

LUCA SIGHINOLFI

Data di ultimo aggiornamento del CV: 19-12-25

FORMAZIONE

2020-2024 _ *Scuola Psicoterapia Integrata (ITA)*

Percorso di Specializzazione in Psicoterapia, per l'esercizio dell'attività professionale abilitata ai sensi del Regolamento (D.M. 11 dicembre 1998 n. 509).

2023_ E.BI.GEN. - UGL/CONFIMEA - RSPP Responsabile Servizio Protezione e Prevenzione

Corso di formazione professionalizzante come RSPP Responsabile Servizio Protezione e Prevenzione, moduli A, B e C, come da normativa Art 32 del D.Lgs 81/08 e dalla CSR 128 del 7/7/2016.

2019-2020 _ *The Performance Coach Leadership (MI)*

Master in Executive Coaching per la certificazione Associate Certified Coach di ICF (International Coach Federation).

2018-19 _ *Università degli Studi di Bergamo (ITA)* – 24 CFU per l'abilitazione all'insegnamento.

Settori scientifico-disciplinari: Pedagogia, Psicologia, Antropologia, Metodologie e tecnologie didattiche.

2014-2016 _ *Università degli Studi di Bergamo (ITA)* – Dipartimento di Scienze Umane e Sociali.

Dottorato di Ricerca in "Formazione della Persona e Mercato del Lavoro".

Aree disciplinari: Psicologia del Lavoro, Psicologia dello Sport e delle Performance.

2016 _ *St. John's University (NY, USA)* – Periodo di Ricerca all'estero come Visiting Researcher.

Progetto di Ricerca in Psicologia dello Sport e delle Performance.

2013 _ *Università degli Studi di Bergamo (ITA)* – Dipartimento di Scienze Umane e Sociali.

Tirocinio di Ricerca in Psicologia Generale.

2010-2012 _ *Università degli Studi di Padova (ITA)* – Dipartimento di Psicologia Generale.

Laurea Magistrale in Psicologia Clinica. (110 / 110, con lode).

2010-2011 _ *Psymedisport Group (ITA)* – Master in Psicologia dello Sport.

2009-2010 _ *University of Leeds (ENG)* – Erasmus Placement.

Progetto di Ricerca in Psicologia Generale.

2007-2010 _ *Università degli Studi di Bergamo* – Dipartimento di Scienze Umane e Sociali.

Laurea Triennale in Scienze Psicologiche delle Relazioni Internazionali e delle Organizzazioni Sociali (106 /110).

ATTIVITA' DIDATTICA

Docente universitario a contratto:

- 2023 - Presente. *Università degli studi di Bergamo.*

▫ Docente, titolare di cattedra, del corso di "Psicologia delle organizzazioni sportive" (M-PSI / 06), del percorso di laurea magistrale in "Scienze, metodi e didattiche delle attività sportive" (LM-68) della facoltà di Scienze Motorie e Sportive.

Docente universitario a contratto:

- 2021 – 2023 (anno accademico). *Università degli studi di Urbino Carlo Bo.*

▫ Docente a contratto, titolare di cattedra, del corso di "Psicologia dello sport" (M-PSI / 06), del percorso di laurea magistrale in "Scienze dello sport" (LM-68) della facoltà di Scienze Motorie.

▫ Presso i seguenti **enti di formazione**, nel ruolo di **docente**:

- 2021 - Presente. *Giunti Psychometrics*: Master in Psicologia dello Sport.

- 2020 - Presente. *Centro Studi e Formazione in Psicologia dello Sport*: Master in Psicologia dello Sport.

- 2022 - Presente. *FIGC – Corso Allenatori UEFA PRO.*

- 2020 - 2021. *I.S.I.S. Oscar Romero* di Albino (BG). Liceo delle Scienze Umane.

- 2019 - 2020. *Psicosport*: Master in Psicologia dello Sport.

▫ Presso le seguenti **agenzie del lavoro ed enti di formazione**, nel ruolo di **docente / formatore**:

- 2019 – Presente. *Randstad HR Solutions S.r.l.*

- 2022 – Presente. *Bergamo Sviluppo.*

- 2019 - 2023. *InformaAzione S.r.l.*

- 2020 - 2022. *Consorzio per il Trasferimento Tecnologico C2T.*

- 2019 - 2019. *Sirium S.r.l.*

- 2017 - 2018. *Human Value HR Solutions S.r.l.*

ATTIVITA' SCIENTIFICA

- Sighinolfi L., Pezzoli M., Benedetti P., Spitti A. (2025). Zico e l'impresa di Deca-Everesting: Analisi del profilo psicologico dell'atleta in relazione alla prestazione sportiva. *Bologna: Rivista di Psicologia dello Sport e dell'Esercizio. Vol. 2. 2025.*

- Sighinolfi L., Spitti A. (2024). L'intervista AMSI Sport per indagare i sistemi motivazionali nelle relazioni sportive. *Milano: Scienza & Sport. Vol. 63. Luglio-Settembre 2024.*

- Sighinolfi L. (2023). I sistemi motivazionali nelle relazioni professionali, private e sportive. I protocolli di intervista AMSI: Adult Motivational Systems Interview. *Roma: Armando Editore.*

2021-2023 (anno accademico). *Università degli studi di Urbino Carlo Bo.* Relatore di tesi e tutor

accademico per gli studenti UNIURB del percorso di laurea magistrale in "Scienze dello sport" (LM-68) della facoltà di Scienze Motorie:

- Tesi di laurea di Umberto Gasparinetti: "Agonismo e perfezionismo disadattivo: come il mental coach può svolgere un ruolo di prevenzione al burnout". Relatore: prof. Sighinolfi L.; correlatore: dott. Jacopo Stringo.
- Tesi di laurea di Maddalena Bianchi: "Ansia e sport: come questa emozione influisce sulla performance". Relatore: prof. Sighinolfi L.; correlatore: dott. Cardinale M.
- Tesi di laurea di Elvis Maklaj: "Emozioni e intelligenza emotiva: dalla teoria alla pratica". Relatore: prof. Sighinolfi L.
- Tesi di laurea di Stefano Spedicato: "Il costrutto di locus of control dalla teoria alla pratica". Relatore: prof. Sighinolfi L.; correlatore: dott. Lo Bianco F.

2021-2022 (anno accademico). *Università degli studi di Urbino Carlo Bo*. Progetto di ricerca "Zico e l'impresa di deca-everesting: analisi del profilo psicologico dell'atleta in relazione alla prestazione sportiva" in collaborazione con prof. Ario Federici, prof. Francesco Lucertini, dott. Pezzoli Mara e dott. Paola Benedetti.

2014-2017 (anno accademico). *Università degli studi di Bergamo*. Tutor accademico e co-relatore di tesi per gli studenti UNIBG dei percorsi di laurea triennale in Scienze Psicologiche e in Scienze dell'Educazione, e del percorso di laurea magistrale in Scienze Pedagogiche, in collaborazione con i seguenti professori:

- prof. Gianluca Bocchi, professore ordinario presso il Dipartimento di Scienze Umane e Sociali dell'Università degli Studi di Bergamo, SDA: Logica e Filosofia della Scienza (M-FIL/02);
- prof. Stefano Tomelleri, professore ordinario presso il Dipartimento di Scienze Umane e Sociali dell'Università degli Studi di Bergamo, SDA: Sociologia Generale (SPS/07);
- prof. Igor Sotgiu, professore associato presso il Dipartimento di Scienze Umane e Sociali dell'Università degli Studi di Bergamo, SDA: Psicologia Generale (M-PSI/01);

2014-2017 (anno accademico). *Università degli studi di Bergamo*. Dipartimento di Scienze Umane e Sociali, durante il Dottorato di Ricerca in "Formazione della Persona e Mercato del Lavoro".

Progetti di ricerca progettati e realizzati in qualità di primo autore, con la supervisione dei docenti tutor del percorso di dottorato (prof. Gianluca Bocchi, prof. Stefano Tomelleri):

- Sighinolfi L. (2017). *La Psicologia del Tiro a Canestro: attenzione e percezione di controllo*. Movimento: rivista di Psicologia e Scienze del Movimento e dello Sport. Vol. 33. N2/3. Maggio-Dicembre 2017.
- Sighinolfi L. (2017). *Cultura Cestistica. Le componenti psico-socio-culturali dei percorsi formativi e agonistici nei settori giovanili italiani d'eccellenza di pallacanestro*. PhD Thesis.
- Sighinolfi L. (2016). *Pallacanestro Antifragile. Come allenarsi all'imprevedibilità sportiva*. Perugia: Calzetti-Mariucci.

Progetti di ricerca progettati e realizzati in qualità di co-autore, con la supervisione dei docenti tutor del percorso di dottorato:

- Manca S., Sighinolfi L. (2015). *Towards an European Apprenticeship? Uno sguardo oltre oceano: l'apprendistato negli USA*. Nuova Secondaria. Brescia. Editrice La Scuola.

2015-2016 (anno accademico). *St. John's University (NY, USA)*, Department of Psychology.

Periodo di Ricerca all'estero come Visiting Researcher.

Progetto di Ricerca in Psicologia dello Sport e delle Performance dal titolo:

“Cultura Cestistica. Le componenti psico-socio-culturali dei percorsi formativi e agonistici nei settori giovanili italiani d’eccellenza di pallacanestro.” PhD Thesis.

2012-2013 (anno accademico). Università degli studi di Bergamo. Dipartimento di Scienze Umane e Sociali, durante il tirocinio professionalizzante di abilitazione all’esame di stato per l’esercizio della professione di psicologo.

Progetto di ricerca, a cui ho partecipato svolgendo attività di supporto alla ricerca, condotto dal prof. Igor Sotgiu in qualità di Responsabile Scientifico:

“I concetti di felicità e infelicità nella psicologia ingenua”.

2009-2010 (anno accademico). University of Leeds (ENG), Department of Psychology.

Periodo di studio e formazione all’estero: Erasmus Placement.

Progetto di Ricerca, a cui ho partecipato svolgendo attività di supporto alla ricerca, in Psicologia Generale, condotto dal prof. W. Luke Windsor in qualità di Responsabile Scientifico:

“*Psychology of Music*”.

ESPERIENZE PROFESSIONALI

▪ Psicologo Formatore e Performance Coach:

- 2009 - Presente. *lucasighinolfi.com*

▫ Presso le seguenti organizzazioni aziendali:

- **Commercio:** Conad Pac2000A (BO), Finiper SpA (MI), Leroy Merlin (MI), Bricoman (MI).
- **Consulenza d’impresa:** IBM Italia SpA (MI), ATOS (MI), Tesisquare (CN), Info-Bit (BG), Blossom Communications (MI), Consorzio per il Trasferimento Tecnologico C2T (MB), Jacobacci & Partners Spa (BG), Agenzia ICE (RO), H-ON Consulting (PO), Agile Marketing (CR).
- **Credito-Assicurazioni:** FinecoBank (MI), BCC Banca ICCREA (RO), Borsa Italiana – Monte Titoli (MI), Alleanza Assicurazioni (MI), Nobis Assicurazioni (MB), Bonalumi Group Assicurazioni (BG).
- **Industrie alimentari:** INALCA SpA (MO), Nestlè (MI), Kerry Ingredients and Flavours Italia Spa (BG), Bonduelle Italia Srl (BG), Solaris (BO).
- **Industrie chimiche-farmaceutiche-cosmetiche:** IBSA Institut Biochimique SA (LVGA), Instrumentation Laboratory Spa (MB), Werfen (MI), Radici Group Spa (BG), Gentium Spa (CO), Suanfarma Italia Spa (TN).
- **Industrie lavorazione metalli - meccanica di precisione:** Novellini (MN), Fonderie Pilenga (BG), Cornaglia Group Spa (TO), Fonderie Torbole (BS), Forgia di Bollate Spa (MN), CNH (LE).
- **Industrie produzione materiali, apparecchiature/macchine elettriche/elettroniche:** Magneti Marelli (MI), Elcom Srl (BS), Claypaky Spa (BG), Favini (TV).
- **Industrie lavorazione legno:** Effebiquattro (MB), FederlegnoArredo (MI).
- **Pubblica Amministrazione e Sanità:** Humanitas Gavazzeni (BG), Rhiabilita Medical Center (BG).
- **Edilizia, trasporti e comunicazioni:** Stellantis (TO), IVECO (BS), Dantercepies (BZ), Franchini Spa (BG), BFC Media (MI) Dal Pont (BL).
- **Servizi:** Eg Holding SpA (MI), Dastyflysim (BG), Arco.Law (MO).

▫ Presso le seguenti **organizzazioni sportive**:

- **Calcio**: FIGC Federazione Italiana Giuoco Calcio (ITA), *Inter F.C.* (MI), USC Cremonese Calcio (CR), Calcio Como 1907 (CO).
- **Motori**: Scuderia AlphaTauri (ITA), *DaBoot Team FMX* (ITA).
- **Pallacanestro**: FIP Nazionale Italiana di Pallacanestro (ITA), *EA7 Olimpia Milan Basketball* (MI), *St. John's University Men's Basketball Team* (NY), *Vanoli Basket Cremona* (CR), *Umana Reyer Venezia Mestre Basketball* (VE), *Dolomiti Energia Aquila Basket Trento* (TN), *Ororosa Basket* (BG), *Syracuse University Men's Basketball Team* (NY).
- **Pallavolo**: You Energy Gas Sales Volley Piacenza (PI).

MEMBERSHIP PROFESSIONALI

Dal 2013. *Ordine degli Psicologi della Lombardia*. ID n.: 17010.

Dal 2020. *International Coach Federation* (ICF). Associate Certified Coach (ACC).

Dal 2014. AIPS: *Associazione Italiana di Psicologia dello Sport*.

Dal 2011. FIP: *Federazione Italiana Pallacanestro*. Allenatore di Pallacanestro qualificato. ID Num.: 039441.

Dal 2024. Scientific Board APFIP (*Associazione Preparatori Fisici Italiani Pallacanestro*).

RELATORE: CORSI DI FORMAZIONE E CONFERENZE

Sighinolfi L. (2023). *I Sistemi Motivazionali nelle relazioni sportive. L'utilizzo del protocollo di intervista AMSI Sport con atleti e allenatori*. Giunti Psychometrics: Meeting Internazionale di Psicologia dello Sport. Firenze.

Sighinolfi L. (2023). *Antifragilità applicata alle Performance sportive*. Centro Studi e Formazione in Psicologia dello Sport: Master in Psicologia dello Sport. Milano.

Sighinolfi L. (2023). *Lavorare con team sportivi professionistici*. Giunti Psychometrics: Master in Psicologia dello Sport. Firenze.

Federici A., Sighinolfi L., Pieri G., & Micheli L. (2022). *Ultracycling deca-everesting*. Seminario. Università degli studi di Urbino Carlo Bo.

Sighinolfi L. (2022). *Antifragilità: Allenarsi per allenare le performance*. Giunti Psychometrics: Meeting Internazionale di Psicologia dello Sport. Firenze.

Sighinolfi L. (2022). *Antifragilità applicata alle Performance sportive*. Centro Studi e Formazione in Psicologia dello Sport: Master in Psicologia dello Sport. Milano.

- Sighinolfi L. (2022). *Lavorare con team sportivi professionistici*. Giunti Psychometrics: Master in Psicologia dello Sport. Firenze.
- Sighinolfi L. (2022). *Tra zona di comfort e antifragilità: come allenarsi all'imprevedibilità sportiva*. POST COVID: effetti psico-fisici a breve e lungo termine sulla popolazione sportiva in particolare. Congresso Scientifico Nazionale 2022 US ACLI. Pesaro.
- Sighinolfi L. (2021). *Antifragilità applicata alle Performance sportive*. Centro Studi e Formazione in Psicologia dello Sport: Master in Psicologia dello Sport. Milano.
- Stitik T., Sighinolfi L. (2021). *Acute MSK Pain: how to manage symptoms and stress*. IBSA Institut Biochimique SA. Lugano.
- Sighinolfi L. (2021). *Lavorare con team sportivi professionistici*. Giunti Psychometrics: Master in Psicologia dello Sport. Firenze.
- Sighinolfi L. (2020). *Antifragilità applicata alle Performance sportive*. Centro Studi e Formazione in Psicologia dello Sport: Master in Psicologia dello Sport. Milano.
- Sighinolfi L. (2019). *Antifragilità applicata alle Performance*. Psicosport: Master in Psicologia dello Sport. Milano.
- Sighinolfi L. (2018). *Pallacanestro e Leadership nei settori giovanili*. Federazione Italiana Pallacanestro: incontro di formazione per allenatori, Vicenza.
- Sighinolfi L. (2017). *Basketball Coaching Culture: tra i settori giovanili italiani e i modelli USA*. Federazione Italiana Pallacanestro: incontro di formazione per allenatori, Rovigo.
- Sighinolfi L. (2017). *Performance Antifragile. Analisi video psicologica delle azioni di gioco*. Pallacanestro Biella: incontro di formazione per allenatori, Biella.
- Sighinolfi L., Romano L. (2017). *Psicologia e nutrizione per il miglioramento della performance sportiva*. Basket Asti: incontro di formazione per allenatori, Asti.
- Sighinolfi L. (2016). *Where basketball is situated in sociology of sport. A qualitative research contribution review*. Poster session presentato al 21th Congresso Nazionale AIPS (Associazione Italiana Psicologia dello Sport),
- Sighinolfi L., Vidotto G., & Filipponi L. (2016). *Coping Strategies and Personal Traits in Basketball Players*. Poster session presentato al 21th Congresso Nazionale AIPS (Associazione Italiana Psicologia dello Sport), Bologna.
- Sighinolfi L. (2016). *Allenando l'antifragilità nella Pallacanestro*. Stella Azzurra Basketball Accademy: incontro di formazione per allenatori e dirigenti, Roma.
- Sighinolfi L. (2016). *Le variabili imprevedibili e l'adattamento emotive durante le partite di pallacanestro*. Vanoli Basket Cremona: incontro di formazione per allenatori, Cremona.
- Sacripanti P., Sighinolfi L. (2016). *Allenando la performance cestistica*. Federazione Italiana Pallacanestro: incontro di formazione per allenatori, Belluno.

Sighinolfi L. (2016). *Le variabili imprevedibili e l'adattamento emotive durante le partite di pallacanestro*. Dolomiti Energia Aquila Basket Trento: incontro di formazione per allenatori, Trento.

Sighinolfi L. (2016). *Pallacanestro Antifragile. Come allenarsi all'imprevedibilità sportiva*. Unione Sportiva Arcella: incontro di formazione per allenatori, Padova.

Sighinolfi L. (2016). *Allenare l'adattamento emotive per migliorare le performance sportive*. Federazione Italiana Pallacanestro: incontro di formazione per allenatori, Perugia.

Sighinolfi L. (2016). *Pallacanestro Antifragile. Come allenarsi all'imprevedibilità sportiva*. Seminario. Associazione patavina Cultura e Sport and Biblioteca dello sport di Padova, Padova.

Sighinolfi L. (2016). *Pallacanestro Antifragile. Come allenarsi all'imprevedibilità sportiva*. Seminario. Biblioteca comunale di Nembro, Bergamo.

Sighinolfi L. (2016). *Where basketball is situated in sociology of sport. A qualitative research contribution review*. Poster session presentato al 1th Congresso Nazionale del Movimento PDS – Psicologi dello Sport, Perugia.

Sighinolfi L., Vidotto G., & Filipponi L. (2016). *Coping Strategies and Personal Traits in Basketball Players*. Poster session presentato al 1th Congresso Nazionale del Movimento PDS – Psicologi dello Sport, Perugia.

Sighinolfi L. (2014). *Sport Psychology and Mental Training Applied: Instruments and techniques applied to sport performance*. Seminario. Rhiabilita Medical Center, Bergamo.

Sighinolfi L., Polezzi D. and Mongillo M. (2014). *Young people and team sports: Psychological aspects and healthcare risks*. Federazione Italiana Pallacanestro: incontro di formazione per allenatori, Padova.

Sotgiu I., Sighinolfi L. (2013). Corso di *Metodologia della ricerca in psicologia clinica*, nel ruolo di relatore ospite. Università degli Studi di Bergamo. Dipartimento di Scienze Umane e Sociali.

Sighinolfi L. (2013). Corso di *Tecniche di gestione dell'ansia attraverso la respirazione*, nel ruolo di relatore ospite. Liceo Scientifico Lorenzo Mascheroni, Bergamo.

PUBBLICAZIONI

- Sighinolfi L. (2023). *I sistemi motivazionali nelle relazioni professionali, private e sportive. I protocolli di intervista AMSI: Adult Motivational Systems Interview*. Roma: Armando Editore.

- Sighinolfi L. (2020). *Sports Psychology in Basketball: Performance under Pressure*. Published in "Basketball Sports Medicine and Science", edited by Lior L. (et al.). Springer-Verlag Berlin Heidelberg.

- Sighinolfi L. (2019). *Promozione delle Soft Skills Aziendali: Learning in Serioplast Global Services. Nuova Secondaria*. Brescia. Editrice La Scuola.

- Sighinolfi L. (2018). *Antifragile Basketball. Training sport unpredictability*. Amazon editore.

- Sighinolfi L. (2017). La Psicologia del Tiro a Canestro: attenzione e percezione di controllo. *Movimento: rivista di Psicologia e Scienze del Movimento e dello Sport*. Vol. 33. N2/3. Maggio-Dicembre 2017.
- Sighinolfi L. (2017). *Cultura Cestistica. Le componenti psico-socio-culturali dei percorsi formativi e agonistici nei settori giovanili italiani d'eccellenza di pallacanestro*. PhD Thesis.
- Sighinolfi L. (2016). *Pallacanestro Antifragile. Come allenarsi all'imprevedibilità sportiva*. Perugia: Calzetti-Mariucci.
- Manca S., Sighinolfi L. (2015). Towards an European Apprenticeship? Uno sguardo oltre oceano: l'apprendistato negli USA. *Nuova Secondaria*. Brescia. Editrice La Scuola.