

# Lo psicologo dello sport: considerazioni sulla professionalità

Laura Bortoli\*, Francesca Vitali\*\* e Claudio Robazza\*

\* BIND - Behavioral Imaging and Neural Dynamics Center, Dipartimento di Medicina e Scienze dell'Invecchiamento, Università "G. d'Annunzio" di Chieti-Pescara \*\* Dipartimento di Scienze Neurologiche e del Movimento, Università degli Studi di Verona

## Riassunto

Con un mondo sportivo che sta via via diventando più complesso e che presenta diverse nuove problematiche, il ruolo, le competenze e la professionalità dello psicologo dello sport non sono ancora del tutto definite. Restano diversi e vari anche i percorsi formativi che portano ad operare nel campo della psicologia dello sport. L'articolo propone alcune considerazioni, presentate nel quadro della letteratura internazionale, sulla formazione, sulle competenze specifiche e sui possibili ruoli dello psicologo dello sport.

## Parole chiave

Psicologo dello sport; formazione; ruolo.

## Summary

The sporting domain is progressively becoming more complex and several new issues are arising. In this context, role, competencies, and occupational standards of the sport psychologist are not yet adequately defined. Educational programs and training for the development of sport psychology professionals are various and very different from each other. The paper presents some considerations expounded in the frame of international literature regarding the development of specific competencies in sport psychology and the possible roles of sport psychologists.

## Keywords

Sport psychologist; training; role.



## INTRODUZIONE

La psicologia dello sport è un campo di studio e applicazione che vede ormai riconosciuta una sua specificità. I principi della psicologia sono applicati all'ambito dello sport e/o dell'esercizio fisico con la finalità di incrementare la prestazione, ma non solo: il vero psicologo dello sport vede lo sport prima di tutto come un mezzo per l'arricchimento personale dell'atleta ed è interessato ad aiutare ciascuno a sviluppare le proprie potenzialità come atleta. Un atteggiamento finalizzato a vincere "a tutti i costi" non appartiene agli obiettivi ed alle aspirazioni dei migliori psicologi dello sport (Cox, 2012). La psicologia dello sport, dunque, è finalizzata a migliorare sia la prestazione atletica, sia gli aspetti psicosociali delle potenzialità umane: si occupa dei fattori psicologici ed emozionali che incidono sulla performance, e, contemporaneamente, degli effetti della pratica motoria e sportiva sui fattori psicologici ed emozionali.

La storia della psicologia dello sport parte da lontano, con due testi pubblicati nel 1926 e nel 1928 negli Stati Uniti da Coleman Griffith: *Psychology of Coaching* e *Psychology of Athletics* (cfr. Williams e Straub, 2010). Nello stesso periodo, in Europa, Carl Diem a Berlino e Avksenty Puni a Leningrado iniziarono anch'essi ad approfondire le conoscenze in quest'ambito. Ma è solo a partire dal 1960 che si ebbe davvero lo sviluppo di questa disciplina. A tale proposito è importante ricordare come il primo tentativo di riunire tutti coloro che si stavano occupando di psicologia dello sport fu fatto da Ferruccio Antonelli, che nel 1965 organizzò a Roma il primo convegno internazionale, dove venne anche costituita l'*International Society of Sport Psychology* (ISSP) e fu eletto primo presidente proprio Antonelli; a Roma arrivarono più di 400 persone in rappresentanza di 27 paesi (cfr., Cei, 2011).



## Lo psicologo dello sport: quale formazione?

Brewer (2009) considera la psicologia dello sport come un campo interdisciplinare che è nello stesso tempo un settore della psicologia ed un settore delle scienze dello sport e dell'esercizio fisico, pur riconoscendo che questa sovrapposizione ha creato a volte difficoltà proprio nel campo della formazione.

Nel 2003, Morris, Alfermann, Lintunen e Hall pubblicarono una rassegna sulla formazione e sulla selezione degli psicologi dello sport che considerava la realtà di tutti i continenti (dai paesi africani, a quelli asiatici e del sud Pacifico, all'Europa e alle Americhe). In particolare, per l'Europa veniva presentata allora la seguente situazione:

- nei paesi di lingua tedesca non era riconosciuta la psicologia dello sport nell'ambito della psicologia. Corsi obbligatori o facoltativi di psicologia dello sport erano presenti nelle Scienze dello sport;
- anche nei paesi latini la psicologia dello sport non era riconosciuta nell'ambito della psicologia. Corsi di psicologia dello sport erano obbligatori all'interno dei programmi universitari di Movimento umano, Educazione fisica e Scienze dello sport, ma facoltativi nei programmi delle lauree in Psicologia. Due università francesi, due spagnole e due portoghesi avevano comunque delle specializzazioni post laurea in psicologia dello sport. Per quanto riguarda l'Italia, corsi di breve durata risultavano organizzati dall'Associazione Italiana di Psicologia dello Sport (AIPS) fondata da Antonelli;
- nei paesi scandinavi, per definirsi psicologo dello sport già allora si doveva avere la laurea in Psicologia ed una specifica formazione nelle Scienze dello sport e dell'esercizio;
- in Russia (e come conseguenza storica anche nei paesi dell'est Europa), la figura dello psicologo dello sport era invece ben riconosciuta. Una formazione specifica, dalla laurea fino al dottorato, era già presente, e coinvolgeva insieme i dipartimenti sia di Psicologia che di Educazione fisica e sport.

Come si vede, l'assenza di chiarezza e specificità nella formazione professionale per gli psicologi dello sport è una problematica trasversale che interessa paesi e culture diverse. Certamente qualche evoluzione vi sarà stata nel tempo, ma evidentemente non significativa, visto che in un articolo recente Fletcher e Maher (2013) sostengono che ancora oggi non c'è una chiara definizione delle competenze dello psicologo dello sport, così come delle sue responsabilità. Viene infatti sottolineato come attualmente, negli Stati Uniti ma anche in molti paesi europei, gli psicologi dello sport provengano sia da una formazione psicologica, sia da una formazione nelle scienze motorie, e come negli ultimi decenni vi sia stato un ampio dibattito in letteratura su quale fosse il percorso più appropriato nella formazione e nello sviluppo professionale degli psicologi dello sport.

## Lo psicologo dello sport: quali competenze? La posizione dell'International Society of Sport Psychology

Nell'anno 2003, l'associazione internazionale di psicologia dello sport (International Society of Sport Psychology: ISSP) ha pubblicato un suo documento ufficiale (Tenenbaum, Lidor, Papaianou e Samulski, 2003), in cui vengono indicate le competenze ritenute fondamentali, le conoscenze da acquisire e le tecniche di intervento da padroneggiare. Il documento è molto dettagliato (e potrebbe rappresentare le linee guida per un corso universitario specifico in psicologia dello sport!), ma in particolare si vogliono qui considerare gli aspetti relativi alle conoscenze fondamentali ed alle possibili applicazioni professionali.

Innanzitutto, nel documento ISSP la psicologia dello sport viene considerata come un'area specifica nell'ambito sia della psicologia, sia delle scienze dello sport e dell'esercizio fisico, poiché le conoscenze più avanzate derivano da entrambi i settori. È ritenuta un'area specifica proprio perché contiene conoscenze scientifiche e

applicazioni professionali peculiari, che integrano apporti culturali, provenienti da entrambi gli ambiti, con modalità proprie ed esclusive di applicazione. Come area distinta, ha sviluppato teorie e modalità di intervento caratteristiche, derivate dalla pratica sul campo, producendo un arricchimento di conoscenze nell'area sia della psicologia che delle scienze dello sport e dell'esercizio.

Riguardo alle caratteristiche della professionalità, esse devono concretizzarsi attraverso due componenti formative: acquisizione di conoscenze e apprendimento di standard applicativi. Con riferimento alle *conoscenze* vengono individuati quattro aspetti: a) conoscenze di base, b) conoscenze relative alla ricerca, c) conoscenze su misurazione, valutazione e interpretazione di dati, d) etica e standard professionali.

Il primo punto si riferisce alle *conoscenze di base* che gli psicologi dello sport dovrebbero acquisire:

- a) dall'area della psicologia, le teorie su personalità, arousal e stress, motivazione, processi cognitivi, apprendimento, sviluppo biologico e aspetti sociali, processi di gruppo (riconoscendo ovviamente le differenze, fra le diverse teorie, nei punti di vista, nei costrutti fondamentali e nell'interpretazione del comportamento umano);
- b) dall'area propria della psicologia dello sport, le teorie specifiche e le applicazioni delle teorie psicologiche generali allo sport e all'esercizio. In particolare, dovrebbero essere considerati, con riferimento proprio allo sport, aspetti di ricerca su modelli di personalità, processi cognitivi, emozioni e motivazione, relazione ansia-prestazione, dinamiche di gruppo e leadership, percezione dello sforzo e della fatica, questioni di genere, disabilità;
- c) dall'area delle scienze dello sport e dell'esercizio, le conoscenze di fisiologia dell'esercizio e dello sport, biomeccanica, nutrizione, anatomia, medicina dello sport, scienza dell'allenamento (periodizzazione, condizionamento, forza, ecc.), controllo motorio, apprendimento e sviluppo motorio. Risultano utili anche conoscenze relative ad aree affini, quali sociologia dello sport, applicazioni informatiche nello sport, management ed organizzazione.

Il secondo aspetto riguarda la *ricerca* e le procedure scientifiche, che vanno dall'analisi del problema alla presentazione dei risultati. Se è vero che questo ambito interessa principalmente l'università (ma non solo), è anche vero che le conoscenze si strutturano e si consolidano, partendo spesso da intuizioni ed esperienze personali, proprio attraverso modalità scientifiche di ricerca e di verifica.

Un ulteriore aspetto concerne la *misurazione*, la *valutazione* e l'*interpretazione di dati*, siano essi derivati da introspezione, colloqui o procedure di osservazione comportamentale. In aggiunta alle tecniche di misura (questionari, interviste approfondite, osservazione, misure di prestazione, misure di percezione dello sforzo, ecc.) ovviamente è necessario saper identificare i problemi (conoscendo anche i limiti delle misurazioni), formulare ipotesi, interpretare i dati raccolti. Queste conoscenze sono utili non solo a fini di ricerca, ma anche per la stesura di programmi di intervento e per la valutazione della loro efficacia, sia in itinere che in fase finale.

Infine, gli aspetti di *etica* e di deontologia professionale riguardano lo psicologo dello sport qualunque sia il suo ambito di intervento. Sono necessari al fine di tutelare la salute fisica e mentale e la *privacy* di coloro che richiedono consulenza o che vengono coinvolti in procedure di ricerca.

Gli standard etici dovrebbero far parte di qualunque professione ed essere condivisi da ordini ed associazioni professionali anche a livello internazionale.

Con riferimento agli *standard applicativi*, essi si concretizzano nell'acquisizione di procedure di intervento e di competenze comunicative. Sono questi i due elementi professionali che mettono in grado lo psicologo dello sport di operare in modo efficace; significa saper individuare correttamente problemi e bisogni, stabilire relazioni professionali positive, attuare l'intervento richiesto o cercare metodi alternativi in caso di insuccesso.

Per quanto riguarda le *procedure di intervento*, queste richiedono capacità di: raccogliere informazioni mediante modalità diverse (interviste, test psicologici, osservazione, tecniche non intrusive); elaborare diagnosi affidabili sulle situazioni psicologiche con cui ci si trova ad interagire; programmare, realizzare e valutare interventi/trattamenti con individui, gruppi ed organizzazioni. Per questo è necessario considerare la persona coinvolta ma anche il contesto in cui viene realizzato l'intervento, considerare eventuali interventi alternativi, riferire i progressi e risultati in modo etico e confidenziale a chi opportuno. Anche se si sceglie di utilizzare preferibilmente uno o alcuni approcci, la conoscenza di altre tecniche è essenziale. Gli interventi in ambito sportivo riguardano principalmente: il miglioramento della prestazione, lo sviluppo di abilità personali, il modo con cui affrontare situazioni critiche, le problematiche di tipo organizzativo o gestionale. In ambito sportivo, comunque, possono trovare spazio anche altre modalità di intervento che utilizzino, ad esempio, un approccio psicodinamico, cognitivo-comportamentale, sistemico, di apprendimento sociale o di counseling.

L'acquisizione di *competenze comunicative* è l'altro aspetto professionalizzante fondamentale, e significa prima di tutto sapersi relazionare in modo efficace con persone che svolgono ruoli diversi (atleti, allenatori, manager, terapisti, preparatori fisici, ecc.). Le abilità comunicative si riferiscono al modo in cui lo psicologo dello sport si pone nel contesto, raccoglie informazioni da diverse fonti, riferisce le sue considerazioni alle persone coinvolte; esse richiedono sensibilità verso i bisogni degli altri, principi etici, conoscenze di base ed onestà. Il riconoscimento ed il rispetto per tutti i ruoli nell'ambiente sportivo sono essenziali per sviluppare una comunicazione efficace, costruire relazioni basate sulla fiducia, garantire interventi efficaci.

### Lo psicologo dello sport: quali ruoli?

Da quanto detto finora riguardo alla formazione ed alle competenze, emerge la possibilità che lo psicologo dello sport possa avere diversi ruoli e funzioni, che hanno portato ad individuare tre categorie professionali nell'ambito del mondo sportivo, ben riconosciute nella letteratura scientifica internazionale: il clinico, l'educatore ed il ricercatore (Cox, 2012). È possibile, comunque, che chi opera nell'ambito della psicologia dello sport copra più di uno di questi ambiti.

Lo *psicologo dello sport clinico*, con formazione per l'appuntamento clinica, è interessato a comprendere l'esperienza sportiva individuale in maniera completa (cfr. Gramaccioni e Robazza, 2008). È pertanto preparato ad affrontare problemi emozionali e disturbi della personalità che possono presentare alcuni atleti. L'esperienza sportiva è per qualche atleta molto stressante e può avere un impatto negativo sulla sua salute mentale. In tal caso può essere necessario l'intervento dello psicologo dello sport clinico. Alcune problematiche cliniche specifiche degli atleti possono riguardare: le reazioni emozionali agli infortuni, i cambiamenti legati al termine della carriera agonistica, i disturbi dell'alimentazione, l'uso e la dipendenza da sostanze (in particolare l'alcool), la gestione dello stress (legato anche ai pesanti carichi di allenamento), un'identità atletica troppo pervasiva e totalizzante (Ward, Sandstedt, Cox e Beck 2005).

Lo *psicologo dello sport educativo* ha, invece, una formazione anche nell'ambito specifico motorio-sportivo e possiede le conoscenze di base per operare sul campo. In generale, il suo obiettivo è quello di insegnare all'atleta le abilità mentali utili per l'incremento della prestazione. Le tematiche che vengono tipicamente ed ampiamente affrontate riguardano la preparazione mentale attraverso lo sviluppo di abilità e tecniche di *imagery*, *goal setting*, *self-talk*, gestione dello stress, sviluppo e gestione della *self-efficacy*, controllo dell'attenzione, regolazione emozionale, *mental toughness* (cfr. Tenenbaum e Eklund, 2007). A queste si aggiungono le problematiche legate agli sport di squadra affrontate con tecniche di *team building* e sviluppo della coesione, e interventi per la promozione della leadership e la gestione del gruppo. Lo psicologo educativo aiuta anche gli atleti, giovani e adulti, a divertirsi con lo sport, vivendolo come mezzo per migliorare

la qualità della vita. Quello educativo è certamente l'ambito più diffuso di intervento, dove lo psicologo opera con atleti ed allenatori per costruire le abilità mentali che possono migliorare alcuni aspetti della prestazione. In genere, l'intervento prevede la valutazione del livello di abilità mentali possedute, per identificare punti di forza e di debolezza (per un esempio di strumento di valutazione delle abilità mentali, validato in lingua italiana, vedi Robazza, Bortoli e Gramaccioni, 2009). In alcuni casi vengono potenziati i punti di forza, in altri si opera per costruire nuovi atteggiamenti e comportamenti funzionali.

Lo *psicologo dello sport ricercatore* è in genere collegato all'ambito universitario, poiché è lì che viene realizzata la maggior parte della ricerca. Affinché la psicologia dello sport possa essere riconosciuta come scienza specifica è necessario che le conoscenze in questo ambito continuino ad aumentare. Per accrescere la credibilità degli psicologi che operano in ambito sportivo è indispensabile una base sempre più consistente e credibile di conoscenze.

In accordo con Cox (2012), un aspetto fondamentale dell'etica nella psicologia dello sport è avere chiaro il proprio ruolo professionale e operare dopo aver conseguito una formazione specifica nel proprio settore di intervento. Nessuno dei tre ambiti considerati può essere fondato sull'improvvisazione.

Dal punto di vista applicativo, Jarvis (2006) propone una sintesi interessante. In Tabella 1, il contributo della psicologia dello sport viene identificato con riferimento ad alcune principali aree tematiche della psicologia: differenze individuali, psicologia sociale, psicologia cognitiva, psicofisiologia, psicologia dello sviluppo. Ovviamente ci possono essere delle sovrapposizioni fra le diverse aree: ad esempio, gli atteggiamenti rappresentano un aspetto sociale poiché influenzano i comportamenti interpersonali, ma nello stesso tempo fanno parte anche delle caratteristiche e delle differenze individuali. In Tabella 2, il riferimento è invece ai diversi orientamenti teorici con i relativi approcci: comportamentale, cognitivo, psicodinamico, umanistico, fisiologico, sociale. Alcuni psicologi operano strettamente all'interno di un'unica cornice teorica, altri intervengono con diversi orientamenti ed approcci quando necessario.

### Lo psicologo dello sport: cosa pensano gli atleti?

Attraverso interviste approfondite sulla percezione che atleti di alto livello hanno dello psicologo dello sport efficace, Anderson, Miles, Robinson e Mahoney (2004) hanno individuato alcune caratteristiche legate alla figura stessa dello psicologo e alcuni aspetti relativi alle modalità di intervento. Vengono richieste, innanzitutto, esperienza personale o di lavoro e conoscenze specifiche nell'ambito della psicologia dello sport. Fra le caratteristiche individuali ritenute poi

importanti, vi sono: atteggiamenti amichevoli; integrazione con gli altri componenti della società o della squadra; gentilezza, tranquillità, estroversione; buone abilità di ascolto e apertura ai suggerimenti; capacità di accettare gli sfoghi; buone capacità comunicative; disponibilità; capacità di rapporti individualizzati; atteggiamento impegnato ed entusiasta; atteggiamento neutrale; affidabilità e serietà; abilità professionali (empatia, disponibilità).

Le modalità di intervento legate al *mental training* considerate necessarie comprendono tecniche di: rilassamento, concentrazione, *mental imagery*, controllo dell'aggressività, costruzione della fiducia, sviluppo di strategie di *coping* e di approccio alla gara, valutazione post-gara, training motivazionale, costruzione della squadra negli sport che lo richiedono.

Fra gli interventi diversi dal *mental training* (e a volte di taglio più clinico) vi sono: colloqui con atleti; osservazione di atleti e squadre; tecniche per favorire il *problem solving*; responsabilizzazione dell'atleta e incremento della consapevolezza (ad es., attraverso stimoli per la riflessione e per l'individuazione di punti forti e punti deboli sia individuali che di squadra); considerazione di questioni non sportive; organizzazione di momenti informativi; analisi della comunicazione e del feedback dell'allenatore in allenamento e gara; programmazione temporale degli interventi.

Per rispondere adeguatamente ad aspettative e richieste del mondo sportivo, secondo McCann (2005) lo psicologo dello sport dovrebbe:

- conseguire una formazione professionale specifica ed acquisire esperienza, anche con forme di tirocinio o sotto supervisione di colleghi esperti;
- essere nella logica, condivisa con atleti ed allenatori, di operare fondamentalmente sulle abilità mentali legate alla prestazione sportiva (così da evitare anche la diffusa paura di atleti ed allenatori di interventi "intrusivi" non richiesti);
- avere la volontà di comprendere a fondo il contesto specifico delle discipline sportive in cui si opera. Il contesto sportivo è molto specifico ed ogni sport è diverso, con propria cultura, regole (scritte e non scritte) ed aspettative (ad es., pattinaggio artistico, nuoto e pallacanestro richiedono sicuramente strategie di intervento diverse);
- avere buone abilità comunicative. Gli psicologi dello sport sono chiamati a volte da allenatori, altre volte da atleti. Ad esempio, se sono chiamati da un allenatore, devono individuare strategie efficaci per comunicare sia con l'allenatore che con gli atleti, rispettando la privacy degli atleti, ma nello stesso tempo fornendo indicazioni utili agli allenatori. Questa doppia comunicazione può creare difficoltà se la situazione non viene ben gestita.

Aree tematiche	Temi principali	Esempi in psicologia dello sport
Differenze individuali	Variazioni nelle caratteristiche delle persone	Personalità, atteggiamenti verso lo sport, motivazioni, ansia
Psicologia sociale	Modalità di interazione con gli altri	Atteggiamenti verso lo sport, comportamenti aggressivi, coesione di squadra, leadership
Psicologia cognitiva	Processi cognitivi	Apprendimento di abilità, motivazioni, <i>imagery</i>
Psicofisiologia	Relazione fra aspetti fisiologici e psicologici	<i>Arousal</i> e prestazione, basi biologiche dei tratti di personalità
Psicologia dello sviluppo	Processi di sviluppo nel corso della vita	Apprendimento sociale, sviluppo di genere, sviluppo della personalità

**Tabella 1 - Principali aree tematiche della psicologia e relativi esempi in psicologia dello sport (Jarvis, 2006).**

Orientamento teorico	Assunzioni sottostanti	Esempi in psicologia dello sport
Comportamentale	- Il focus è sul comportamento osservabile - Il comportamento è appreso	Apprendimento sociale di atteggiamenti, personalità e aggressività
Cognitivo	- Il focus è sui processi mentali - I processi mentali condizionano emozioni e comportamento	Ansia cognitiva Aspetti cognitivi della motivazione
Psicodinamico	- Il focus è sull'inconscio - Ci sono influenze inconsce, come l'istinto e le prime esperienze	Sviluppo della personalità Fattori inconsci negli atteggiamenti Istinto e aggressività
Umanistico	- Il focus è sulle potenzialità umane e sullo sviluppo	Motivazione al successo
Fisiologico	- Il focus è sui processi fisiologici - La fisiologia è alla base dei processi psicologici	Teorie sui tratti della personalità <i>Arousal</i> ed ansia somatica
Sociale	- Il focus è sui processi interpersonali e di gruppo - Le situazioni sociali influenzano i processi psicologici	Facilitazione sociale Appartenenza di squadra

**Tabella 2 - Orientamenti teorici in psicologia e relativi esempi in psicologia dello sport (Jarvis, 2006).**

## CONCLUSIONI

Come si è visto, la situazione attuale della psicologia dello sport (e di conseguenza degli psicologi dello sport) resta a tutt'oggi abbastanza complessa, sia dal punto di vista culturale che professionale. A livello sia europeo che extra-europeo i sistemi di formazione e di accreditamento sono ancora diversificati, anche se in genere emerge la tendenza ad una forte integrazione fra l'area della psicologia e quella delle scienze

motorie e sportive. Nel documento dell'IPSS viene comunque sottolineato il ruolo che le associazioni nazionali ed internazionali di psicologia dello sport possono svolgere per contribuire alla diffusione di una cultura specifica, attraverso la ricerca, l'elaborazione di linee guida, l'organizzazione di convegni nazionali ed internazionali dove le diverse realtà abbiano l'opportunità di confrontarsi. Solo una continua crescita culturale e professionale consentirà di dare risposte adeguate ad un mondo dello sport che sta diventando sempre più complesso.

## BIBLIOGRAFIA

- Anderson, A., Miles, A., Robinson, P., & Mahoney, C. (2004). Evaluating the athlete's perception of the sport psychologist's effectiveness: What should we be assessing? *Psychology of Sport and Exercise*, 5, 255-277.
- Brewer, B. W. (Ed.) (2009). *Handbook of sports medicine and science: Sport psychology*. Oxford, UK: Wiley-Blackwell.
- Cei, A. (2011). Ferruccio Antonelli: His work and legacy. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 9, 356-361.
- Cox, R. H. (2012). *Sport psychology: Concepts and applications* (7th ed.). New York, NJ: McGraw-Hill.
- Fletcher, D., & Maher, J. (2013). Toward a competency-based understanding of the training and development of applied sport psychologists. *Sport, Exercise, and Performance Psychology*, 2, 265-280.
- Gramaccioni, G., e Robazza, C. (2008). Psicologia clinica dello sport: Un modello multidimensionale. *Giornale Italiano di Psicologia dello Sport*, 3, 28-31.
- Jarvis, M. (2006). *Sport psychology: A student's handbook*. New York, NY: Taylor & Francis.
- McCann, S. C. (2005). Roles: The sport psychologist. In S. Murphy (Ed.), *The Sport Psychology Handbook* (pp. 293-304). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Morris, T., Alfermann, D., Lintunen, T., & Hall, H. (2003). Training and selection of sport psychologists: An international review. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 1, 139-154.
- Robazza, C., Bortoli, L., e Gramaccioni, G. (2009). L'Inventario Psicologico della Prestazione Sportiva (IPPS-48). *Giornale Italiano di Psicologia dello Sport*, 4, 14-20.
- Tenenbaum, G., & Eklund, R. (Eds.). (2007). *Handbook of sport psychology* (3rd ed.). Hoboken, NJ: Wiley.
- Tenenbaum, G., Lidor, R., Papaianou, A., & Samulski, D. (2003). ISSP position stand: Competencies (occupational standards, knowledge, and practice) and their accomplishment (learning specification, essential knowledge, and skills) in sport and exercise psychology. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 1, 155-166.
- Ward, D. G., Sandstedt, S. D., Cox, R. H., & Beck, N. C. (2005). Athlete-counseling competencies for U.S. psychologists working with athletes. *The Sport Psychologist*, 19, 318-334.
- Williams, J. M., & Straub, W. F. (2010). Sport psychology: Past, present, future. In J. M. Williams (Ed.), *Applied sport psychology: Personal growth to peak performance* (6th ed., pp. 1-17). New York, NY: McGraw-Hill Companies.