



UNIVERSITÀ  
DEGLI STUDI  
DI BERGAMO

Dipartimento  
di Scienze Umane  
e Sociali

## Mindset e Mentalità nella Coaching Psychology

Presentazione del libro di Emilio Gerboni,  
*“La vita inizia nella comfort zone”*

**Martedì 18 luglio 2023 ore 15.00**

Aula 1 Fornasa, S. Agostino

Intervengono:

- **Emilio Gerboni:** Psicologo, Psicoterapeuta, trainer-coach, direttore della collana *Binario, Libri per evolversi (Dario Flaccovio Editore)*
- **Claudia Panzeri:** Formatore, Coach, HR manager, consulente di carriera ed orientamento
- **Massimiliano Barattucci:** Ricercatore DSUS (UniBg), Psicologo, Psicoterapeuta, Ph.D.

### Abstract

La tematica della mentalità è centrale nella Coaching Psychology ed offre molteplici implicazioni pratiche in diversi contesti (formativi, lavorativi, obiettivi di vita, salute, sport, etc.).

Affronteranno l'argomento Emilio Gerboni, autore del libro “La vita inizia nella comfort zone”, Claudia Panzeri, career coach, e Massimiliano Barattucci, cattedra di “Coaching and Positive Psychology in Organizations” presso UniBg.

L'autore esplorerà il concetto di mentalità come pilastro del cambiamento e della soddisfazione personale, proponendo una personale rivisitazione del concetto di zona di comfort.