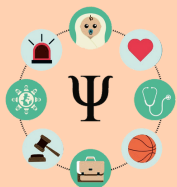


AH, SEI PSICOLOGO?



Conoscere e promuovere
il ruolo dello psicologo oggi

11 Novembre
2022
Ore 20.30

Psicologa Cominelli Federica

per il Progetto:

"Ah sei psicologo?"

Conoscere e promuovere

il ruolo dello psicologo

oggi", finanziato dal Bilancio

Partecipato dell'Ordine degli

Psicologi della Lombardia.



ORDINE
DEGLI PSICOLOGI
DELLA LOMBARDIA

Gestire Emozioni e Pensieri nello Sport

Presso Sala Civica Minelli,
Via Federico Borgondio, 29,
Brescia (BS)

Serata Gratuita

Per Informazioni

Tel. 3934107718 - 3406524597

Con il patrocinio di

Cosa potrai imparare:

- Cos'è il mental training e quali sono i suoi benefici
- Qual è il ruolo dello psicologo dello sport nel supporto all'atleta
- Come pensieri ed emozioni influiscono sulla prestazione



Progetto finanziato dal Bilancio Partecipato dell'Ordine degli Psicologi della Lombardia 2021

Chi è lo psicologo dello sport e qual è il ruolo della psicologia in questo contesto? L'atleta-persona necessita di un supporto su aspetti che non siano solo legati al livello fisico, tecnico e tattico, ma anche al livello mentale della propria prestazione sportiva. Inoltre, più figure ruotano attorno all'atleta, come genitori, allenatori, preparatori fisici e tutto lo staff che lavora all'interno delle società sportive. Com'è possibile, dunque, garantire un clima di sinergia e di benessere per l'atleta al fine di promuovere una sua autonomia? Figure qualificate e riconosciute come lo psicologo dello sport possono favorire una crescita nell'atleta sia personale che sportiva attraverso lo sviluppo di capacità utili anche nella vita quotidiana, affiancando, inoltre, le figure che lo circondano per stimolare un lavoro coerente e congiunto. L'obiettivo della serata sarà quello di fare chiarezza sull'importanza dell'aspetto mentale nello sport e sul ruolo dello psicologo in questo ambito. In particolare, verrà spiegato, grazie a modelli ed esempi, cos'è il Mental Training (o allenamento mentale), quali sono i suoi benefici e come pensieri ed emozioni possono influenzare la prestazione dell'atleta.