

STEFANO ROCCO > IL MENTAL COACH SI DEFINISCE UN ACCELERATORE DI CRESCITA PERSONALE E PROFESSIONALE, CHE AIUTA I SUOI ASSISTITI NEL RAGGIUNGIMENTO DEGLI OBIETTIVI

Il metodo per un nuovo percorso di vita

Un acceleratore di crescita personale e professionale, che attraverso un metodo strutturato aiuta, chi decide di investire su se stesso, a modellare il proprio futuro. Così definisce la figura del mental coach Stefano Rocco, esperto certificato che mette la propria competenza e il suo personale metodo a disposizione di tutte quelle persone che vogliono iniziare un nuovo percorso di vita.

IL MANTRA

Un foglio di carta, una penna per gli appunti, e soprattutto tante mirate domande per avviare quel percorso e quel cambiamento per cui è chiamato a operare.

Con solo questi tre semplici strumenti, Stefano Rocco aiuta i suoi assistiti a individuare un percorso, senza con-

sigliarlo direttamente, ma facendo sì che il singolo lo trovi da sé, in modo da ottimizzare il raggiungimento dell'obiettivo scelto e i tempi di crescita necessari.

Stefano Rocco si definisce un portatore sano di risultati di qualità, che mette a disposizione le proprie conoscenze acquisite e il proprio know-how per sostenere chi richiede i suoi servizi, scoprendo insieme la direzione da seguire, sviluppando un percorso su misura e individuando le risorse più adatte a garantire un risultato di qualità.

Gli obiettivi che vengono raggiunti in questo modo non sono soltanto stabili, ma anche di qualità.

Attraverso il coaching sarà possibile riscoprire potenzialità nascoste o dimenticate, secondo il mantra "se lo vuoi davvero, accadrà davvero".



INVESTIRE SU NOI STESSI È UNO STEP FONDAMENTALE

*Se lo
vuoi davvero,
accadrà
davvero!*

IL MANTRA È "SE LO VUOI DAVVERO, ACCADRÀ DAVVERO"



SUL SITO [HTTPS://STEFANOROCMMENTALCOACH.COM/](https://stefanoroccommentalcoach.com/) SI TROVA IL MODULO DI CONTATTO PER RICHIEDERE UNA CONSULENZA

L'ESPERTO > LO SCOPO CHE STEFANO RICERCA NELLA SUA VITA È SOSTENERE CHI SI AFFIDA AI SUOI SERVIZI

È necessario perseguire obiettivi concreti e sfidanti

Anche lo stesso Stefano Rocco ha un obiettivo sfidante che persegue nel corso della sua vita. Si tratta di continuare a essere un mental coach apprezzato e riconosciuto, con risultati di qualità. Per fare in modo che questo accada, Stefano deve perseverare nella sua volontà di sostenere chi decide di affidarsi a lui e alla sua esperienza, ponendosi obiettivi concreti, ambiziosi ed emozionanti, che si tratti di continuare o di iniziare a migliorarsi a livello personale e professionale.

LE DIFFICOLTÀ

Il percorso intrapreso inizialmente si rivela complicato e richiede una grande forza di volontà.

Uno step affrontato dallo stesso Stefano, che adesso può testimoniare che applicazione, costanza e soprattutto un metodo efficace possono portare al raggiungimento del risultato prefissato.

Come spiega il mental coach, le persone che ci amano e che ci sostengono nei periodi di crescita sono fondamentali per la condivisione di difficoltà e risultati. Il punto di partenza consiste nell'iniziare ad investire su una delle risorse più importanti che si ha a disposizione, che è al tempo stesso infinita e gratuita: si tratta di noi stessi. Sul sito web di Stefano Rocco si può trovare il modulo di contatto con cui



"LA TUA CRESCITA PERSONALE MERITA IL MASSIMO PER POTER ESPRIMERE LE SUE POTENZIALITÀ! SCANSIONA ADESSO PER INIZIARE A RAGGIUNGERE IL TUO RISULTATO DI QUALITÀ"

Il punto di partenza consiste nell'investire sulla risorsa più preziosa, ovvero noi stessi

iniziare a definire il proprio percorso, scegliendo fra opzioni di life, business o sport coaching, e raccontando qualcosa di sé. Stefano ha anche all'attivo canali social, come Youtube, Facebook, Instagram e Telegram su cui pubblica riflessioni e consigli.

IL METODO A.N.I.M.A.

Come spiega Stefano Rocco, non esiste un metodo standard da poter applicare a tutti i clienti, in quanto ogni situazione rappresenta un caso a sé, con esigenze differenti.

Le centinaia di sessioni e interazioni con persone e aziende hanno permesso al mental coach di individuare le caratteristiche comuni nei vari approcci, per arrivare ad un metodo personale e personalizzabile dal nome di A.N.I.M.A..

Si tratta di uno strumento dalle basi ben strutturate, composto da cinque fasi concatenate da cui ha origine il percorso di crescita desiderato. La metodologia usata è flessibile, ma organica, e si adatta quindi in modo

Il mental coach aiuta a trovare la direzione giusta e ottenere risultati duraturi e di qualità

efficace a ogni esigenza. La prima fase è Analizzare: un'osservazione attenta da cui iniziare a costruire un nuovo futuro.

Si passa poi a Nutrire, ovvero sfruttare le fonti più adeguate per accrescere le proprie competenze.

In seguito abbiamo Implementare, lo sviluppo di un piano d'azione e una strategia per il raggiungimento dei propri obiettivi.

Lo step successivo è il Marketing, l'utilizzo di una comunicazione efficace per ottenere il posizionamento corretto, educando il pubblico desiderato.

Infine si arriva ad Agire, che consiste nel mettere in pratica il piano d'azione creato e arrivare finalmente a raggiungere l'obiettivo prefissato.

Chi ha seguito questo innovativo metodo ha potuto toccare con mano i risultati ottenuti, constatandone l'assoluta efficacia e il potere di risoluzione generato. Un metodo da implementare quando si decide di prendere in mano le redini della propria vita.

I CONSIGLI

Una gestione efficace del tempo in 4 mini step



Come spiega Stefano Rocco, esistono diversi accorgimenti che nel corso della nostra vita possiamo utilizzare per raggiungere i nostri obiettivi in modo più efficace.

Tra questi, fondamentale sicuramente è la gestione del tempo, una delle risorse più importanti a nostra disposizione.

Attraverso un'organizzazione efficace di questo strumento, saremo in grado di vivere in modo più efficiente, ottimizzando le nostre risorse e migliorando di conseguenza la nostra produttività in ogni ambito della vita, personale e professionale.

Ricordiamoci che il tempo è una risorsa scarsa, non recuperabile, ma soprattutto democratica. Fissati questi punti a mente, Stefano

Rocco mette a disposizione una guida in quattro mini step per utilizzare in modo efficace il tempo a nostra disposizione.

Innanzitutto si parte con un'analisi accurata di ciò che accade e si fa nell'arco di una giornata tipo, prendendo appunti.

In seguito, si procede dandosi dei mini obiettivi quotidiani da perseguire, che verranno poi analizzati prima di dormire. Questo aiuterà ad aumentare la produttività.

Successivamente, una volta definiti gli obiettivi, si può sviluppare un piano d'azione quotidiano per gestire i flussi di azioni.

Infine, lo step più importante consiste nel mantenere costanza e mettere sempre in pratica ogni step.