



LUDIS IUNGIT

# PANATHLON CLUB NOVARA

Distretto Italia - Area 3 - fondazione 6 APRILE 1956

Prot. n. 36

Novara, 07 maggio 2010

## NOTIZIARIO

### **“ LO PSICOLOGO NELLO SPORT TRA L’ EMPOWERMENT PSICO FISICO ED IL LAVORO DI SQUADRA “**

**Relatore: dott. Cristiano Longoni psicologo dello sport**

**PRESENTI:** ACCORNERO – AIROLDI – ARMANO – BARAGGIOLI – BERTINI – BIROLI – BOBBIO – BRUSTIA CORRADO – CAMASCHELLA – CARNEVALE – CONTI – DE ANGELIS – DE BENEDETTI – DE REGIBUS – DI SEGLIO – FOTI – GIANNOCCARO – GRAZIOSI – GRIECO – MAINARDI – MAZZINI P. – MAZZINI V. – MILONE – NANOTTI – NICCOLI – SOLDI – SPAINI – ZWEIFEL.

**ASSENTI GIUSTIFICATI:** Boroli - Danelli Turchelli – Fallarini – Mandato – Massolo – Molina – Mottini – Pinto – Radice – Spina – Tarlao - Volpati.

Soci presenti: N. 28/74 pari al 38%

La serata inizia con il saluto del Presidente Carlo Birolì ai Soci e la presentazione dell’ ospite . Il Presidente comunica ai Soci dell’ avvenuta manifestazione di Tennis Tavolo che si è svolta a Novara, organizzata dalla “Regaldi”, con gare valedoli per le selezioni giovanili per le manifestazioni di Singapore. Il Presidente della federazione Tennis Tavolo ha fatto i complimenti per l’ organizzazione ai Panathleti Spaini Massolo e De Benedetti . Ad Alessandria si è svolto il 1° congresso Area 3 Piemonte e Valle d’ Aosta sul tema Associazionismo e Sport. Invito alla partecipazione all’ Assemblea di Stresa.

Dopo il convivio il presidente Birolì presenta il tema della serata curato dal dott. Cristiano Longoni che segue l’ aspetto psicologico nella pratica sportiva . Prende la parola il dott. Longoni illustrando la sua carriera di psicologo dello sport iniziata con il calcio seguendo un calciatore da recuperare a seguito di un infortunio; poi proseguita con la squadra di volley di Novara . Il lavoro sull’ atleta agisce principalmente sull’ aumento della zona di attenzione non differenziando a livello cerebrale il sogno e la realtà e con tecniche pre-ipnotiche utilizzando immagini che non vengono distinte in modo razionale (realtà-sogno), oltre al lavoro individuale si lavora anche in gruppo con la squadra con la stessa tecnica . Il lavoro di gruppo è più complesso in quanto nei momenti di difficoltà bisogna raggiungere lo sforzo di gruppo tutti insieme : qui l’ immagine viene costruita prendendo esempio dal comportamento animale nella caccia. Il lavoro è sempre fatto sulla persona e non sull’ atleta per evitare lo scontro con il ruolo , una persona psicologicamente a posto esprimerà un atleta al 100%. Nel lavoro individuale la persona deve percepire la piena autonomia dello Psicologo dalla Società e dall’ Allenatore . Fatto il lavoro individuale si tratta di confrontare e fondere le caratteristiche individuali con il gruppo , con la società e con l’ allenatore. In un gruppo di lavoro la coesione non è determinata dall’ andare d’ accordo individualmente , ma dalla volontà comune di raggiungere un determinato scopo . Ora sono poste alcune domande al dott. Longoni.

**Giannoccaro:** rischio di alterazioni psichiche e dipendenza. La dipendenza è sempre rischiosa se non si differenzia l’ opera svolta dal lavoro , l’ alterazione è possibile con il lavoro in ipnosi, in pre- ipnosi il rischio è minimo in quanto non c’ è alterazione di coscienza solo in caso di particolare fragilità psichica che però interromperebbe prima il lavoro. **Spaini :** Rocco , Herrera e Mourinio hanno usato e usano la psicologia nelle loro squadre. Sono stati e son più che altro motivatori. **Accornero:** ricorda il caso di Espinal calciatore del Novara Calcio che fu seguito dal Dott. Longoni. Espinal ebbe un inizio di carriera folgorante poi ci fu decadimento ed il lavoro fu

impostato sulle capacità di autorigenerazione sull'uomo prima che sull'atleta ed il lavoro diede buoni risultati. **De Regibus** : trattamento di un singolo e di una squadra in relazione al numero dei componenti – confine tra trattamento psicologico e doping. Per definire il tipo di struttura di una squadra vengono fatti dei test da cui si evidenziano i ruoli fondamentali del gruppo . In una squadra di sei atleti esiste un leader (imposto o riconosciuto) un leader nascosto (a supporto del leader o antagonista) un distruttore e un capro espiatorio utile per salvare la squadra, all'esterno del gruppo sono posti uno o più individui . Più aumentano i componenti del gruppo più aumenta l'effetto caotico per cui non c'è un leader riconosciuto ma vi sono diversi leader il gruppo non ha poi un solo assunto di base (che serve al gruppo per sopravvivere) in modalità attacco/ fuga che serve ad avvicinarsi quando si attacca o quando ci si difende, ma più assunti di base tali da scontrarsi e quindi perdere di vista il risultato finale. Il lavoro di gruppo è fatto con tutti i componenti la squadra titolari e non. - Recenti studi hanno evidenziato, attraverso TAC, che individui trattati hanno subito variazioni a livello cerebrale , ma a tutt'oggi l'ipnosi clinica non è considerata doping , anche perché molto difficile da dimostrare. **Armano** : Cambio di atteggiamento di una squadra nel corso di un incontro – E' dovuto alla non funzionalità dell'assunto di base.

La piacevole serata si conclude un caloroso applauso al dott. Longoni e con il tradizionale scambio di omaggi.



Varie

- Sito internet del Panathlon Club Novara indirizzo e-mail [info@panathlon-novara.it](mailto:info@panathlon-novara.it)
- I soci Panathleti sono invitati a Galliate al 6° Festival Pianistico Internazionale che si terrà al Castello Visconteo Sforzesco. Sabato 15 Maggio si esibisce un duo pianoforte-violoncello, composto da Pilar Valero e Ramon Gomez (Spagna) , con un repertorio in prevalenza spagnolo;
- Venerdì 21 Maggio ci onora della sua presenza Frank Wasser (Germania), maturo pianista pluripremiato e apprezzato in tutti i continenti.
- Sabato 22 Maggio chiude il festival Eugene Skovorodnikov (Ucraina), pianista da anni affermato sulla scena internazionale.
- I soci Panathleti sono invitati alla Pastorale dello sport che la Diocesi organizza con il Novara Calcio venerdì 14 maggio in una tavola rotonda su "Sport e stili di vita" presso l'Auditorium della Banca Popolare di Novara ore 21.

**Prossima riunione Lunedì 17maggio 2010 ore 20,00  
presso il Ristorante Parmigiano via dei Cattaneo n.6 Novara**

**Argomento della serata:  
“ LA REGATA INTORNO AL MONDO “  
Relatore: Gianfranco Milone**

Cordiali saluti.

Il Segretario  
Massimo Bobbio

**BIROLI CARLO** Presidente Tel. 0321 611352 e-mail : [studio.biroli@libero.it](mailto:studio.biroli@libero.it)

**BOBBIO MASSIMO** Segreteria PANATHLON CLUB NOVARA  
Via Tadini ,19 28100 Novara  
Tel./fax 0321653883 Cell. 3474550927 , 3358124788 , e-mail : [massimo.bobbio@alice.it](mailto:massimo.bobbio@alice.it)