

CSAPR

Centro di Studi e di Applicazione della Psicologia Relazionale

Corso di Psicologia dello Sport - Prato

Prato: Viale Vittorio Veneto, 78 - tel 0574.597662 - fax 0574.529075
www.scuolarelazionaleprato.it

Comunicazione e Relazione

Con il patrocinio di AIPS (*Associazione Italiana Psicologia dello Sport*)

Durata: 2 giornate

Presentazione

La **Psicologia dello Sport** è diventata un elemento cardine della preparazione degli atleti e dei tecnici sportivi.

Non è una professione di cura, ma di **prevenzione e formazione** relativa all'attività motoria. Gli esperti, tuttavia, si sono concentrati principalmente sul *Mental Training*, vale a dire sulle possibilità di ottimizzazione della performance agonistica, dando per scontati gli **elementi interpersonali, motivazionali e di gruppo** che stanno alla base di una pratica sportiva sana e soddisfacente, agonistica e non.

Obiettivi

Il Corso fornisce elementi per **incrementare il benessere psicofisico** legato all'attività motoria e sportiva, a livello sia dell'atleta sia di altre persone significative (allenatori, genitori, tecnici, insegnanti, dirigenti sportivi), favorendo la conoscenza delle dinamiche relazionali correlate a una crescita sportiva adeguata.

Obiettivi specifici del Corso: contribuire all'ottimizzazione della performance e incrementare il piacere all'attività fisica.

Destinatari

Il Corso si rivolge a **Psicologi, Insegnanti, Educatori, Medici, Istruttori sportivi** e a coloro che si occupano di sport e vogliono approfondire le conoscenze sulla *Psicologia relazionale* applicata allo sport e all'esercizio fisico.

Sede di svolgimento

Prato: presso il CSAPR, Viale Vittorio Veneto 78.

Durata

Il **Corso di Psicologia dello Sport** si articola in **2 giornate** (il venerdì, ore 9-13/14-18).

Metodologia

Gli elementi teorici sono trasmessi a partire dall'**esperienza pratica e concreta**; per tutta la durata del Corso è favorita una modalità di partecipazione *attiva*.

Programma

I giornata

Ore 9-13

- La Psicologia dello sport, storia, ambiti applicativi, possibilità future
- La crescita di un atleta: motivazione e personalità
- Il contesto di crescita di un atleta e i sistemi significativi

- Il ciclo vitale di un atleta

Ore 14-18

- Promozione della salute e Mental Training
- Elementi di pragmatica della comunicazione
- La comunicazione nello sport: l'atleta, la squadra, la società sportiva, l'ambiente

Il giornata

Ore 9-13

- Sport e genitorialità
- Il ruolo dell'allenatore: insegnante, guida o modello?
- Il team sportivo

Ore 14-18

- Le dinamiche del gruppo squadra
- Conflitti e cooperazione all'interno della squadra sportiva
- La gestione del gruppo nell'età evolutiva
- La gestione del gruppo nell'età adulta

Docente

Dr.ssa *Daniela Tortorelli*

Psicologa, Psicoterapeuta, Psicologa dello Sport. Presidente e didatta del CSAPR. Membro del Direttivo Nazionale di AIPS (Associazione Italiana Psicologia dello Sport) e di SIPPR (Società Italiana di Psicologia e Psicoterapia Relazionale). Ex atleta di livello nazionale, attualmente svolge attività libero professionale in ambito clinico, formativo e sportivo e di consulenza per squadre e organizzazioni. Ha scritto il libro "Prepararsi al via. Psicologia dello sport sistemico-relazionale", FrancoAngeli (2016).

Modalità di iscrizione

Per ulteriori informazioni e iscrizioni contattare la segreteria del CSAPR al numero 0574.597662 (dal lunedì al venerdì ore 9.30-15.30).

Attestato

Al termine del Corso viene rilasciato l'**Attestato di frequenza**.

Costi

Il costo del Corso è di € 250 + IVA.

€ 200 + IVA *per allievi ed ex allievi CSAPR*.