

INFORMAZIONI PERSONALI

Davide Ghilardi



 Via _____
 Cell. _____
 Email ghilardi@_____
 _____

Sono uno Psicologo iscritto all'Albo Professionale tramite l'Ordine degli Psicologi del Veneto. Il conseguimento del Titolo è avvenuto a Luglio 2018 presso l'Università degli Studi di Padova, dopo aver brillantemente superato le quattro prove richieste dall'Esame di Stato. Sono una persona sportiva e dinamica, alla costante ricerca di nuove esperienze e sfide professionali. Ho voluto specializzarmi e lavorare in questo settore perchè da ex sportivo professionista, so bene quanto gli aspetti mentali continuo nelle performance sportive di alto livello. Il mio obiettivo è quello di riuscire ad aiutare gli sportivi a sfruttare al massimo tutte le risorse di cui possono disporre al fine di poter contribuire al miglioramento della loro prestazione.

Sesso M | Data di nascita 08/06/1989 | Nazionalità Italiana | Sport praticato: calcio

OCCUPAZIONE

Psicologo del Lavoro e Psicologo Sportivo

ESPERIENZA PROFESSIONALE

Settembre 2018 – Maggio 2019

Progetto di Psicologia Sportiva con Giovanissimi 2005 A.S.D. Azzurra Due Carrare

Presso A.S.D. Azzurra Due Carrare

- Attività in corso di svolgimento con la squadra dei Giovanissimi 2005 della società A.S.D. Azzurra Due Carrare, con i quali assieme ad una collega stiamo svolgendo un progetto sviluppato in n.10 incontri e articolato in diversi obiettivi. Il fine principale di questo percorso è aiutare i ragazzi a migliorare la consapevolezza e la fiducia nelle proprie potenzialità, sportive e anche personali. In questo contesto si inseriscono altri obiettivi come per esempio migliorare la consapevolezza della squadra, attraverso un lavoro pratico che faccia capire loro (e mettere in pratica) come la squadra non sia solo l'insieme dei singoli ma qualcosa di più; sempre legato a questo tema capire anche cosa sia la Leadership e quali siano le caratteristiche del Leader, al fine di poterle sviluppare attraverso attività pratiche da poter poi portare all'interno dello spogliatoio; o ancora capire cosa sia l'ansia da prestazione sportiva, da alcuni di loro già sperimentata, e capire come poterla gestire al meglio; per concludere con il miglioramento delle capacità di concentrazione, della tolleranza all'errore e della gestione della frustrazione in campo.

Attività o settore Psicologia Sportiva

Aprile 2019 – Dicembre 2020

Docente al Master Universitario in Psicologia dello Sport e della Performance

Presso C.I.S.S.P.A.T. di Padova

- Esperienza come relatore e docente al Master Universitario in Psicologia dello Sport e della Performance trattando tematiche come l'importanza della mappatura degli atleti da cui poter partire per la costruzione di dinamiche relazionali utili al miglioramento della performance sportiva.

Attività o settore Psicologia dello Sport ed esercizio fisico

Settembre 2017 – Dicembre 2018

Master Universitario in Psicologia dello Sport e della Performance

Presso C.I.S.S.P.A.T. di Padova

Esperienza di studio e tirocinio pratico in cui, tramite lezioni e seminari tenuti da grandi esperti italiani ed internazionali di Psicologia dello Sport, ma anche da allenatori, ricercatori, dottori e preparatori, ho conosciuto i principali ambiti di intervento della psicologia dello sport e le tecniche da utilizzare per permettere ad uno sportivo sia di vivere bene la attività sportiva che svolge, sia di poter rendere al massimo delle proprie potenzialità, sfruttando le proprie risorse mentali (spesso sconosciute o comunque sottovalutate) per poter attuare un sostanziale miglioramento della propria performance sportiva.

Attività o settore Psicologia dello Sport ed esercizio fisico

Maggio 2016 – Aprile 2017

Collaboratore diretto del Dott. Bargnani Alessandro Ferrante

Presso Dott. Bargnani Alessandro Ferrante (Psicoterapeuta e Psicologo dello Sport)

- Esperienza di tirocinio professionalizzante svolto al C.I.S.S.P.A.T. di Padova e finalizzata al sostenimento dell'Esame di Stato per potermi così iscrivere all'Albo dell'Ordine degli Psicologi. Durante questo lasso di tempo ho acquisito diverse competenze in ambito psicologico applicato allo sport, grazie anche alla partecipazione ad alcune lezioni del Master in Psicologia dello Sport, organizzato dal C.I.S.S.P.A.T. e di cui il Dott. Bargnani è Responsabile e Direttore Organizzativo. I temi principali che ho appreso e trattato sono: lo sport come agenzia educativa nei settori giovanili degli sport collettivi, l'incremento delle prestazioni tramite il mental training, la questione emozionale come base per migliorare la prestazione sportiva, il processo di visualizzazione e il decision-making nel calcio, la gestione delle ansie e dello stress tramite il training autogeno e la valutazione degli allenatori tramite il test C.B.A.S.Questionnaire. Inoltre ho personalmente organizzato in collaborazione con il Centro un torneo chiamato "Educational Silent Trophy" (giunto già alla terza edizione) per coinvolgere i genitori nella attività calcistica dei figli, aiutandoli a comprendere quale sia il miglior modo di comportarsi per sostenere i ragazzi e dare loro un valido esempio da seguire.

Attività o settore Psicologia dello Sport ed esercizio fisico

27-28-29 Maggio 2016

Partecipazione XXI Congresso Nazionale ed Internazionale Associazione Italiana Psicologia dello Sport e dell'esercizio fisico

Presso Novotel (BO)

- Partecipazione al Congresso Nazionale A.I.P.S. che è stato un momento di grande crescita sia personale che professionale, grazie alla presenza di vari specialisti del settore, provenienti da tutto il mondo. Essi hanno avuto il grande merito di illustrare le più recenti ricerche scientifiche nel campo della Psicologia applicata allo sport e si sono resi molto disponibili nel confrontarsi e spiegare a giovani come me le possibili strade che si stanno aprendo in questo ambito e le possibili prospettive di futura applicazione.

Attività o settore Psicologia dello Sport e dell'esercizio fisico con applicazioni anche alla Psicologia Clinica, Sociale, della Salute e del Lavoro

Settembre 2016 – Marzo 2018

Responsabile Risorse Umane e Direttore di Circolo

Presso Tennis Club Padova 1912

- Esperienza svolta nello storico contesto patavino del Tennis Club Padova 1912 in cui per un anno e mezzo ho svolto la mansione di Direttore di Circolo, coordinando le risorse a contratto (n.18 dipendenti) e curando con particolare attenzione le attività e la programmazione della Scuola Tennis, sia nel settore di avviamento alla pratica tennistica, sia nel settore agonistico. Inoltre ho gestito i rapporti commerciali e logistici con sponsor, federazione e soci, oltre ad occuparmi di corsi, piscina, ristorazione, etc. E' stato un incarico molto impegnativo vista la mole di lavoro svolto, ma altrettanto entusiasmante visti i riconoscimenti ottenuti sia a livello personale che come struttura sportiva.

Attività o settore Psicologia del Lavoro e Risorse Umane

Maggio – Settembre 2015

Tesista

Presso Team Lorenzo Mola Pedale Casalese – Squadra di Ciclismo Juniores

- Esperienza di ricerca psicologica in merito alla gestione dello stress e delle ansie pregara in atleti giovani e di alto livello, con la supervisione del Dott. Ceserani. L'attività si è composta di una prima parte riguardante una iniziale somministrazione di un questionario (S.T.A.I.) e di una seconda parte riguardante ove necessario l'applicazione e l'insegnamento ai giovani corridori di tecniche di riduzione sia dello stress che delle ansie, da poter usare personalmente quando ne avessero sentito il bisogno e nei momenti in cui lo avessero ritenuto maggiormente opportuno.

Attività o settore Psicologia Sportiva (e Organizzativa)

Novembre 2013 – Novembre 2015

Assistente

Presso diversi convegni

- Esperienza di steward e assistente di sala per presentazioni, meeting, seminari e congressi.

Attività o settore Relazioni Interpersonali

Febbraio 2013 – Maggio 2013

Partecipante a Gruppo di Supervisione Clinica

Presso Studio di Psicologia e Psicoterapia Dott. Cadonati

- Apprendimento svolto tramite diversi focus-group riguardante le modalità di approccio ad alcuni casi clinici.

Attività o settore Psicologia Clinica

Giugno - Luglio 2011

Allenatore e Accompagnatore di squadre di calcio

Presso Camp Estivi Ma.Gi.Ca. ad Andalo e Malè

- Allenatore del gesto tecnico, dell'esercizio fisico e accompagnatore di una squadra di bambini (8-10 anni) per 4 settimane, prima presso il centro sportivo di Andalo (TN) e poi presso quello di Malè (TN). Gestore delle attività relazionali tra i ragazzi, ma anche delle comunicazioni tra i giovani e le famiglie, soprattutto per i bambini più piccoli che spesso si trovavano a fare la prima esperienza lontano da casa e dalla famiglia per una settimana completa, compresa la notte.

Attività o settore Sport ed esercizio fisico

Luglio 2002 - Giugno 2018

Calciatore

Presso diverse società sportive

- Esperienza di calciatore professionista presso il settore giovanile della società U.C. Albinoleffe e presso la prima squadra della società U.S. Pergocrema (Lega Pro – Prima e Seconda Divisione), con annessa convocazione in Nazionale Under 20 di categoria per uno stage a Coverciano e duplice partecipazione al Trofeo di Viareggio – Coppa Carnevale, il più importante torneo calcistico giovanile al mondo. Inoltre sempre durante questi anni ho avuto la fortuna e il piacere di lavorare con allenatori come Giuseppe Sannino, Evaristo Beccalossi e Daniele Fortunato, oltre a partecipare per tre edizioni consecutive anche al Trofeo Dossena, arrivando in finale nel 2005 e vincendo i premi come "Miglior giocatore della finale" e "Giocatore più giovane della finale". Ho voluto inserire queste esperienze sportive perché sono state molto importanti per me fin dalla giovanissima età, in quanto mi hanno formato e insegnato come, per riuscire a raggiungere gli obiettivi sia necessario saperseli prefiggere con realismo, oltre all'applicazione di una corretta comunicazione, di una altrettanto adeguata abilità di ascolto e di una costante attenzione alla persona. Tutto questo permette di condurre al meglio i confronti e i conflitti, di motivare le persone facendo sì che ripongano un'adeguata fiducia in se stessi riuscendo così anche a creare un proficuo spirito di squadra, tanto nello spogliatoio quanto in azienda.

2003-2008 **Diploma di Maturità Scientifica**
 Collegio Vescovile Liceo Scientifico Sant'Alessandro
 ▪ Voto finale 75/100

Livello QEQ 7 di 8

2008-2013 **Laurea Triennale in Psicologia Generale**
 Università Degli Studi Di Bergamo
 ▪ Voto finale 98/110

Novembre 2013 **Laurea Specialistica in Psicologia del Lavoro, delle Organizzazioni e della Comunicazione**
 20 Ottobre 2015
 Università Degli Studi Di Padova
 ▪ Voto finale 106/110
 ▪ Durante questo percorso ho assunto importanti competenze riguardanti la "Formazione della persona attraverso l'Empowerment", la "Gestione delle Risorse Umane", la "Gestione delle diversità nei contesti di Lavoro", il "Funzionamento dei Gruppi attraverso le dinamiche di Cooperazione e Conflitto", il "Marketing", la "Progettazione Professionale attraverso il Career Counseling", le "Relazioni Interpersonali", i "Test di Personalità" e i "Test per le Organizzazioni", il "Benessere Organizzativo e la Prevenzione dei Rischi Aziendali", la "Formazione all'Etica della ricerca in psicologia" e la "Deontologia Professionale dello Psicologo".

Aprile 2012 **Practitioner in PNL**
 NLP Italy
 ▪ Diploma di primo livello di specializzazione internazionale in NeuroLinguistic Programmation e in Coaching.

Lingua madre Italiano

| Altre lingue | COMPRESIONE | | PARLATO | | PRODUZIONE SCRITTA |
|-------------------------------------|-------------|---------|-------------|------------------|--------------------|
| | Ascolto | Lettura | Interazione | Produzione orale | |
| Inglese | B1 | B2 | B1 | B1 | B2 |
| First Certificate Exam Level B – B2 | | | | | |
| Spagnolo | B1 | B1 | B1 | B1 | B1 |
| DELE – Nivel Inicial | | | | | |

Livelli: A1/2 Livello base - B1/2 Livello intermedio - C1/2 Livello avanzato
 Quadro Comune Europeo di Riferimento delle Lingue

Competenze comunicative

Distinte competenze comunicative

- Acquisite durante il corso di "Relazioni Interpersonali" e durante il corso "Practitioner" in PNL. Anche le diverse attività svolte come assistente di sala presso vari convegni mi hanno permesso di migliorare ulteriormente le mie competenze comunicative.

Competenze organizzative e gestionali

Buone competenze organizzative e gestionali

- Acquisite durante i corsi di "Gestione delle Risorse Umane" e "Benessere Organizzativo e Prevenzione dei Rischi Aziendali".

Discrete competenze professionali

- Acquisite a livello teorico durante il quinquennio complessivo del Corso di Laurea in Psicologia

Buone competenze informatiche

- Sistema Operativo: Windows XP – Windows VISTA – Windows 7 – Windows 8. Microsoft Applications: Word, Excel, Outlook, PowerPoint, Access.

Automunito con Patente B.

ULTERIORI INFORMAZIONI**Publicazioni**

Attestato di partecipazione a un seminario di 3 giornate riguardante l'applicazione della Ipnosi Ericksoniana come tecnica per relazionarsi in colloqui personali. (2015)

Presentazioni**Progetti**

Progetto di psicologia sociale svolto con altri 3 studenti dal titolo "L'abito fa il monaco" riguardante l'indifferenza nei contesti sociali. (2013) Corso di "Relazioni Interpersonali" - Prof. A. Zamperini

Conferenze**Seminari****Premi****Riconoscimenti****Appartenenza a gruppi****Associazioni****Referenze**

Pubblicazione di diversi articoli, sia bibliografici che sperimentali, sul sito www.psicologidellosport.it riguardanti diversi aspetti della preparazione mentale nello sport, dai contesti educativi a quelli di alto livello, con atleti professionisti e olimpionici.

Pubblicazione di Tesi di Laurea Specialistica dal titolo "La gestione dell'ansia e dello stress in giovani ciclisti professionisti", lavoro che ha analizzato sia bibliograficamente che sperimentalmente la necessità di affiancare a ragazzi giovani, che investono già molte energie nella propria attività sportiva con la speranza che diventi in un futuro prossimo la loro professione, una figura esperta e competente in ambito psicologico, per permettere loro di affrontare al meglio le competizioni, in particolar modo l'ansia e lo stress che da esse spesso derivano. Il lavoro si è svolto concretamente con gli sportivi, somministrando loro un test, facendo loro sperimentare tecniche di rilassamento e di visualizzazione immaginata ed infine cooperando per migliorare il loro dialogo interno e collettivo. Questo progetto, secondo quanto riportato dagli atleti, ha lasciato loro un beneficio importante, ossia la capacità di affrontare le gare con la giusta consapevolezza delle proprie capacità, senza permettere allo stress di condizionare le loro performances.

Pubblicazione di Tesi di Laurea Triennale dal titolo "L'importanza dello psicologo sportivo nel calcio", lavoro che ha analizzato sia bibliograficamente che sperimentalmente la necessità di inserire tale figura nelle società calcistiche, mettendone in evidenza gli aspetti positivi e i vantaggi. Dopo aver svolto un esame critico delle mansioni che lo psicologo può svolgere all'interno di una squadra, si è giunti a confrontare la situazione attuale del calcio italiano con quella tedesca, dove già da anni la figura dello psicologo sportivo è stata inserita efficacemente, pervenendo così alla conclusione, fornita da diversi dati e analizzati secondo molteplici punti di vista, che la situazione teutonica fosse molto più florida e stabile rispetto a quella del nostro Paese.

Dati personali

Autorizzo il trattamento dei miei dati personali ai sensi del Decreto Legislativo 30 giugno 2003, n. 196 "Codice in materia di protezione dei dati personali".