

Weiter kommen...



Curriculum “Sportpsychologie 2.0”

Österreichische Akademie für Psychologie (AAP)

Termine 2019

Seite 1 von 6

Klinische Psychologie - Gesundheitspsychologie - Weiterbildungslehrgänge und Seminarreihen in der Psychologie und angrenzenden Bereichen

Vom Bundesministerium für Unterricht, Kunst und Kultur anerkannter Qualitätsanbieter in der Erwachsenenbildung (Ö-Cert)
Staatlich anerkannte Einrichtung nach §9 Abs.1 Psychologengesetz 2013; AAP GmbH, Vereinsgasse 15, 1020 Wien
Homepage: www.aap.ac.at, Email: office@aap.ac.at, Tel.: +43-1-406 73 70, Fax: +43-1-406 73 71, UID ATU49308707, FB185928z



1 Informationen zum Lehrgang

Weiterbildungsumfang

Der Lehrgang Sportpsychologie 2.0 ist besonders für jene konzipiert, die neben der psychologischen Grundkompetenz auch den Körper vermehrt in der praktischen Arbeit mit einbeziehen möchten. Hierbei liegen die Schwerpunkte vor allem im Erlernen von Techniken in Hinblick auf zum Beispiel beschleunigter Körperwahrnehmung (ist auch gleich Selbstwahrnehmung), im Erlernen des Self-Empowerment (Selbstverantwortlichkeit vs. Erduldung) und auch in der Arbeit mit ICD-10 Diagnosen, welche einen starken körperlichen Bezug haben (z.B. Essstörungen; Körperdysmorphie Störungen; Burn-Out; etc.)

Weiters wird auch Theorie und Praxis für den Bereich der körperlich beeinträchtigten Patienten (Querschnittslähmung; MS; Polyneuropathie etc.) vermittelt.

Neben fachlichen Inputs zu Sportpsychologie im breiten Tätigkeitsrahmen (betriebliche Gesundheitsförderung; klinisches Setting; Beratung), haben die TeilnehmerInnen die Möglichkeit verschiedene psycho-physiologische Messinstrumente kennenzulernen und mit diesen selbstständig zu arbeiten.

Zusätzlich wird sehr viel Wert auf einen sehr praxisorientierten interaktiven Austausch und Selbsterfahrung gelegt.

Zertifizierung

Nach Absolvierung dieser Weiterbildung erhalten Sie ein Zertifikat über die erfolgreiche Weiterbildung in „Sportpsychologie 2.0“.

Nach Lehrgangsabschluss zertifiziert die Österreichische Akademie für Psychologie (AAP) Sie wie folgt:

- SportpsychologIn: Für Klinische PsychologInnen, GesundheitspsychologInnen, PsychologInnen
- SporttherapeutIn: Für PsychotherapeutInnen

Das Wissen wird als Weiterbildung vermittelt. Das bedeutet, dass Sie es im Rahmen Ihrer bereits bestehenden beruflichen Qualifikationen anwenden können. Es handelt sich nicht um eine Ausbildung zur Erlangung neuer berufsrechtlicher Qualifikationen.

2 ReferentInnen



Mag. Anna Werksnies

- Klinische Psychologin
- Gesundheitspsychologin
- Psychotherapeutin (VT)
- Arbeitspsychologin, Coach
-
- Geschäftsführung Sportgeist in Wien
- Vorstand bei Kiwi-Sport: Verein für Kinder in Wien
- Kooperation mit Sportunion Wien in „Fit für Österreich und Ugotchi“
- 2009 (breites Sportangebot in Wiener Schulen)
- Snowboard Lehrerin und Guide bei RUF Jugendreisen Deutschland
- Langjährige Dressurreiterin
- Mitarbeit in der Hippotherapie (körperlicher Therapieansatz mit Pferden) mit geistig und körperlich behinderten Menschen, Deutschland



Mag. Manuela Palotay

- Dipl. Sportpsychologin
- Arbeits- und Organisationspsychologin
- Systemischer Coach
- Lektorin Fachhochschule Wiener Neustadt
- Sportpsychologische Betreuung von SportlerInnen aller Leistungsebenen
- Sportpsychologische Wettkampfbegleitung
- Ehrenamtliche Tätigkeit im Behindertensport



Mag. Boris Zalokar

- Arbeits- und Organisationspsychologe
- Klinischer- und Gesundheitspsychologe
- Biofeedbacktherapeut
- Lehrtherapeut für Entspannungstechniken
- Eingetragener Mediator
- Hypnosystemischer Coach
- Lehrbeauftragter der GAMED - Wiener Internationale Akademie für Ganzheitsmedizin
- Lektor an der Universität Wien
-
- Begeisterter Strassenradrennsportler
- Mentaltraining von SportlerInnen in Trainings- und Wettkampfphasen

3 Organisatorisches

3.1 Termine

Der Lehrgang „Sportpsychologie 2.0“ wird an 5 Wochenenden durchgeführt:

- Modul 1: 18. & 19.10.2019, Fr. 16.00-20.00 und Sa 09:00-17:00
- Modul 2: 29. & 30.11.2019, Fr. 16.00-20.00 und Sa 09:00-17:00
- Modul 3: 31.01. & 01.02.2020, Fr. 16.00-20.00 und Sa 09:00-17:00
- Modul 4: 13. & 14.03.2020, Fr. 16.00-20.00 und Sa 09:00-17:00
- Modul 5: 24. & 25.05.2020, Fr. 16:00-20:00 und Sa 09:00-17:00

Umfang: 56 Einheiten

3.2 Ort

Wien

3.3 Ihre Investition in den Lehrgang

EUR 1700,- (inkl. USt.)

3.5 Fördermöglichkeiten

Die Österreichische Akademie für Psychologie (AAP)[®] ist Ö-Cert zertifiziert und daher als förderungswürdiger Bildungsanbieter durch alle neun Bundesländer anerkannt. Details entnehmen Sie bitte unserem gesonderten Förderungsüberblick.

3.6 Anmeldeschluss

Zwei Wochen vor Lehrgangsstart

3.7 Anmeldung

Österreichische Akademie für Psychologie (AAP)
Andrea Nechtelberger, MBA MEd
Vereinsgasse 15 (EG), 1020 Wien
Tel. 01 / 406 73 70, Fax 01 / 406 73 71
Email office@aap.co.at, Internet: www.psychologieakademie.com

4 Inhalte

Der Lehrgang Sportpsychologie 2.0 ist besonders für jene konzipiert, die neben der psychologischen Grundkompetenz auch den Körper vermehrt in der praktischen Arbeit mit einbeziehen möchten. Hierbei liegen die Schwerpunkte vor allem im Erlernen von Techniken in Hinblick auf zum Beispiel beschleunigter Körperwahrnehmung (ist auch gleich Selbstwahrnehmung), im Erlernen des Self-Empowerment (Selbstverantwortlichkeit vs. Erduldung) und auch in der Arbeit mit ICD-10 Diagnosen, welche einen starken körperlichen Bezug haben (z.B. Essstörungen; körperdysmorphe Störungen; Burn-Out; etc.) Weiters wird auch Theorie und Praxis für den Bereich der körperlich beeinträchtigten Patienten (Querschnittslähmung; MS; Polyneuropathie etc.) vermittelt.

Neben fachlichen Inputs zu Sportpsychologie im breiten Tätigkeitsrahmen (betriebliche Gesundheitsförderung; klinisches Setting; Beratung), haben die TeilnehmerInnen die Möglichkeit verschiedene psycho-physiologische Messinstrumente kennenzulernen und mit diesen selbstständig zu arbeiten. Zusätzlich wird sehr viel Wert auf einen sehr praxisorientierten interaktiven Austausch und Selbsterfahrung gelegt.

Modul1: Einführung

- ✓ Anfänge von Sport und Fitness in der Gesellschaft
- ✓ Rolle und Entwicklungen in der Arbeitswelt der gesunde/fitte Mensch im Alltag
- ✓ Aufgabenfelder: betriebliche Gesundheitsvorsorge & -Förderung; Klinisches Setting; Beratung
- ✓ Sportpsychologie 2.0 vs. Leistungssport

Modul 2: Wechselwirkungen von Körper & Psyche verstehen & nutzen

- ✓ Thematisierung systemischer Wechselwirkungen zwischen menschlichem Denken, Fühlen & Handeln auf körperliche, vegetative Prozesse und umgekehrt.
- ✓ Analyse körperlicher Prozesse – Konzept des Embodiment
- ✓ Gestaltung psychologischer Beratungs- und Behandlungsangebote mit maßgeschneiderten Bewegungsangeboten
- ✓ Screenings mit psycho-physiologischen Messmethoden (Biofeedback- & Herzratenvariabilitätsmessungen)
- ✓ Indikationsbasierte Planung von ersten körper- und bewegungsorientierten Behandlungs- und Trainingsmaßnahmen

Modul 3: Interventionen und Techniken

- ✓ Gesundheitswissen vs. Gesundheitsverhalten, die Rolle von Zielen im Sport
- ✓ Motivation, Rückschläge, Erschöpfung und Widerstand
- ✓ Interventionen & Tools aus der Praxis, für die Praxis

Modul 4: Behandlung nach medizinischer Indikation

- ✓ Behandlung nach Unfällen und akuten Krisen/Notfällen
- ✓ Behandlung im Bereich körperlicher Vorbelastungen (Diabetes; Übergewicht)
- ✓ Körperschemastörungen erkennen und behandeln
- ✓ Ernährung vs. Ressourcenmanagement

Modul 5: Selbsterfahrung und praktisches Training bewegungsorientierter Angebote in der psychologischen Praxis.

- ✓ Bewegungsfokussierte Angebote in der psychologischen Behandlung unter besonderer Berücksichtigung körperbezogener Ängste, Stress & Burnout, Depression – Chancen, Nutzen und positive Auswirkungen
- ✓ Aktivierende, koordinative und entspannende Methoden
- ✓ Körpertherapeutische Übungen bei speziellen Körperbildstörungen
- ✓ Fallvignetten und spezielle Interventionen
- ✓ Indoor & Outdoor / Selbsterfahrung