

Conferenza dello psicologo dott. Carmelo Pollicina alla Federazione Italiana Gioco Squash

Lo sport e la salute mentale

Lo stress, l'ansia e la depressione nella vita degli atleti e l'importanza del sonno

Il noto psicologo italo-australiano dott. Carmelo Pollicina è stato recentemente invitato a tenere una conferenza per la Federazione Italiana Gioco Squash (F.I.G.S.) come parte della formazione psico-fisica dei suoi atleti.

La conferenza, tenutasi a Riccione-Rimini il 16 aprile, 2016, aveva come tema "Lo Sport e la Salute Mentale". In questo contesto il dott. Pollicina ha trattato due interessantissimi argomenti; il primo riguardante lo stress, l'ansia, e la depressione che a volte possono presentarsi nella vita degli atleti, mentre il secondo argomento riguardava l'importanza del sonno degli atleti sul loro funzionamento intellettuale e su quello affettivo, entrambi i funzionamenti sono fondamentali per garantire delle prestazioni ottimali nel campo di applicazione.



Il dott. Siro Zanella presenta il dott. Carmelo Pollicina nella conferenza F.I.G.S. di Riccione

La conferenza è stata promossa dal dott. Siro Zanella, presidente della stessa F.I.G.S., il quale ha presentato il dott. Pollicina all'uditorio che ha seguito attentamente tutte le fasi delle due presentazioni ponendo, alla fine di ogni relazione, le domande più pertinenti alle loro individuali situazioni.

Alla conferenza hanno partecipato atleti, tecnici federali ed il personale, anche sanitario, di supporto, tutti impegnati nella preparazione psico-fisica degli atleti che a breve avrebbero gareggiato nei Campionati Europei a Squadre in Bucarest (Romania).

Al di là dei contenuti teorici affrontati dal dott. Pollicina, egli ha voluto esprimere il suo onore ed orgoglio per aver ricevuto questo prestigioso invito e di aver potuto svolgere la sua professione ancora in Italia.

La commedia melodrammatica di Santo Crisafulli verrà presentata il 3 giugno all'Italian Forum

“C’era una volta un maestro”

Festa di
S. Alfio al