C.S.A.P.R.
Centro Studi e Applicazione
della Psicologia Relazionale

WORKSHOP

"Il Mental Training: incremento e ottimizzazione della performance sportiva"

Venerdì 8 marzo 2019 h. 9.30 - 18.30

RELATORE:

Dott.ssa Daniela Tortorelli, Psicologa dello sport, Psicoterapeuta, Presidente e Didatta del Centro Studi e Applicazione della Psicologia Relazionale di Prato, membro del Direttivo Nazionale AIPS (Associazione Italiana Psicologia dello Sport e dell'Esercizio), membro del Direttivo Nazionale SIPPR (Società Italiana Psicologia e Psicoterapia Relazionale). Ha scritto il libro "Prepararsi al via. Psicologia dello sport sistemico-relazionale", FrancoAngeli (2016).

OBIETTIVO FORMATIVO:

L'obiettivo del corso è fornire ai partecipanti le conoscenze di base per impostare un programma di ottimizzazione della performance (mental training) in atleti praticanti attività agonistica.

PROGRAMMA:

La giornata di lavoro prevede la trattazione dei seguenti argomenti:

- il colloquio in psicologia dello sport
- procedure base per l'assessment
- progetto di preparazione mentale (mental training)
- strategie di intervento per le abilità mentali di base

Il corso prevede esperienze pratiche.

DESTINATARI:

Il workshop si rivolge a psicologi, psicoterapeuti e medici interessati a conoscere e approfondire le tematiche e le procedure base di mental training e di incremento della prestazione sportiva.

QUOTE DI PARTECIPAZIONE:

90 euro + IVA*

70 euro + IVA* allievi, ex allievi, corsisti e docenti C.S.A.P.R.

*IVA 22%

Per informazioni e iscrizioni rivolgersi alla segreteria del Centro Studi

dal lunedì al venerdì dalle ore 9.30 alle ore 15.30

Viale Vittorio Veneto, 78 - 59100 Prato

Tel.: 0574 597662; Fax: 0574 529075

E-mail: segreteria@csapr.it; Sito Web: www.scuolarelazionaleprato.it

Scuola di Specializzazione riconosciuta dal M.I.U.R. ex M.U.R.S.T. (D.M. 29/09/94-G.U. 246 del 20/10/94-D.M. 25705/01-G.U. 160 del 12/07/01)

Provider per la Formazione Continua in Medicina (ECM)-Codice identificativo 4290