

---

## **LA PSICOLOGIA DELLO SPORT E SPORTGATE**

*Anna Fata*

Su gentile concessione di Vertici ([www.vertici.it](http://www.vertici.it)) su cui è stato pubblicato per la prima volta.

### ***La psicologia dello sport: Introduzione***

La psicologia dello sport è una specializzazione della psicologia applicata, oltre che una scienza dello sport. Le sue origini sono duplici e affondano sia nelle scienze motorie, sia nella psicologia.

Alla fine dell'800 si è cominciato a parlare di psicologia dello sport, ma è stato solo a partire dal 1898 che l'approccio a tale disciplina ha assunto i connotati di ricerca sperimentale, grazie all'esperimento di Norman Bartlett, relativo agli effetti della presenza di altri concorrenti sulla prestazione ciclistica.

Un successivo passo avanti nella direzione della diffusione della psicologia dello sport si ebbe nel 1965 con la fondazione a Roma, ad opera di Ferruccio Antonelli, della International Society of Sport Psychology (<http://www.issponline.org/>).

La Società si propone di favorire la ricerca, la didattica e lo scambio nell'ambito della psicologia dello sport, a livello internazionale.

Solo di recente, negli anni '90, l'interesse per la psicologia dello sport ha raggiunto il suo apice.

Il maggior numero degli psicologi dello sport si trova attualmente nel nord dell'America (43%) e in Europa (21%).

### ***Le aree della psicologia dello sport***

La psicologia dello sport non trova la sua applicazione solo nell'ambito dell'agonismo, per il potenziamento delle abilità cognitive ed emotive connesse alle prestazioni atletiche di alto livello, ma anche nella pratica sportiva di massa, intesa come mezzo per raggiungere il benessere psicofisico, nell'handicap, nella riabilitazione e come nuovo tipo di applicazione psicoterapeutica, per la sua capacità di favorire la canalizzazione della aggressività e migliorare, in tal modo, i sintomi psicosomatici, dell'ansia sociale e dell'umore.

Le principali aree di azione della psicologia dello sport sono:

*La ricerca*, sull'apprendimento motorio, nelle sue implicazioni neuropsicofisiologiche, sui processi attentivi, motivazionali, i tempi di reazione e i sistemi di valutazione psicologica.

*L'applicazione*, che si esplica essenzialmente in tre momenti: la valutazione psicologica, la preparazione psicologica e l'intervento, che può assumere le caratteristiche di psicoterapia di sostegno, oppure di counseling.

*La didattica*, rivolta prevalentemente ad allenatori, tecnici, dirigenti e a tutti coloro che devono gestire le risorse umane in ambito sportivo.

### ***La formazione dello psicologo dello sport***

Fino a poco tempo fa, i percorsi di formazione dello psicologo dello sport sono stati i più svariati. Ciò che li accomunava era una forte componente pratica, che si esplicava essenzialmente sul campo.

L'Ordine degli Psicologi della Lombardia, di recente, ha ravvisato la necessità di accreditare un percorso formativo specifico in psicologia dello sport, nell'ambito di un progetto più ampio, che vede coinvolte diverse aree della psicologia, al fine di garantire una adeguata preparazione ed una elevata professionalità dei soggetti coinvolti, tramite l'istituzione di un'apposita certificazione.

Inoltre, il mercato del lavoro, assai competitivo e in cui la conoscenza rappresenta il valore aggiunto, che rende appetibile un professionista, richiede dei profili professionali sempre più specializzati, oltre che costantemente aggiornati.

Sportgate si inserisce proprio in tale contesto e si propone di offrire una formazione intergrata, in presenza e a distanza, di alto livello, in grado di preparare lo psicologo dello sport a lavorare in tale settore.

### ***Sportgate: Per chi?***

Sportgate si rivolge a tutti gli psicologi iscritti all'Albo della propria regione, che desiderino acquisire una formazione specifica o un aggiornamento in psicologia dello sport.

A Sportgate ci si può iscrivere da tutta Italia e anche dall'estero, perché la didattica online consente una fruizione relativamente indipendente da vincoli di spazio e di tempo e gli incontri in presenza, a carattere esperienziale, sono concentrati in tre week-end, per i quali sono previste eventuali facilitazioni residenziali.

Anche il tirocinio finale si può effettuare comodamente presso la struttura convenzionata più facilmente raggiungibile dalla propria residenza.

Sportgate è a numero chiuso. E' riservato a 50 psicologi, che verranno selezionati in base al curriculum e, in caso di parità di requisiti, in base alla data dell'inoltro della domanda di prescrizione, che si può effettuare presso <http://www.sportgate.org>.

### ***Sportgate: Perché?***

Sportgate vuole rappresentare una *esperienza di vita*, un momento in cui formazione personale e professionale si fondono, dando luogo ad un evento estremamente arricchente dal punto di vista umano e formativo.

Sportgate rappresenta l'occasione per apprendere le basi teoriche della psicologia dello sport, le relative applicazioni pratiche e un modo per entrare in contatto con una comunità di addetti ai lavori e di colleghi, con cui instaurare rapporti di collaborazione e di scambio reciproco, in un processo di *co-creazione della conoscenza*.

La comunicazione online, in tal senso, rappresenta un mezzo *in aggiunta* a quelli tradizionali, che non si

sostituisce ad essi senza sostituirsi ad essi, per raggiungere tali obiettivi.

Inoltre, un percorso formativo che si avvale della Rete consente di crearsi un percorso formativo ad hoc, secondo le esigenze e gli interessi dei singoli discenti, grazie all'ampia mole di risorse in essa contenuta. A partire da una base comune, che rappresenta il fondamento teorico-pratico fondamentale per ogni psicologo dello sport, è possibile approfondire gli aspetti di maggiore interesse e con la più ampia ricaduta professionale.

***Per ulteriori informazioni su Sportgate:***

Sito web: <http://www.sportgate.org>

E-mail: [info@sportgate.org](mailto:info@sportgate.org)

**Per approfondire:**

Associazione Internazionale di Psicologia e Psicoanalisi dello Sport

<http://www.geocities.com/Athens/Troy/9910/>

Associazione Italiana Psicologia dello Sport

<http://www.aipsweb.it/index.html>

Exercise and Sport Psychology APA Division 47

<http://www.psyc.unt.edu/apadiv47/>

Ordine degli Psicologi della Lombardia

<http://www.opl.it>

***Bibliografia***

Cei A.

Psicologia dello sport

Il Mulino, 1998

Davis S.F., Huss M.T. e A.H. Becker

Norman Triplett and Dawning of Sport Psychology

Sport Psychologist, 9, 366-375, 1995

Salmela J.H.

The world Sport Psychology Suorcebook

Human Kinetics, 1992

Terreni L. e L.Occhini

Psicologia dello sport

Guerini scientifica, 1997