



D.A.P BLESSURE

Accompagnement psychologique de la blessure du sportif de haut niveau

La vie du sportif de haut niveau est rythmée par les entraînements intensifs et la compétition qui donne sens à son engagement sportif mais surtout sens à sa vie. La survenue d'une blessure crée un STOP BRUTAL pouvant engendrer une perte de sens.

La manière d'être au monde du sportif de haut niveau, à base d'activités intenses, participe à l'équilibre interne, à la sécurité de base et au bon déploiement de ses émotions.

Lorsqu'elle survient, la blessure vient faire effraction et peut produire une désorganisation, une discontinuité du flux existentiel; une rupture de la dynamique habituelle et une crise du « qui suis-je ? » par la mise à l'arrêt forcée du corps performant.

Mais la blessure peut être aussi un mal pour un bien, si ce moment de repli devient l'occasion de PANSER et de PENSER l'atteinte du vécu corporel et psychique de ses conséquences.

AVANT, PENDANT ET
APRES LA BLESSURE

7 ETAPES : DE
L'ÉPREUVE NÉGATIVE
À L'EXPERIENCE
POSITIVE

MENTALGO

www.mentalgo.com

contact@mentalgo.fr

0608090661