa-in-azione-testimonianze/>

Parlare o stare zitti? Tutto mi scivola addosso. E' vero?

<https://youtu.be/4rbkk7WVDXA>

Tu sei importantel (rivolto agli adolescenti)

<https://www.joytrainer.it/tu-sei-importante-chi-lo-decide/>

Il significato della lamentela (audio)

<https://www.joytrainer.it/il-significato-della-lamentela/>

Indossare una maschera: le sue funzioni, le sue origini

<https://youtu.be/VuWieKE7ac4>

Ridere: salute mentale e peak performance

<https://youtu.be/JVKxWzWW0cg>

L'importanza di essere capace a fare domande

<https://youtu.be/e5htHz6xV4w>

Siamo energia

<https://youtu.be/F1pSxFJqZVg>

Il mio obiettivo per Natale

<https://www.joytrainer.it/mio-obiettivo-natale-2018/>

Fai il punto sulle tue relazioni

<https://www.joytrainer.it/fai-punto-sulle-tue-relazioni/>

Calo di concentrazione

<https://www.joytrainer.it/calor-di-concentrazione/>

Tutte le aree di vita sono collegate

<https://youtu.be/8uEvHdlAOMo>

Sei solo tu l'architetto della tua vita

<https://www.joytrainer.it/solo-tu-larchitetto-della-tua-vita/>

Hai ragione

<https://www.joytrainer.it/hai-ragione/>

Adolescenti ed emozioni: che cosa fare?

<https://www.joytrainer.it/adolescenti-ed-emozioni-cosa/>

Fiducia incrollabile

<https://www.joytrainer.it/fiducia-incrollabile/>

Ascolta il tuo corpo

<https://www.joytrainer.it/ascolta-il-tuo-corpo/>

Papà e figlio

<https://www.joytrainer.it/papa-e-figlio/>

I figli amano

<https://www.joytrainer.it/i-figli-amano/>

Adolescenti e poi...un po di me

<https://www.joytrainer.it/adolescenti-e-poi/>

CONTRIBUTI SUL TRAUMA

Presentazione del mio libro “Trasformare in assenza di gravità”. Nei primi 15 minuti **descrivo come funziona il sistema nervoso** (ricorda che il trauma non è nell’evento ma in quello che ha registrato il sistema nervoso).

<https://www.joytrainer.it/il-mio-nuovo-libro-trasformare-in-assenza-di-gravita/>

Come riconoscere e provare a superare un trauma

<https://www.joytrainer.it/come-riconoscere-e-provare-a-superare-un-trauma-emotivo/>

Traumi e shock emotivi

<https://www.joytrainer.it/traumi-e-shock/>

Le sensazioni corporee associate a un conflitto interiore: qual è lo schema che si ripete?

<https://www.joytrainer.it/trauma-le-sensazioni-corporee-associate-a-un-conflitto-interiore/>

Siamo energia

<https://www.youtube.com/watch?v=F1pSxFJqZVg>