



S F E R A  
SPORT UNIT

CORSO DI PERFEZIONAMENTO IN  
PSICOLOGIA DELLO SPORT  
2024

XXV° EDIZIONE



CENTRO DI PSICOLOGIA DELLO SPORT E DELLA  
PRESTAZIONE UMANA «UMBRO MARCACCIOLI»



50  
CREDITI  
ECM



CONI



## IL CORSO

Dei professionisti esperti in **Human Performance** ti condurranno alla scoperta dei meccanismi mentali alla base della prestazione. Apprenderai, attraverso **modalità formative pratico-esperienziali**, i principi della **Psicologia dello Sport e della Prestazione Umana**, utili e applicabili alle sfide in atto. Tali principi, al servizio del singolo o del team, permettono di raggiungere la **massima efficacia e la massima efficienza nelle sfide**, favorendo il **raggiungimento di obiettivi** in specifici contesti sportivi, e non solo. La Psicologia dello Sport è una branca delle scienze psicologiche che accompagna gli atleti (o le squadre) verso uno stato desiderato, attraverso specifici percorsi di allenamento mentale. Il Corso fornirà tutte le competenze e le conoscenze di base indispensabili per operare nel contesto sportivo a differenti livelli (con la società, lo staff tecnico, gli allenatori e direttamente con gli atleti) o più in generale per la promozione della cultura sportiva.

Ti offriamo la possibilità di formarti con noi e di apprendere le competenze realmente necessarie per operare non solo nel settore sportivo, ma **in tutti i contesti in cui c'è una sfida in atto e una prestazione da realizzare**.



Il Corso è rivolto a tutti i professionisti (psicologi, psicoterapeuti, laureandi in psicologia e scienze motorie, medici sportivi, fisioterapisti, allenatori e/o altre figure dello staff tecnico\*\*) che vogliano costruire la loro carriera in ambito sportivo, acquisendo le competenze necessarie per padroneggiare gli aspetti mentali di atleti e squadre, accompagnandoli nell'espressione del loro massimo potenziale.

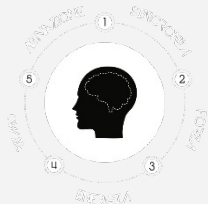


# IL MODELLO

Il **Modello S.F.E.R.A.**, ideato dal **Prof. Giuseppe Vercelli** insieme al suo team, permette di acquisire una base teorica e pratica fondamentale per coloro che desiderano muoversi nel mondo della psicologia della prestazione e guidare atleti, squadre o team di lavoro **nell'espressione del loro massimo potenziale**.

S.F.E.R.A. origina dall'acronimo di 5 fattori: **S**incronia, punti di **F**orza, **E**nergia, **R**itmo, **A**ttivazione.

Tale Modello, consolidato e applicato in vari contesti sia sportivi che aziendali, è stato utilizzato dal **CONI** nelle **Olimpiadi** di Torino 2006, Pechino 2008, Vancouver 2010, Londra 2012, Sochi 2014, Rio 2016 e Pyeongchang 2018 Tokyo 2020, Pechino 2022, in numerosi Campionati e Coppe del Mondo ed è tuttora parte integrante, in alcune realtà, per la preparazione dei giochi di Parigi 2024. Oggi è inoltre applicato in diverse federazioni e società sportive tra cui:



S . F . E . R . A . © è uno strumento di **analisi e di ottimizzazione della performance**. È riconosciuto nel panorama nazionale ed internazionale per lo sviluppo della prestazione, in particolare è stato presentato alla Comunità Scientifica Internazionale in occasione del **XII Congresso Mondiale di Psicologia dello Sport** a Marrakech (Marocco) nel Giugno del 2009.



# PROF. GIUSEPPE VERCELLI

**Psicologo e psicoterapeuta, docente di Psicologia dello Sport e della Prestazione Umana** presso l'Università degli Studi di Torino, è il **Responsabile Scientifico** del Corso di Perfezionamento in Psicologia dello Sport. Studioso ed esperto di psicologia della prestazione e delle sue applicazioni in ambito sportivo, organizzativo e manageriale, ha insegnato presso la Scuola Universitaria di Scienze delle Attività Motorie e Sportive, l'Università Bocconi di Milano e presso la Facoltà di Economia dell'Università di Torino.

Membro del team autoriale che, in collaborazione con Giunti O.S., ha sviluppato e pubblicato l'**Anti-fragile Questionnaire** nel 2020, primo test in grado di misurare il livello potenziale di Anti-fragilità negli individui.

È stato inoltre:

Psicologo Ufficiale CONI per le Olimpiadi di



Consulente CONI per le Olimpiadi di



Autore di pubblicazioni divulgative e scientifiche tra le quali i saggi *Vincere con la Mente* e *L'intelligenza agonistica*, oltre a *Il Potere nascosto dell'Ombra*, *Psicologia dell'alta prestazione nel trading* e *Antifragili*.

Psicologo dello Sport nelle Federazioni FISU, FICK, FIGC, FIPAV, FISG, FIBa e Psicoterapeuta presso il J Medical. È Responsabile del Centro di Psicologia dello Sport e della Prestazione Umana "Umbro Marcaccioli" e dell'Area Psicologica di Juventus F.C. dal 2011.

Nel corso vi sarà la possibilità di apprendere come operiamo in una squadra di élite.

**Juventus F.C.**, organizzazione all'avanguardia, ha riconosciuto il valore della figura dello Psicologo dello Sport, investendo in modo sempre più consistente per implementare l'utilizzo di tecniche e strumenti psicologici finalizzati al **miglioramento continuo**.

Questa opportunità ci ha permesso di lavorare sulla crescita personale e professionale a 360° del giocatore e dei diversi staff al fine di ricercare una metodologia che nel suo genere dimostra di essere innovativa anche rispetto alla valorizzazione delle risorse.

Il **Professor Giuseppe Vercelli (Responsabile Area Psicologica Juventus F.C.)**, coordina **11 risorse attive su aree e progetti differenti**:



**6** RISORSE DEDICATE  
ALL'AREA SPORTIVA



**3** RISORSE DEDICATE  
ALL'AREA RESIDENZIALE



**2** RISORSE DEDICATE  
ALL'AREA EDUCATIVA



# INFORMAZIONI UTILI



## Orari

I moduli del Corso si svolgeranno nelle giornate di:

VENERDÌ  
14 - 18

SABATO  
09 - 13  
14 - 18



## Durata

Il Corso ha una durata complessiva di 200 ore suddivise in:

120  
TEORICO-PRATICHE

40  
AUTOFORMAZIONE  
SUPERVISIONATA

40  
TESI FINALE



## Partecipanti

Il Corso verrà attivato con un numero minimo di:

12  
PARTECIPANTI

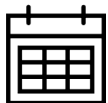
previa valutazione del curriculum da parte della Commissione, sulla base di requisiti specifici indicati a pag.14









## Luogo

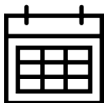
Centro di Psicologia dello Sport e della Prestazione Umana

ISEF  
PIAZZA BERNINI 12  
TORINO



# PROGRAMMA DEL CORSO

 MODULO	 DATA	 ORARIO	 TITOLO	 CONTENUTI	 DOCENTI
1	Venerdì 12 Gennaio	14-18	<b>INTRODUZIONE AL CORSO</b>	Benvenuto e introduzione al corso Presentazione del Centro, dei docenti e degli allievi Premesse al corso (struttura lezioni, auto-formazione, tesi, il modello formativo) Introduzione alla Psicologia dello Sport	Lo Staff del Centro di Psicologia dello Sport
2	Sabato 13 Gennaio	9-13	<b>IL MODELLO S.F.E.R.A. - 1a parte -</b>	I presupposti alla base della Prestazione Umana. Il Modello S.F.E.R.A.: descrizione dei fattori di prestazione.	G. Vercelli A. Sacco
3	Sabato 13 Gennaio	14-18	<b>IL MODELLO S.F.E.R.A. - 2a parte -</b>	Il Metodo di lavoro (PDCA) e la Teoria di riferimento (Costruttivismo)	G. Vercelli A. Sacco



# PROGRAMMA DEL CORSO

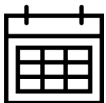
4	Venerdì 26 Gennaio	14-18	<b>OTTIMIZZAZIONE</b>	Il lavoro sugli "attrattori zero". Esercitazioni e spunti di ottimizzazione sui fattori del Modello S.F.E.R.A.	A. Sacco
5	Sabato 27 Gennaio	9-11	<b>PRIMO INCONTRO</b>	Le fasi operative per condurre il primo incontro conoscitivo con l'atleta.	A. Maglietto
		11-13	<b>STRUMENTI DI ANALISI - 1a parte -</b>	Il "Profilo di Prestazione" Presentazione e descrizione dello strumento di analisi (scheda di intervista)	A. Sacco A. Maglietto
6	Sabato 27 Gennaio	14-18	<b>STRUMENTI DI ANALISI - 2a parte -</b>	Il "Profilo di Prestazione" Definizione e sperimentazione degli strumenti di analisi *	A. Sacco A. Maglietto
7	Venerdì 9 Febbraio	14-16	<b>COME CONDURRE L'OSSERVAZIONE SU CAMPO</b>	La griglia di osservazione e la costruzione degli indicatori secondo il Modello S.F.E.R.A.	M. Toscano M. Gabiano
		16-18	<b>IL LAVORO INTRA-STAFF</b>	Esempi di interventi di lavoro con lo staff	A. Cecilia
8	Sabato 10 Febbraio	9-13	<b>L'ESPERIENZA OLIMPICA</b>	Il ruolo del professionista in Psicologia dello Sport nei contesti Olimpici: testimonianze e casi delle ultime 6 Olimpiadi	G. Vercelli P. Viberti
9	Sabato 10 Febbraio	14-18	<b>GOAL SETTING</b>	Goal Setting: la definizione degli obiettivi e potenziamento del self-talk dell'atleta	C. Gambarino





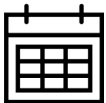
# PROGRAMMA DEL CORSO

10	Venerdì 23 Febbraio	14-18	<b>CASO PRATICO DI OTTIMIZZAZIONE INDIVIDUALE</b>	SFERA e Tiro a Volo: un esempio di intervento di ottimizzazione sull'atleta. Descrizione del caso e degli strumenti utilizzati	S. Gastaldi
11	Sabato 24 Febbraio	9-13	<b>CORSO BASE IPNOSI - 1a parte -</b>	Storia e teoria della pratica ipnotica Neurofisiologia della trance Procedure pratiche di trance ipnotica per l'ottimizzazione della prestazione dell'atleta, Autoipnosi	G. Vercelli
12	Sabato 24 Febbraio	14-18	<b>CORSO BASE IPNOSI - 2a parte -</b>	Applicazione e sperimentazione individuale, di coppia e di gruppo di tecniche di visualizzazione e rilassamento	G. Vercelli



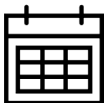
# PROGRAMMA DEL CORSO

13	Venerdì 22 Marzo	14-16	<b>L'ESPERIENZA IN UN CIRCOLO SPORTIVO</b>	Case study L'applicazione del modello S.F.E.R.A. all'interno di un circolo di Tennis: competenze, contributi e possibili applicazioni	S. Indemini N. Ricci
		16-18	<b>PSICOLOGIA DELLO SPORT E FITNESS</b>	La nuova frontiera della psicologia dello sport: il mondo del fitness. Modalità di intervento nell'ambito fitness	P. Evangelista R. Capone
14	Sabato 23 Marzo	9-13	<b>LEADERSHIP</b>	La leadership in ambito sportivo: come facilitarla e implementarla nella figura dell'allenatore e all'interno di un team	S. Indemini N. Ricci
15	Sabato 23 Marzo	14-18	<b>TEAM BUILDING</b>	Il modello di lavoro nella costruzione e gestione del team vincente. Analisi e ottimizzazione all'interno del gruppo squadra	A. Sacco



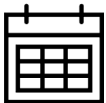
# PROGRAMMA DEL CORSO

16	Venerdì 12 Aprile	14-16	<b>NEUROSCIENZE E SPORT</b>	Il cervello degli atleti: la connessione tra neuroscienze e performance.	E. Pagliano
		16-18	<b>FISIO-SFERA</b>	L'integrazione tra il Modello S.F.E.R.A. e la prevenzione dell'infortunio sportivo	R. Romano
17	Sabato 13 Aprile	9-13	<b>TRAUMATOLOGIA SPORTIVA</b>	Introduzione alla traumatologia sportiva e al lavoro di ri-atletizzazione	C. Tirone
18	Sabato 13 Aprile	14-18	<b>SPORT E DISABILITÀ</b>	Teoria e pratica sportiva nel contesto della disabilità	C. Gambarino E. Cauda



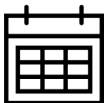
# PROGRAMMA DEL CORSO

19	Venerdì 10 Maggio	14-16	<b>GENITORI DEL GIOVANE ATLETA</b>	Informare e formare i genitori. Come creare cultura sportiva e condividere obiettivi, ruoli e aspettative	A. Maglietto
		16-18	<b>PROTOCOLLO S.F.E.R.A.</b>	Fasi e procedure di lavoro nel percorso di ottimizzazione della prestazione sportiva	G. Vercelli
20	Sabato 11 Maggio	9-13	<b>SPORT ED ETÀ EVOLUTIVA</b>	Il Modello S.F.E.R.A. in età evolutiva. Esercitazioni e giochi di allenamento mentale. Child Protection	A. Giurranna
21	Sabato 11 Maggio	14-18	<b>VERIFICA SU CASI PRATICI</b>	Un caso sportivo individuale e uno di squadra	C. Gambarino
22	Venerdì 24 Maggio	14-18	<b>FLOW CHART</b>	Flow Chart e definizione dello stato desiderato. Utilizzo dello strumento in ambito sportivo	A. Maglietto
23	Sabato 25 Maggio	9-13	<b>MENTE – CORPO E AMBIENTE</b>	La connessione tra mente, corpo e ambiente: analisi e gestione delle condizioni metereologiche e ambientali in ambito sportivo	A. Pezzoli
24	Sabato 25 Maggio	14-18	<b>AUTOEFFICACIA</b>	Il costrutto dell'autoefficacia Come potenziare i punti di forza: le fonti dell'autoefficacia e spunti pratici di ottimizzazione	A. Sacco



# PROGRAMMA DEL CORSO

25	Venerdì 7 Giugno	14-18	<b>COMUNICARE ALLA SQUADRA</b>	I momenti della comunicazione: spunti pratici in ambito sportivo nelle diverse fasi della competizione. Esercitazione pratica	E. Pagliano A. Cecilia
26	Sabato 8 Giugno	9-11	<b>NEUROFISIOLOGIA DELLA TRANCE</b>	Approfondimento neurofisiologico dell'Ipnosi e dello stato di Trance	M. Garosci
		11-13	<b>IMAGERY</b>	Teoria, pratica e sperimentazione di tecniche di visualizzazione	R. Capone
27	Sabato 8 Giugno	14-18	<b>BIOFEEDBACK</b>	Fisiologia, teoria e metodologia del Biofeedback. Prove di ottimizzazione e uso dello strumento in ambito sportivo. Laboratorio pratico di sperimentazione a coppie con supervisione diretta	S. Indemini N. Ricci



# PROGRAMMA DEL CORSO

28	Venerdì 20 Settembre	9-13	<b>LABORATORIO DELLA FORMAZIONE</b>	Presentazione a gruppi dei lavori svolti dai partecipanti al Corso	Il Team S.F.E.R.A.
	Venerdì 20 Settembre	14-15	<b>L'ESPERIENZA NEL SETTORE GIOVANILE</b>	La psicologia dello sport nel team allargato di lavoro: l'esperienza degli Juventus Summer Camp	A. Sacco
		15-18		La gestione del College e le attività integrate con le squadre giovanili. Analisi e proposte formative	C. Cortese
29	Sabato 21 Settembre	9-11	<b>PROGETTI DI OTTIMIZZAZIONE NELLE FEDERAZIONI</b>	Come progettare e realizzare interventi di ottimizzazione della performance con atleti d'Elite	R. Romano
		11-13	<b>REPORT</b>	Strategie di report: modalità pratiche di gestione della fase di feedback nel processo di ottimizzazione	E. Pagliano A. Cecilia
30	Sabato 21 Settembre	14-17	<b>PERSONAL BRANDING</b>	Nel contesto lavorativo attuale sapersi raccontare e distinguere fa la differenza. Come? Individuare la propria specificità e posizionarsi efficacemente sul mercato	C. Magaraggia
		17-18	<b>CONCLUSIONI</b>	Lo scenario futuro Conclusioni e commenti	Lo Staff del Centro di Psicologia dello Sport

La discussione della tesi finale e la consegna dell'attestato avverranno in data **22 NOVEMBRE 2024**.

I moduli contrassegnati dal simbolo «\*» saranno a partecipazione esclusiva degli psicologi che hanno regolarmente superato l'esame di abilitazione alla professione.



## REQUISITI PER L'AMMISSIONE

Possono presentare domanda di ammissione al Corso:

1. laureati/laureandi in possesso di laurea in Psicologia o Medicina;
2. laureati/laureandi in Scienze motorie e sportive, in Scienze motorie, diplomati in Educazione fisica, laureati/laureandi in Scienze e tecniche dello sport e dell'allenamento, Scienze e tecniche delle attività fisiche adattate, Manager delle attività fisiche e sportive o lauree affini;
3. laureati/laureandi in possesso di lauree differenti, previa valutazione del curriculum vitae e studiorum e selezione da parte dello staff;
4. \*\*professionisti del settore sportivo che non sono in possesso del titolo di laurea ma operano da almeno cinque anni nell'ambito (allenatori, tecnici, preparatori, ecc.).



## ATTESTATO DI FREQUENZA

Alla conclusione del corso, agli iscritti che avranno frequentato almeno i 2/3 delle lezioni, sostenuto l'esame di tesi finale ed adempiuto agli obblighi amministrativi, sarà rilasciato dal Direttore del Corso:

- un **attestato di frequenza**, con conseguente registrazione sul Registro interno all'ISEF di Torino a riconoscimento del percorso svolto, a tutti i partecipanti in possesso, almeno, di Laurea Triennale
- un **attestato di partecipazione** al corso in qualità di *Uditore* a chi non fosse in possesso di una Laurea Triennale



# AFFERENZA AMMINISTRATIVA

Il corso professionale in Psicologia dello Sport afferisce dal punto di vista amministrativo all'**ISEF di Torino**, con sede a Torino, in **Piazza Bernini 12**. Si specifica che l'iscrizione al Registro rappresenta una modalità interna, finalizzata alla certificazione delle competenze acquisite dai partecipanti al corso, ma non rilascia in alcun modo uno specifico titolo.

Il corso fornisce tutte le competenze teorico-pratiche per operare nel settore sportivo al fine di ottimizzazione della performance. **Ai soli laureati in Psicologia, regolarmente abilitati alla professione e iscritti all'Albo, è riservata la possibilità di utilizzare strumenti e tecniche psicologiche così come specificatamente regolamentato dal codice etico e deontologico di riferimento.**



## \*CREDITI E.C.M.

Il Corso di Perfezionamento in Psicologia dello Sport è accreditato **ECM** e prevede il riconoscimento di **50 crediti** per i professionisti aventi diritto, previa richiesta dei diretti interessati al momento dell'iscrizione.





# COSTI

**Euro 2950,00 (IVA inclusa)** da versare nel seguente modo:

- euro 950,00 come iscrizione al corso previa accettazione del curriculum (vedi modalità di iscrizione)
- euro 1000,00 (prima rata) entro il secondo modulo del corso
- euro 1000,00 (seconda rata) entro il 12 maggio 2024

**! \*Early bird:** per tutti coloro che si iscriveranno entro il **30 Settembre 2023** è previsto uno **sconto del 10%** sul costo totale del corso. Il costo del corso sarà pertanto di **Euro 2655,00 (IVA inclusa)** da suddividersi in:

- euro 655,00 come iscrizione al corso previa accettazione del curriculum (vedi modalità di iscrizione)
- euro 1000,00 (prima rata) entro il secondo modulo del corso
- euro 1000,00 (seconda rata) entro il 12 maggio 2024

**🎓 \*Laureandi magistrali:** per gli studenti universitari iscritti all'**ultimo anno** delle Facoltà di Scienze Motorie e di Psicologia è previsto uno **sconto del 15%** (previa presentazione del certificato d'iscrizione e degli esami sostenuti) sul costo totale del corso. Il costo del corso sarà pertanto di **Euro 2507,00 (IVA inclusa)** da suddividersi in:

- euro 507,00 come iscrizione al corso previa accettazione del curriculum (vedi modalità di iscrizione)
- euro 1000,00 (prima rata) entro il secondo modulo del corso
- euro 1000,00 (seconda rata) entro il 12 maggio 2024

*Gli sconti non sono cumulabili. La quota di iscrizione comprende tutto il materiale didattico e l'accesso alle aree riservate per il materiale del corso. Per tardato pagamento è prevista una mora aggiuntiva di 100,00 €. Coloro che non avranno provveduto ad iscriversi entro il termine previsto, saranno considerati rinunciatari e i loro posti verranno attribuiti ad altri aspiranti che seguono in graduatoria.*



# MODALITÀ DI ISCRIZIONE

- Le candidature dei corsisti e le richieste di partecipazione al corso devono essere valutate dai docenti tramite l'invio del curriculum professionale via mail all'indirizzo: **info@psycosport.com**
- Nel momento in cui verrà comunicata al candidato, via mail o telefonicamente, la sua idoneità per la partecipazione del corso, dovrà compilare la scheda di iscrizione online.
- Al raggiungimento del numero minimo di partecipanti per l'attivazione del corso, un referente del Centro di Psicologia dello Sport provvederà a comunicare gli estremi per effettuare il pagamento della rata di pre-iscrizione tramite bonifico bancario.
- Solo dopo aver effettuato il pagamento il candidato sarà formalmente iscritto al corso.



+ 39 3899961734



info@psycosport.com



www.psycosport.com

Il corso è attivato in collaborazione con






S F E R A

SPORT UNIT



CENTRO DI PSICOLOGIA DELLO SPORT E DELLA PRESTAZIONE UMANA  
"UMBRO MARCACCIOLI"

 ISEF TORINO – PIAZZA BERNINI, 12 – 10143 TORINO

 139 3899961734

 [INFO@PSYCOSPORT.COM](mailto:INFO@PSYCOSPORT.COM)

 [WWW.PSYCOSPORT.COM](http://WWW.PSYCOSPORT.COM)