



Counseling Consulting Company

Dof S.a.s. di A. Rinaldi & C.
P. Iva 01993630308

Sede Legale
via del Cottonificio, 129
33100 - Udine

Sede Operativa
via dei Baiardi, 93/2
34127 - Trieste
Tel/Fax (+39) 040.566304

<http://www.dofcounseling.com>
info@dofcounseling.com

Servizi per lo sport

Dof Consulting realizza percorsi di **Counseling sportivo** per facilitare la massima espressione delle potenzialità di un atleta e di un'organizzazione sportiva.

Nell'attività sportiva i grandi risultati nascono dalla capacità dell'atleta e dell'allenatore di rimanere in contatto con uno **stato di eccellenza prima di tutto mentale**. Il Counseling entra in sinergia con l'allenamento tecnico e atletico per massimizzarne l'efficacia. Ecco le principali linee di intervento:

Counseling per l'allenatore per aiutare il coach a definire il modello di allenamento dal punto di vista mentale, relazionale e organizzativo:

- > creare la Vision di gestione dell'atleta o del gruppo squadra
- > adottare un modello di sviluppo delle competenze
- > assistenza psicologica per l'elaborazione dei casi critici e per l'analisi delle scelte difficili
- > supervisione e facilitazione sulle relazioni con il gruppo squadra e con lo staff

Mental Training per allenare la mente a raggiungere l'eccellenza:

- > l'allenamento mentale per l'autoefficacia
- > il controllo emozionale e gli stati di eccellenza
- > la visualizzazione e gli effetti dell'allenamento ideomotorio
- > tecniche di ipnosi sportiva
- > Counseling per la rielaborazione emozionale

Il Teambuilding, la **creazione dell'identità e dello spirito di squadra** per aiutare le persone a sperimentare la forza del gruppo:

- > il teamspirit
- > la carta dei valori e dei comportamenti del gruppo
- > gruppi di incontro per agevolare la qualità delle relazioni e il feedback
- > incontri motivazionali per dare energia al gruppo