

1. Record Nr.	UNINA9911064425603321
Autore	Mandolesi, Laura
Titolo	Manuale di psicologia generale dello sport / Laura Mandolesi
Pubbl/distr/stampa	Bologna, : Il mulino, 2025
ISBN	978-88-15-39359-3
Edizione	[2. ed.]
Descrizione fisica	316 p. : ill. ; 24 cm
Collana	Manuali. Psicologia
Disciplina	796.019
Locazione	FSPBC
Collocazione	SOC 1187
Lingua di pubblicazione	Italiano
Formato	Materiale a stampa
Livello bibliografico	Monografia
Note generali	In cop.: Edizione digitale su Pandora Campus
Nota di bibliografia	Contiene riferimenti bibl. (pp. 293-308)
Sommario/riassunto	L'evoluzione della psicologia dello sport è stata profondamente influenzata dall'affermarsi delle scienze cognitive e degli approcci sociocognitivi, dall'introduzione delle nuove tecnologie nel mondo dello sport e della ricerca e dal contributo cruciale delle neuroscienze. Questa seconda edizione aggiornata del manuale non solo esplora i temi centrali della psicologia generale, verificandone l'applicabilità nei contesti sportivi e non, ma offre anche indicazioni pratiche ed innovative per l'allenamento mentale. L'obiettivo principale è promuovere una solida comprensione scientifica dei processi cerebrali legati all'azione e degli effetti benefici dell'attività fisica sul benessere psicologico. Prefazione, di Fabio Lucidi.