

## **PRESENTAZIONE DELLA COLLABORAZIONE CON IL DR. FEDERICO PESCIATINI**

Federico Pesciatini nasce a Piombino il 29 dicembre del 1990. Nuotatore di ottimo livello si trasferisce a Firenze dove si Laurea in Psicologia con la valutazione di 110/110 con Lode. Specializzato in psicologia clinica, della salute e dello sport, inizia subito la sua attività presso il centro di terapia strategica di Arezzo. Diventa membro della community nazionale di professionisti della salute mentale H24 psicologo. Svolge il ruolo primario nel programma tv “Parla con lo psicologo” di Canale Italia 84.

Il suo ingresso nel Team Sesto Sport è stato fortemente voluto dal direttore tecnico Valerio Caporali, consapevole dell'importanza della psiche nella crescita dell'individuo e dell'atleta. D'altronde la psicologia dello sport ha avuto riconoscimenti a partire dal 1913, anno del primo convegno internazionale. A partire da tale data lo sport ha assunto importanza sia da un punto di vista sociale, inteso come modello educativo, di integrazione sociale ma anche come portatore del concetto di benessere adatto a tutti i cittadini, che da un punto di vista agonistico, sviluppando la preparazione mentale dell'atleta parallelamente a quella fisica. Il raggiungimento di un risultato richiede infatti costanza e impegno, ma anche grande forza di volontà e consapevolezza del percorso che serve per il raggiungimento di un obiettivo. Questo processo genera pressioni emotivi che un atleta deve essere in grado di gestire. Lo sport diventa uno dei veicoli nella costruzione dell'immagine che una persona ha di sé, in relazione con aspettative e obiettivi personali ma anche con quelle esterne. Saper utilizzare al meglio le proprie risorse è un passaggio fondamentale nella crescita personale.

Certi di fornire ai nostri associati un valido strumento per aiutarli nella crescita personale, siamo lieti di dare il benvenuto al dr. Federico Pesciatini nel nostro team.