

Alessandra fioretti

Psicologa, Psicoterapeuta, Psicologa dello sport, Consigliere S.I.Psi.S.

La fisica quantistica può aprire nuove strade alla psicologia dello sport? Spunti di riflessione ed esperienze pratiche

Le scoperte degli ultimi anni della fisica quantistica sono un campo affascinante e complesso tutto ancora in evoluzione .

Nella psicologia dello Sport, come in tutte le altre aree psicologiche, il concetto che la realtà soggettiva è la conseguenza di una scelta ci permette di aprire nuove prospettive nel potenziamento delle capacità umane.

Viviamo in un mondo in cui ciò che percepiamo e vediamo è soltanto la Punta di un iceberg.

Ma possiamo decidere da quale punto di vista osservare noi stessi e la realtà in cui siamo immersi.

I concetti quantici sono un prezioso aiuto nel lavoro quotidiano con gli sportivi. Il mio intervento ha come obiettivo quello di riflettere sull'importanza di queste scoperte nell'allenamento mentale degli atleti ,per una performance ad alti livelli.