JoyTrainer
Allenati a essere felice

IN QUESTA SEZIONE LE AREE SONO SUDDIVISE IN:

CHI SONO E COSA FACCIO

INTERVISTE A CUORE APERTO

CONTRIBUTI PER LO SPORTIVO

CONTRIBUTI DI CRESCITA PERSONALE

CONTRIBUTI SUL TRAUMA

CHI SONO E COSA FACCIO

Intervistato dalla testata L'ITALIA CHE CAMBIA da Emanuela Sabidussi

https://www.italiachecambia.org/2023/07/papa-in-azione-consapevolezza/

Intervistato sul Corriere della Sera da Carlo Delia

https://www.joytrainer.it/intervista-sul-corriere-della-sera/

Intervistato da Hub TV: 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

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

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

https://www.joytrainer.it/ntervista-sulla-gazzetta-dello-sport/

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

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

INTERVISTE A CUORE APERTO

Testimonianze sul seminario: "Abbi il coraggio di smettere di lamentarti e impara a esprimere i tuoi bisogni" presso studio Muovi la Salute di Albenga

https://youtu.be/P8AsAVjbnSU

Presentazione del mio libro "Trasformare in assenza di gravità": novanta minuti in cui capirai un pò 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/VOhlZQKLt-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/4gwKAxFoTQo

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/FKsd_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/HmP1klOlI18

Lorenzo Pinciroli e Damove

https://www.joytrainer.it/lorenzo-pinciroli-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

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/1O0vlO6upo8

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-under17-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/ItZ_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

Uscire dal gioco dopo un fischio arbitrale: cosa succede al sistema nervoso?

https://www.joytrainer.it/uscire-dal-gioco-dopo-un-fischio-arbitrale-cosa-succede-al-sistema-nervoso/

"Il bisogno di dimostrare negli sportivi e nelle nuove generazioni" con Davide Brunello e Claudio Nucci

https://youtu.be/tyAdiQWb5RE

Lo sport ad alto livello: intervengono Davide Dacio Bianchi, Andrea Casella, Davide Brunello, Paolo Paci, Laura Bersellini

https://youtu.be/xXc2cQuHHs8

Lettera inviata ad un allenatore professionista

https://www.joytrainer.it/lettera-inviata-ad-un-allenatore-professionista/

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/

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/

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/lerrore-nello-sport-e-nelle-relazioni-il-significato-dellerrore/

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

Testimonianze sul seminario: "Abbi il coraggio di smettere di lamentarti e impara a esprimere i tuoi bisogni" presso studio Muovi la Salute di Albenga

https://youtu.be/P8AsAVjbnSU

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-linquietudine-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

E' impossibile cambiare profondamente

https://www.joytrainer.it/e-impossibile-cambiare-profondamente/

Aprirsi al nuovo

https://www.joytrainer.it/aprirsi-al-nuovo/

I conflitti della mente

https://www.joytrainer.it/i-conflitti-della-mente/

Pulizia energetica della casa, dell'azienda, del terreno.

https://www.joytrainer.it/pulizia-energetica-della-casa-dellazienda-del-terreno/

La diversità tra conoscenza interiore e convinzione

https://www.joytrainer.it/la-diversita-tra-conoscenza-interiore-e-convinzione/

L'amore è vita

https://youtu.be/HrjZGhkbG8Q

Come aiutare un adolescente

https://www.joytrainer.it/come-aiutare-un-adolescente/

Noi? Meglio io? Io o noi?

https://www.joytrainer.it/noi-meglio-io-io-o-noi/

Lettera di un prof. ai suoi studenti. No alla cieca obbedienza!

https://www.joytrainer.it/lettera-ai-miei-studenti/

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/w6cF5fFGqlM

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-2/

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

https://youtu.be/4rbkk7WVDXA

Tu sei importante! (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/calo-di-concentrazione/

Tutte le aree di vita sono collegate

https://youtu.be/8uEvHdIAOMo

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

Uscire dal gioco dopo un fischio arbitrale: cosa succede al sistema nervoso?

https://www.joytrainer.it/uscire-dal-gioco-dopo-un-fischio-arbitrale-cosa-succede-al-sistema-nervoso/

Aiutami, chiese un adolescente

https://youtu.be/i5W0jpxwopw

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