

Per maggiori informazioni:

Dott. Matteo Manfredini

Psicologo, Psicoterapeuta, Supervisore, operatore EMDR
Lavora privatamente come clinico, esperto in disturbi d'ansia e della personalità.

Cresciuto sulle piste del Cimone, è da sempre vicino al mondo dello sport, prima nel calcio e nello sci e ora nel fitness e nello yoga.

Tel: 339 3800699 matte80.m@gmail.com

P.Iva: 03326540360 www.dottmatteomanfredini.it

Ambulatori

Via Giardini n.26, Pavullo nel Frignano (MO)

Via Trento Trieste n.86, Formigine (Mo)

Poliambulatorio "Il Maggiociondolo" via Castello n.14 Riolunato (Mo)

Dott. Alessandro Martinelli

Psicologo, Psicoterapeuta in formazione, formatore
Esperto in disturbi d'ansia e dell'umore, si occupa di consulenza psicologica al singolo e formazione d'aula su tematiche di Comunicazione, presa di decisioni, Problem Solving, gestione dello stress, leadership.

Ha svolto docenze per allenatori della FIGC – Federazione Italiana Giuoco Calcio (Corso UEFA B e Juniores)

Tel. 340 5956786 alessandro-martinelli@hotmail.it

P.Iva: 03656020363

Ambulatorio:

riceve a Modena, in Via Gallucci n.43

BENESSERE SPORTIVO e MIGLIORAMENTO DELLA PERFORMANCE AGONISTICA

***Allenare la mente e padroneggiare le
emozioni***



Perchè lo psicologo?

Età e accadimenti di vita (incidenti, infortuni, cambio di scuola/lavoro) modificano aspettative e motivazione allo sport, il più delle volte verso una direzione positiva di accettazione e adattamento, altre volte invece alcuni cambiamenti possono notevolmente influenzare il benessere psicologico dell'atleta con rischi sul piano sportivo, relazionale, lavorativo e di studio. Lo psicologo è la figura preposta a lavorare su questi aspetti, sia sui punti di forza che sulle eventuali fragilità e ferite.

I PROGETTI

Progetto Maestri di Sci

Il maestro di Sci svolge un ruolo delicato e importante.

Ogni atleta ha le sue peculiarità, sia a livello di caratteristiche tecniche e fisiche che a livello temperamentale. Queste ultime hanno un enorme impatto sulla prestazione sportiva.

Ogni atleta (giovane o adulto che sia) risponde a critiche, feedback, in modo diverso e vive la competizione in modo specifico

Ogni maestro ha il suo stile, il suo modo di comunicare.

Conoscere, condividere e formarsi su questi aspetti aiuta ad essere più efficaci nel proprio ruolo.

Progetto Junior - Psicoeducazione e sostegno allo sport

Il progetto psico-educazionale rivolto ai ragazzi nasce dall'esigenza, da parte di molte società sportive, di promuovere un messaggio chiaro: "lo sport è soprattutto divertimento". La manifestazione del disagio giovanile anche in ambito sportivo/atletico non è facilmente individuabile da tutti. A volte siamo in presenza di campanelli d'allarme espliciti come:

- Rifiuto di svolgere gare o partecipare alle attività del gruppo

- Dolori riferiti, febbre e vomito prima delle gare
- Ansia elevata o paralizzante
- Pianto e reazioni catastrofiche all'arrivo o dopo poco tempo
- Rabbia eccessiva
- Isolamento e/o allontanamento progressivo dal gruppo o dallo sci
- Comportamenti rischiosi verso se stessi/ altri
- Problemi comportamentali (aggressività verso i compagni, colluttazioni)

Il *progetto Junior*, si prefigge di costruire uno spazio, in cui i ragazzi possono condividere le loro aspettative, confrontarsi, parlare delle proprie difficoltà, grazie all'aiuto di uno psicologo.

Progetto di sostegno alla genitorialità

Interventi formativi/educativi condotti da uno psicologo, rivolti ai genitori di ragazzi impegnati nelle attività sportive. Il progetto vuole fornire utili strumenti di comprensione e gestione a tutti quei genitori che vogliono sostenere i propri figli promuovendo una cultura sportiva improntata al benessere, alla condivisione e al divertimento.

Sportello d'ascolto per lo sportivo

Consulenza, psicoterapia, miglioramento delle performance agonistiche

Lo sportello d'ascolto è un servizio di consulenza aperto a tutti gli sportivi che necessitano di un aiuto specifico nell'affrontare diverse problematiche e può essere trasversale a tutti i progetti sopraelencati.

** ogni progetto può essere tarato nei tempi, nelle modalità (di gruppo o individuali) e nei contenuti a seconda di richieste e bisogni specifici*