

**Η ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΕΤΑΙΡΕΙΑ ΕΡΕΥΝΑΣ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΑΣ
ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑΣ**

**ΔΙΟΡΓΑΝΩΝΕΙ
ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟ ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟ
ΜΕ ΘΕΜΑ:**

**«Εφαρμογές της γνωστικής
συμπεριφορικής θεραπείας στον
αθλητισμό»**

**ΕΙΣΗΓΗΤΡΙΑ:
Άννα Καλυμτιού,
Ψυχολόγος – Ψυχοθεραπεύτρια,
MSc in Sport & Exercise Psychology**

**ΚΥΡΙΑΚΗ 29/11/2015
ώρα: 11.30-17.30**

Στόχος είναι:

-Κατανόηση των βασικών αρχών της Αθλητικής Ψυχολογίας
-Παρουσίαση των γνωστικών συμπεριφορικών τεχνικών, προσαρμοσμένων στον αθλητικό χώρο.

Περιεχόμενο:

-Παρουσίαση βασικών ψυχολογικών θεωριών στην Αθλητική Ψυχολογία
-Η σημασία της ανάπτυξης ψυχολογικών δεξιοτήτων στους αθλητές (αυτό- αποτελεσματικότητα, άγχος επίδοσης, ικανοποίηση από το άθλημα, κλπ)
-Παρουσίαση γνωστικών συμπεριφορικών τεχνικών στον αθλητισμό
-Διαδραστικές ασκήσεις με στόχο την εξοικείωση και την ενεργή εκπαίδευση των εκπαιδευόμενων με τις συγκεκριμένες τεχνικές
-Μελέτη περίπτωσης αθλήτη με τη χρήση του γνωστικο-συμπεριφορικού μοντέλου.

Διάρκεια: 8 ώρες - Χορηγείται βεβαίωση

Διεξάγεται στην ΕΕΕΣ-Παράρτημα Μακεδονίας:

Κόστος συμμετοχής: 50 ευρώ (επαγγελματίες)
35 ευρώ (μέλη της ΕΕΕΣ)
30 ευρώ (φοιτητές)
25 ευρώ (εκπαιδευόμενοι ΕΕΕΣ)

Ο αριθμός των συμμετεχόντων σε κάθε Εργαστήριο είναι περιορισμένος και καταβάλλεται υποχρεωτικά προκαταβολή μια εβδομάδα πριν τη διεξαγωγή του σεμιναρίου, η οποία δεν επιστρέφεται, εφόσον δεν εμφανισθεί ο ενδιαφερόμενος και επιστρέφεται, εφόσον δεν πραγματοποιηθεί το εργαστήριο.

Πληροφορίες - Εγγραφές:

ΕΕΕΣ - Παράρτημα Μακεδονίας

Ερμού 48, 6ος όροφος, Θεσσαλονίκη

Τηλ. 2310 274 610,

www.cognitivebehaviour.gr - [e mail :eesm@otenet.gr](mailto:eesm@otenet.gr)