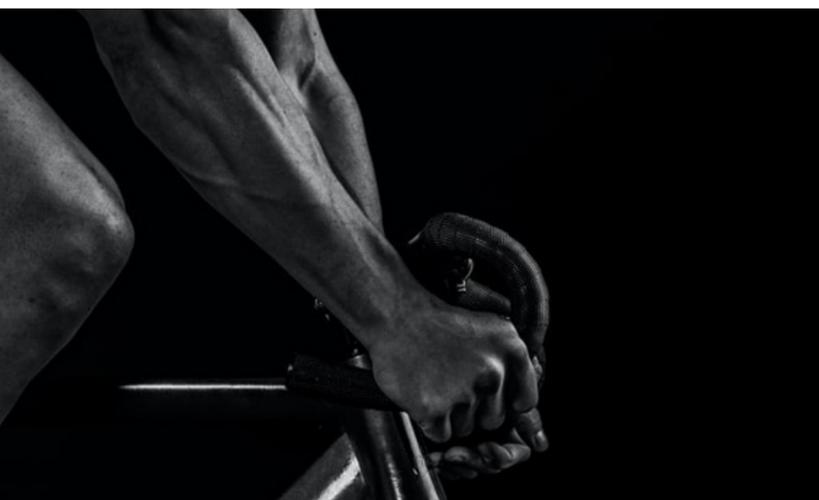




# MASTER INTEGRATO IN PSICOLOGIA DELLO SPORT

---





# Michaela Fantoni e Valeria Resta, insieme per una formazione d'eccellenza!

---

Un master esperienziale, per lavorare insieme con tecniche innovative e strumenti pratici per

- monitorare
- orientare
- certificare

lo stato interiore degli atleti e di chi opera nel mondo dello sport

Tecnologie sofisticate e sicure garantiscono risultati tangibili e misurabili, per rendere al massimo, sviluppare e mantenere una fisiologia e una **prestazione eccellente!**



# QUANDO

---

Gennaio - Novembre 2022

# DOVE

---

Milano - online

# PER CHI

---

**Laureati e laureandi in Psicologia  
con un interesse specifico per il mondo dello sport**

L'ammissione è subordinata a colloquio conoscitivo,  
esame del curriculum vitae  
e ordine di presentazione della domanda di iscrizione



# PROGRAMMA

---

120 ore di lezione

+ supervisione individuale e a piccoli gruppi

# OBIETTIVI

---

- conoscere gli ambiti di intervento della psicologia dello sport
- acquisire competenze sulle principali tecniche di preparazione mentale
- progettare interventi di preparazione mentale
- utilizzare strumenti di preparazione mentale
- presentare percorsi di mental training
- applicare le tecniche al caso specifico
- traslare le competenze acquisite nell'ambito aziendale

Crediti ECM su richiesta

# CONTENUTI

---

## LA PSICOLOGIA NELLO SPORT

- introduzione: contesto attuale e aree di intervento
- preparazione mentale: aspetti deontologici e trucchi del mestiere
- modello bio-psico-sociale
- la ricerca in psicologia dello sport
- analisi di caso

## IL SETTORE GIOVANILE

- giochi didattici
- parent's training
- analisi di caso
- le regole nello sport

## DISABILITA' E SPORT

- disabilità e agonismo
- analisi di caso
- integrabile

## STRUMENTI

- conoscere l'atleta
- performance profile: confronto tecnico/atleta
- motivazione e lavoro per obiettivi
- ACT
- rilassamento e visualizzazione
- uso del mentale nello sport

## ANSIA VS ATTIVAZIONE

- strategie di gestione dell'ansia
- attivazione ottimale
- introduzione al biofeedback
- analisi di caso

# CONTENUTI

---

## SPORT E AZIENDA SONO AFFINI

- outdoor training
- outplacement
- fine carriera

## COMUNICARE A TUTTI I LIVELLI

- la comunicazione efficace
- media training
- analisi di caso

## PAURA DI RIENTRARE IN CAMPO/DOLORE

- gestire la paura e tornare in pista
- gestire il dolore
- prevenzione e recupero atleta infortunato

## APPLICAZIONI, ESEMPI PRATICI

- lavoro con tecnico su tiri liberi
- allenamento integrato tennis
- reazione all'errore



# CALENDARIO

---

29 - 30 gennaio 2022

26 - 27 febbraio 2022

19 - 20 marzo 2022

23 - 24 aprile 2022

14 - 15 maggio 2022

28 - 29 maggio 2022

18 - 19 giugno 2022

10 - 11 settembre 2022

24 - 25 settembre 2022

15 - 16 ottobre 2022

5 - 6 novembre 2022

26 novembre 2022



# COSTI

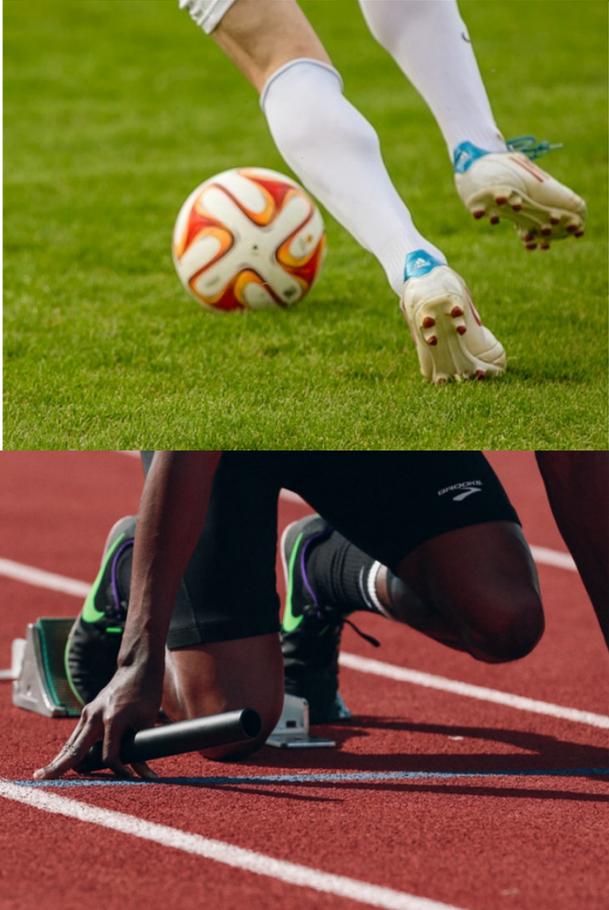
---

Per l'intero percorso master, pagamento rateale: € 3200 + iva

## Agevolazioni:

Per iscrizioni in unica rata o entro il 15/09/2021: € 2900 + iva

Per soci/iscritti scuole specialità AMISI, AIAMC, PSIBA e  
Università Cattolica: € 2900 + iva



## Possibile pagamento rateale:

1^ rata all'iscrizione (40%)

2^ rata entro 8 aprile 2022 (30%)

3^ rata entro 8 luglio 2022 (30%)



## CONTATTACI

---

**Via Cavour 44 - Varese**

**[www.mind-room.it](http://www.mind-room.it)**

**e-mail: [info@mind-room.it](mailto:info@mind-room.it)**

**tel: 0332 1952209 - 338 9866352**

