



**C.S.C.P.**

Centro Scuole Counseling e Psicoterapia

Provider ECM N°4661

**13 Maggio 2017**

Sede: via Ricasoli n. 7 - Firenze

**CREDITI ECM 11**



**Psicologia dello**

**sport advanced**

**SEMINARIO DI APPROFONDIMENTO**

Per info e iscrizioni

[www.cscp.it](http://www.cscp.it)

[info@cscp.it](mailto:info@cscp.it)

tel. 055 294670

**Dott.ssa Marica Vignozzi**  
Psicologa

“Sono pronta a sfidare i limiti. La storia li pone, gli uomini devono superarsi per generare altri ostacoli che puntualmente verranno abbattuti. E lo sport è come la vita. (V. Vezzali)”

La Psicologia dello Sport è una disciplina relativamente giovane che rientra nel ramo della psicologia applicata. Essa studia il comportamento umano ed i processi psichici nell'influenza reciproca tra attività sportiva e sviluppo psicofisico; il suo scopo è quello di aiutare l'atleta o la squadra a raggiungere la prestazione ottimale allenando le capacità mentali insieme alle capacità fisiche. Il mental training consente di completare la preparazione degli sportivi, integrando l'allenamento fisico e la preparazione tecnica, con la preparazione mentale che consente di raggiungere la propria prestazione ottimale riducendo le difficoltà come ansia, calo di attenzione, di concentrazione o altre problematiche che possono gradualmente incidere sulla salute e sulla performance dell'atleta; questo tipo di allenamento rinforza, infatti, sia la performance, ma allo stesso tempo, il benessere, ridimensionando situazioni di blocco che causano una grande differenza tra prestazione in allenamento e prestazione in gara. Lo psicologo dello sport interviene sia nelle aree che riguardano il benessere sportivo all'interno della disciplina praticata sia nelle aree che riguardano più nello specifico il mental training al fine di ottimizzare la performance dell'individuo o della squadra. Pertanto lo psicologo può essere chiamato a intervenire su un soggetto singolo con un intervento individuale o su una società sportiva nel suo insieme. Lo scopo del corso è proprio quello di acquisire conoscenze e tecniche per essere in grado di declinare l'intervento in base alle diversità che si presentano e quindi arrivare ad una corretta progettazione. Lo scopo del corso è quello di entrare nel mondo dello sport e capire quali siano gli ambiti di applicazione per la professione di psicologo. A tal fine verranno approfondite le tematiche più importanti riguardanti le figure coinvolte in ambito sportivo, verranno trattate le principali tecniche del mental training e proposte esercitazioni di approfondimento per meglio comprendere il lavoro sul campo.

# PROGRAMMA DEL SEMINARIO

**SABATO 13 MAGGIO 2017**

- 09:00 - 11:15** Presa in carico di un atleta  
Primo colloquio  
Esercitazione sulla progettazione dell'intervento
- 11:15 - 11:30** Coffee break
- 11:30 - 13:30** Presa in carico di una società sportiva  
Esercitazione sulla progettazione dell'intervento
- 13:30 - 14:30** Pausa pranzo
- 14:30 - 16:30** Formazione degli allenatori  
Psicoeducazione per i genitori
- 16:30 - 16:45** Coffee break
- 16:45 - 18:45** Mental training di squadra  
Esercitazione e project work
- 18:45 - 19:00** Conclusioni e saluti

**CREDITI ECM 11**

**L'accreditamento è stato richiesto per le seguenti categorie professionali:**

Fisioterapisti;

**Psicologi con le seguenti discipline:**

Psicologia;

Psicoterapia;

**Medici chirurghi con le seguenti discipline:**

Psicoterapia;

Psichiatria;

Medicina dello sport;

Medicina fisica e di riabilitazione;

Ortopedia e Traumatologia

**C.S.C.P - Via Ricasoli n. 7 - FIRENZE - tel. 055 294670**  
**www.cscp.it - info@cscp.it**

