

# MASTER in PSICOLOGIA dello SPORT



100 ORE DI FORMAZIONE  
TEORICO-ESPERIENZIALE  
APPROCCIO INTEGRATO

## DIREZIONE

Maria Assunta Zappia

Psicoterapeuta, Psicologa dello Sport, Supervisor e Trainer Sport Agonistici

Presidente ASPIC Reggio Calabria

Enrichetta Spalletta

Psicologa, Psicoterapeuta, Supervisore

Presidente ASPIC per la Scuola Roma

Con il patrocinio di ENPAP - Ente Nazionale di Previdenza ed Assistenza per gli Psicologi



ASPIC per lo SPORT - Roma

Via Alessandra Macinghi Strozzi 42/A Roma

Tel: 06 51435434

Cell. 392 9290585

[www.aspicperlascuola.it](http://www.aspicperlascuola.it) - [info@aspicperlascuola.it](mailto:info@aspicperlascuola.it)



**ENPAP**

ENTE NAZIONALE DI PREVIDENZA  
ED ASSISTENZA PER GLI PSICOLOGI



ASPIC PSICOLOGIA e per lo SPORT - Reggio Calabria

via Thomas Edison, 9 - 89129 Reggio di Calabria

Tel: 0965 922638

Cell. 339 2224317 - 328 3527188

[aspicsportreggiocal@gmail.com](mailto:aspicsportreggiocal@gmail.com)



# PSICOLOGIA dello SPORT

## La FIGURA PROFESSIONALE e il MASTER

### LO PSICOLOGO DELLO SPORT

L'intervento dello psicologo dello sport si configura con **azioni multidisciplinari** rivolte al **singolo**, ai **gruppi** e alla **comunità**. A livello individuale si occupa dell'identificazione degli **elementi distintivi di personalità dell'atleta** che ne caratterizzano il rapporto con l'attività svolta, provvede a fornire tecniche per il **superamento degli ostacoli**, contribuisce fattivamente alla definizione e al **raggiungimento di obiettivi**, all'ottimizzazione delle probabilità di conseguimento dei risultati. L'attività professionale si estende ai gruppi attraverso l'uso di competenze relative alle **dinamiche relazionali** e alla **leadership** applicate alle squadre sportive e tramite contributi provenienti dalla **psicologia delle organizzazioni** è messa a disposizione del miglioramento della comunicazione nella **gestione della società sportiva**. A livello di comunità lo psicologo dello sport si adopera nella diffusione di una **cultura** più ampia legata ai **valori del benessere e al miglioramento della qualità della vita**.

### DESTINATARI E FINALITÀ

Il master propone un programma didattico costruito e calibrato espressamente per gli **psicologi laureandi, con laurea triennale o specialistica e psicoterapeuti**. Il Master intende formare una **figura professionale operativamente competente** in grado di procedere nella **lettura del contesto specifico** e di interfacciarsi con le diverse componenti del mondo sportivo, **dall'atleta alla dirigenza**: un **Esperto in Psicologia dello Sport** ad approccio Integrato, in grado di intervenire efficacemente tramite competenze finalizzate a rispondere alle esigenze di un sistema altamente specifico come quello sportivo. La formazione del master, passando dalla **diagnosi e l'assessment** di individui e gruppi, all'azione di **sostegno/potenziamento** individuale e di squadra, fino all'**intervento di comunità**, fornisce gli strumenti per la costruzione di un **"sapere applicato"** e consente di sviluppare strategie per sintonizzarsi con il "Mondo Sport" nel suo complesso e lo "Sportivo" nella sua unicità. La conoscenza approfondita delle regole esplicite e implicite, del modus vivendi e operandi di questo mondo permette al professionista di entrare in una relazione sinergica in grado di potenziare le risorse di tutte le parti in gioco. La formazione proposta pone specifica attenzione all'evoluzione dell'intera carriera sportiva dall'esordio alla conclusione, alla definizione di nuovi scenari professionali.

### METODOLOGIA E CARATTERISTICHE DISTINTIVE DEL MASTER

L'**approccio** teorico-metodologico è quello **sistemico e pluralistico integrato**, da cui provengono gli strumenti concettuali e applicativi per la **pianificazione selettiva di interventi qualitativi** basati sulla ricerca scientifica. I **contenuti teorici** proposti in presenza (35%) vengono mediati e supportati da **laboratori esperienziali** tematici, da **sperimentazioni pratiche** di apprendimento e **approfondimenti tecnici** (65%). Le sessioni di **supervisione** professionale sostengono l'attivazione di risorse idonee e creative, applicabili al sistema sportivo. Sono utilizzate **tecniche immaginative**, di **role play, simulate** ed **esercizi specifici** da utilizzare nelle sedute sportive. La metodologia a carattere prettamente esperienziale facilita l'apprendimento degli strumenti operativi e ne consente la sperimentazione sul campo attraverso **20 ore di tirocinio** da svolgere presso strutture convenzionate. I partecipanti che concludono l'iter formativo del Master sono iscritti nell'**Elenco Professionale degli Esperti in Psicologia dello Sport** istituito da ASPIC per lo Sport. L'elenco è messo a disposizione ed inviato all'**Ordine professionale, al CONI e alle Società Sportive**. Il corpo docente è formato da **esperti di psicologia dello sport** e discipline specifiche attinenti il **mondo della salute, del benessere e del miglioramento della performance**.

### ARTICOLAZIONE, COSTI E ISCRIZIONE

Il Master in Psicologia dello Sport è suddiviso in moduli per aree tematiche e ha una durata di 10 mesi con un incontro mensile: il sabato dalle ore 9:00 alle ore 18:00 per un totale di 80 ore d'aula. Completano la formazione 20 ore di tirocinio da svolgersi presso una struttura convenzionata per un totale di 100 ore complessive. Il monte ore è cumulabile nei vari percorsi formativi ASPIC.

Iscrizione € 80, costo complessivo del Master €900 + IVA rateizzabili in quote mensili (€850 +IVA per iscritti ENPAP).

Segreteria ASPIC per la Scuola Via A. Macinghi Strozzi 42/ A 00145 Roma. Tel 06 51435434 - [www.aspicperlascuola.it](http://www.aspicperlascuola.it) - [info@aspicperlascuola.it](mailto:info@aspicperlascuola.it)

### TITOLO CONSEGUITO

La frequenza di almeno l'80% delle ore di lezione, la consegna dei materiali di verifica e della tesi e lo svolgimento del tirocinio consentirà di conseguire l'attestato di frequenza al **MASTER IN PSICOLOGIA DELLO SPORT - APPROCCIO INTEGRATO**, nonché l'inserimento nell'elenco professionale degli Esperti in Psicologia dello Sport istituito da ASPIC per lo Sport.

### CORPO DOCENTE

Maria Assunta Zappia - Psicoterapeuta, Psicologa dello Sport, Supervisor e Trainer Sport Agonistici, Presidente ASPIC Reggio Calabria

Enrichetta Spalletta - Psicologa, Psicoterapeuta, Supervisore Presidente ASPIC per la Scuola Roma

Amelia Eva Cugliandro - Avvocato Specialista in Diritto Sportivo, Direttore Sportivo ASPIC per lo Sport Reggio Calabria

David Ceppi - Coach, Allenatore serie A calcio A5

Salvatore La Fata - Psicologo, Psicoterapeuta, Counselor, Master in PNL e in Formazione Formatori

Gabriella Nicotra - Psicologa, Psicoterapeuta di Gruppo e dinamiche relazionali

Anna Noto - Psicologa, Psicoterapeuta, Esperto in Psicologia di Comunità Gruppi e Sistemi Organizzativi

Lucia Scafidi - Psicologa, Psicoterapeuta, Formatore Gruppi Sportivi

# MASTER ANNUALE TEORICO-ESPERIENZIALE

## 100 ore di formazione ad approccio integrato

DIREZIONE: ENRICHETTA SPALLETTA, MARIA ASSUNTA ZAPPÀ

### Primo modulo - La Psicologia dello Sport

La Psicologia dello Sport e gli ambiti di intervento dello psicologo.

Differenti tipologie societarie e loro complessità.

Il management delle Società sportive.

#### Bibliografia di riferimento

Giovannini D., Savoia L. (2002), Psicologia dello sport, Carocci, Roma.

Guicciardi M. (2005), Psicologia dello sport. Metodi e tecniche di ricerca, Guerini Scientifica, Milano.

Mauri R. (2014), Dirigere per gli altri. Come guidare i collaboratori sportivi. La Meridiana, Molfetta.

Mauri R. (2014), Quaderni di formazione sportiva. La Meridiana, Molfetta.

### Secondo modulo - L'approccio di comunità nello studio dei gruppi sportivi

Lo sport e le sue potenzialità nello sviluppo della persona.

La società sportiva e lo sport come strumento di valore culturale.

Le dinamiche dei gruppi sportivi: Analisi Organizzativa Multidimensionale applicata allo Sport.

#### Bibliografia di riferimento

Agosti A. (2015), Gruppo di lavoro e lavoro di gruppo, FrancoAngeli, Milano.

Francescato D. (2007), Stare meglio insieme nei gruppi a scuola, nei contesti produttivi e no profit, Kappa, Roma.

Tortorelli D. (2016), Prepararsi al via. Psicologia dello sport sistemico-relazionale, FrancoAngeli, Milano.

### Terzo modulo - Tecniche di Empowerment di squadra

Team building, performance sportiva e goal setting.

Meditazione e concentrazione per il raggiungimento del risultato.

Il "Ritiro Sportivo" aspetti rilevanti.

#### Bibliografia di riferimento

Penati V. (2015), Tecniche mentali per il potenziamento della prestazione sportiva, Ferrari Sinibaldi, Milano.

Lazzari L. (2012), Il manuale del teambuilder. Tutto ciò che è necessario sapere per trasformare un gruppo di lavoro in una squadra e una squadra in una squadra specializzata, Franco Angeli, Milano.

### Quarto modulo - Conoscere e superare l'empasse sportiva

Motivazione, stress, ansia e calo della prestazione.

Cosa accade quando lo sport non è vincente.

Supervisione professionale.

#### Bibliografia di riferimento

Trabucchi P. (2012), Perseverare è umano. Come aumentare la motivazione e la resilienza negli individui e nelle organizzazioni.

La lezione dello sport, Corbaccio, Milano.

Tavella S. (2012), Perché il caro voli: la lezione dello Sport. libreriauniversitaria.it Edizioni, Limena.

### Quinto modulo - Dall'assessment alla progettazione dell'intervento psicologico

Osservazione della squadra, dell'atleta e dell'allenatore: la "Seduta" con lo psicologo dello sport.

Competizione e flow nella *peak performance*.

Supervisione professionale.

#### Bibliografia di riferimento

Lucidi F. (2011), Sportivamente: temi di Psicologia dello Sport, Led Roma.

Muzio M. (2004), Sport: flow e prestazione eccellente, FrancoAngeli, Milano.

# MASTER ANNUALE TEORICO-ESPERIENZIALE

## 100 ore di formazione ad approccio integrato

# PSICOLOGIA dello SPORT

### **Sesto modulo - Gli strumenti del coaching e della PNL a supporto della performance sportiva**

Principi di PNL e applicazioni nello sport: tecniche per la preparazione mentale.

Definizione di obiettivi, gestione ottimale delle difficoltà e sviluppo di convinzioni potenzianti.

Supervisione professionale.

#### **Bibliografia di riferimento**

Bandler R. e Grinder J. (2016), *La struttura della magia*, Astrolabio, Roma.

Bandler R. e Grinder J. (2010), *Magia Pratica*, Astrolabio Roma.

Granata G. (2000), *Programmazione Neuro Linguistica*, De Vecchi, Milano.

### **Settimo modulo - Applicazioni della psicologia dello sport in contesti diversi**

L'intervento dello psicologo sportivo in età evolutiva.

L'intervento dello psicologo sportivo nella disabilità.

Supervisione professionale.

#### **Bibliografia di riferimento**

Prunelli V. (2011), *La psicologia dello sport dei bambini. L'intervento dello psicologo nei settori giovanili sportivi*, Kappa, Bologna.

Tavella, S. (2012), *Psicologia dell'handicap e della riabilitazione nello sport*, Armando, Roma.

Vercelli G. (2009), *L'intelligenza agonistica. Affrontare le sfide nella vita, nel lavoro, nello sport*, Saggi, Ponte alle Grazie, Firenze.

Vercelli G. (2011), *Vincere con la mente*, Ponte alle Grazie, Firenze.

### **Ottavo modulo - La prevenzione e il sostegno in caso di doping**

Tecniche di Counseling nello Sport.

Allenamento, doping e trattamento dell'abuso di sostanze dopanti.

Supervisione professionale.

#### **Bibliografia di riferimento**

Zappia M.A., Montanari C. (2008), *Dietro il Doping-Integrazione nelle Psicoterapie e nel Counseling*, n° 23/24, 76-87, Ed. scientifiche A.S.P.I.C., Roma.

Murgia M., Forzini F., Agostini T., (2014), *Migliorare le prestazioni sportive. Superare il doping con la psicologia sperimentale applicata al movimento*, Franco Angeli, Milano.

### **Nono modulo - Lo stop forzato dell'attività fisica e la conclusione della carriera sportiva**

L'infortunio sportivo: gestione del trauma e riabilitazione dall'infortunio.

Il ritiro dall'attività sportiva e la costruzione di nuovi scenari.

Supervisione professionale.

#### **Bibliografia di riferimento**

Rock, J.A. & Jones, M.V. (2002). A preliminary investigation into the use of counseling skills in support of rehabilitation from sport injury. *Journal of Sport Rehabilitation*, 11, 284-304.

### **Decimo modulo - La legislazione Italiana e internazionale e la visibilità professionale.**

L'ordinamento sportivo e la giustizia nazionale e internazionale.

La promozione professionale dello psicologo dello sport: strategie e tecniche di marketing.

Conclusione del master e consegna attestati

#### **Bibliografia di riferimento**

Valori G. (2010), *Il diritto nello sport*, Giappichelli, Torino.

G. Alpa (2010), *La responsabilità civile parte generale*, Utet, Torino.