Calendario Open Academy
GENITORI
Stagione Sportiva 2026/2027
MERCOLEDÌ dalle 20:45 alle 21:30

SPORT MINDSET AGENCY
SMA team

2026

OTT 7

PROTEGGERE O PREPARARE?

Distinguere protezione utile e iperprotezione limitante.

NOV 4

LA FAMIGLIA DENTRO LO SPORT

Riconoscere come lo sport dei figli modifica ritmi, clima e relazioni familiari.

DIC 2

IL RAPPORTO CON L'ALLENATORE

Favorire una relazione educativa chiara tra genitori, figli e staff tecnico.

2027

GEN 13

IL CONFRONTO CON GLI ALTRI

Leggere il peso di classifiche, convocazioni, compagni e paragoni.

FEB 3

QUANDO TUO FIGLIO VUOLE MOLLARE

Distinguere stanchezza, crisi, perdita di senso e bisogno di cambiamento.

MAR 3

LA GARA VISTA DA FUORI

Rendere consapevoli i genitori delle proprie emozioni mentre guardano i figli competere.

APR 7

QUANDO L'IMPEGNO NON PORTA RISULTATI

Sostenere i figli quando fatica e dedizione non producono risultati visibili.

MAG 5

QUANDO IL SOGNO È DI CHI?

Distinguere desideri dei figli e desideri dei genitori

GIU 9

QUANDO TUO FIGLIO NON PARLA DI SPORT

Rispettare silenzi e chiusure senza viverli come esclusione.

- INCONTRI TRAMITE LA PIATTAFORMA ZOOM PREVIA ISCRIZIONE
- LA PRIMA PARTE DELL'INCONTRO SARÀ PRE-REGISTRATA E DISPONIBILE SULLA PIATTAFORMA SMA ACADEMY
- LA SECONDA PARTE PREVEDE UNA DISCUSSIONE SUL TEMA FACILITATA DALLO PSICOLOGO DELLO SPORT
- HTTPS://SMATEAM.IT/ACADEMY

Calendario Open Academy
ATLETI
Stagione Sportiva 2026/2027
MARTEDÌ dalle 19.45 alle 20.15

SPORT MINDSET AGENCY
SMA team

2026

OTT 6
QUANDO SBAGLI PRESTO
Aiutarsi a non far coincidere un inizio negativo con tutta la gara.

OTT 20
QUANDO VUOI CONTROLLARE TUTTO
Riconoscere il bisogno di controllo e il suo effetto sulla prestazione.

NOV 3
SENTIRSI TITOLARE DENTRO
Lavorare su ruolo, presenza e responsabilità anche senza status garantito.

NOV 17
DIVENTARE AFFIDABILE
riflessione sulla continuità, non solo sul picco di prestazione.

DIC 1
IL PESO DELLE ASPETTATIVE
Riconoscere quando il desiderio di fare bene diventa pressione.

DIC 15
IL RISULTATO CHE TI CAMBIA LA TESTA
Leggere l'impatto psicologico di vittorie e sconfitte.

2027

GEN 12
QUANDO TI SENTI OSSERVATO
Gestire la sensazione di essere valutati

GEN 26
SCEGLIERE SOTTO STRESS
Allenare consapevolezza sulle decisioni nei momenti di pressione.

FEB 2
QUANDO GIOCHI PER NON DELUDERE
Riconoscere la pressione legata alle aspettative degli altri.

FEB 16
QUANDO L'ALLENATORE NON TI CAPISCE
Una lettura più matura dei feedback e della relazione con l'allenatore.

MAR 2
QUANDO PENSI TROPPO
Capire quando l'analisi diventa interferenza.

MAR 16
IL CORAGGIO DI RESTARE NEL GIOCO
Sostenere perseveranza e presenza quando la gara non restituisce sicurezza.

APR 6
IL MOMENTO IN CUI MOLLI DENTRO
Riconoscere i segnali precoci di rinuncia mentale.

APR 20
FARE PACE CON L'ERRORE
Usare l'errore senza trasformarlo in etichetta personale.

MAG 4
RESTARE DALLA PROPRIA PARTE
Mantenere un rapporto costruttivo con se stessi nei momenti difficili

MAG 18
ALLENARSI SENZA VEDERSI MIGLIORE
Sostenere motivazione e fiducia quando il progresso non è evidente.

GIU 1
PERDERE LUCIDITÀ NELLE COSE SEMPLICI
Capire perché gli errori banali possono mandare in crisi più degli errori difficili.

GIU 15
IL GIORNO IN CUI NON TI SENTI PRONTO
Agire anche quando la sensazione interna non è ideale

- INCONTRI TRAMITE LA PIATTAFORMA ZOOM PREVIA ISCRIZIONE
- LA PRIMA PARTE DELL'INCONTRO SARÀ PRE-REGISTRATA E DISPONIBILE SULLA PIATTAFORMA SMA ACADEMY
- LA SECONDA PARTE PREVEDE UNA DISCUSSIONE SUL TEMA FACILITATA DALLO PSICOLOGO DELLO SPORT