



Il Profilo Emotivo e il NMP

Il Profilo Emotivo

L'approccio del NoMoreProblems



Costruzione di un profilo emotivo

- I 5 fattori
 1. Motivazione
 2. Adattamento
 3. Energia
 4. Controllo emotivo
 5. Autoefficacia



I test per raccogliere i dati

1. Questionario semi strutturato d'intervista
2. Test del BFQ
3. Test di Banati-Fisher
4. Test di Bender
5. Scheda di Autoefficacia



II NoMoreProblems

- può essere descritto come la volontà di evidenziare gli elementi che creano complessità in una determinata situazione al fine di distinguerli, gestirli e poterli potenzialmente modificare.



Il NoMoreProblems

- La parola chiave che possiamo associare a NMP è

IDEA PRATICA



II NoMoreProblems

- Un 'aiuto' ci viene offerto dalla Psicologia della Gestalt
- Insight: è la capacità di ottenere una "percezione simultanea di una forma globale significativa"

In ambito sportivo potrebbe diventare:



II NoMoreProblems

- L' Insight sportivo è la percezione simultanea degli elementi (mentali e fisici) in gioco nell'attività agonistica



II NoMoreProblems

- La Gestalt ha esaminato a lungo il tema del problem solving.
- Gli psicologi di questa scuola sostenevano che di fronte ad un problema non bisogna chiedersi:
“Perché non va?”

ma

“Cosa devo cambiare?”



II NoMoreProblems

- In psicologia dello sport si può, attraverso il NMP, indurre l'atleta a mutare il proprio punto di vista
- Prima : "Perché non vinco?"
- Dopo : "Cosa devo cambiare per vincere?"



Test, NMP e Profilo Emotivo

- Per cercare di fondere assieme Profilo emotivo e NMP sono stati aggiunti alla raccolta dati tre test:
- Il test dell'albero di Koch
- Il test del disegno della mano
- Il test del peso

conclusioni

- è servita per compiere una ricapitolazione dei concetti affrontati durante il corso
- ho cercato di realizzare una teorizzazione formale del principio del NMP nella Psicologia dello Sport
- questo lavoro può solo esser considerato come un punto di partenza per sviluppare più in profondità la ricerca sul Profilo Emotivo