

*Esplorazione della sfera emotivo/relazionale nello sport da combattimento
Un sguardo attraverso la grafoanalisi, la lettura delle emozioni e delle strategie
immunobiologiche per il processo di riequilibrio.*

La **prima fase** della ricerca pilota ha sottoposto gli atleti ad un test grafologico, testo di una decina di righe, apposizione della firma e disegno di un albero.

Attraverso l'esame del signum grafico ottenuto, si è steso un profilo di personalità ponendo attenzione alle modalità utilizzate nella relazione con l'altro, quali strategie attive nella gestione dello stress, quale autostima possiede, quali meccanismi di difesa attiva in caso di minaccia.

La **seconda fase** si è svolta sia nella sala di scherma osservando il comportamento in allenamento sia sul terreno di gara, situazione ansiogena esasperante comportamenti e reazioni, utilizzando il profilo grafologico come strumento di confronto.

Nella **terza fase** si è proposto l'utilizzo dei Fiori di Bach come strumento di intervento nella gestione delle emozioni.

L'immunobiologia studia l'ipotesi che la salute fisica ed il benessere emozionale siano strettamente correlati e noi abbiamo verificato se sussiste un effettivo riequilibrio delle emozioni interferenti con la prestazione per ottenere il massimo rendimento possibile in relazione alle effettive capacità dell'atleta.

Cova A. -Lodetti G. -Pomesano E. AIPPS-SIPCS Centro Studi CDS M°Marcello
Lodetti © 2011 The 12 European Congress of Psychology Istanbul 2011 4-8
july