

# webinar



EVENTI E FORMAZIONE DELL'OPL



corso Buenos Aires, 75  
20124 Milano  
Tel. +39 0267071596  
Fax +39 0267071597  
PEO: segreteria@opl.it  
PEC: segreteria@pec.opl.it  
sito: www.opl.it



piazza Castello, 2  
20121 Milano  
www.casadellapsicologia.it



## Lo psicologo come mental coach per lo sviluppo degli atleti

Mercoledì 30 maggio 2018 dalle 21:00 alle ore 22:30 solo online

Gli atleti sono sempre più consapevoli della necessità di sviluppare, sostenere e ottimizzare le qualità psicologiche necessarie per fornire prestazioni adeguate al loro livello di competenza sportiva. La preparazione psicologica o mental coaching rappresenta, oggi, quell'insieme di modelli teorici e tecniche psicologiche, basati sull'evidenza scientifica prodotta in psicologia dello sport, che permette di costruire programmi di allenamento mentale specifici e rivolti a soddisfare le diverse richieste delle singole discipline sportive, adeguandosi ai bisogni altrettanto specifici dei singoli atleti. Scopo di questo webinar è di illustrare le possibilità offerte allo psicologo dal mental coaching, descrivere le abilità psicologiche di base e quelle avanzate, proporre un sistema di valutazione psicologica dell'atleta, descrivere programmi di allenamento dell'attenzione e di gestione dello stress competitivo e ambientale.

**Relatore: Prof. Dott. Alberto Cei**

### ISCRIZIONE ALL'EVENTO

[www.opl.it/eventi/1537/Webinar.php](http://www.opl.it/eventi/1537/Webinar.php)

### EVENTI WEBINAR

[webinar@opl.it](mailto:webinar@opl.it) - [www.opl.it/news/4289/Webinar.php](http://www.opl.it/news/4289/Webinar.php)

Responsabile Luca Mazzucchelli

Si rilasciano **attestati di partecipazione** a studenti di psicologia ed allievi delle scuole di psicoterapia, validi per il rilascio di crediti formativi.