

## VALUTAZIONE PSICOLOGICA SPORTIVA

La psicodiagnostica in ambito sportivo è mirata alla valutazione delle caratteristiche psicologiche generale e delle capacità cognitive dell'atleta. Lo scopo è quello di evidenziare o escludere la presenza di tratti o sintomi psicopatologici manifesti o latenti e di fornire indicazioni circa le capacità visuo-immaginative, attentive e mnemoniche dell'atleta.

Le conseguenti implicazioni sulla prestazione sportiva agonistica possono fornire interessanti spunti di miglioramento.

La valutazione psicosportiva si articola in tre momenti:

- Colloquio pre-test: analisi della domanda
- Valutazione testistica: somministrazione di specifici test psicologici per la valutazione psicosportiva come: CBA Sport, TAIS, Inventario Psicologico della Prestazione a seconda dell'esigenza dell'atleta.
- Restituzione: in conclusione all'atleta viene presentato un breve percorso di ottimizzazione in riferimento alle aree di miglioramento evidenziate dalla valutazione.