



Utdanning Kognitiv Idrettspsykologi 2018 - 2019

2018

Samling 1, mandag 9.april - tirsdag 10.april

- *Kognitiv tilnærming – grunnleggende begreper og metoder*
- *Idrettspsykologi i et historisk perspektiv*

Anne Marte Pensgaard og Tom Henning Øvrebø

Sted/kl.: Olympiatoppen/kl.09.00 - 16.00

Samling 2, mandag 4.juni - onsdag 6.juni

- *Kognitiv terapi i et idretts- og prestasjonsperspektiv. Virkeområder for idrettspsykologisk rådgivning.*
- *Ferdighetstrening (dag 3)*

Anne Marte Pensgaard og Tom Henning Øvrebø

Sted/kl.: Pilestredet Park 7A/kl.09.00 - 16.00

Samling 3, mandag 27.august - tirsdag 28.august

- *Kliniske tilstander, kartlegging og tiltak*

Tonja Løve og Tom Henning Øvrebø

Sted/kl.: Pilestredet Park 7A/kl.09.00 - 16.00

Samling 4, mandag 15.oktober - tirsdag 16.oktober

- *Spiseforstyrrelser (dag 1)*
- *Søvnproblemer (dag 2)*

Terje Fladvad (dag 1) og Børge Sivertsen (dag 2)

Sted/kl.: Pilestredet 75C (NFKTs kurslokaler)/kl.09.00 - 16.00

Samling 5, mandag 3.desember - onsdag 5.desember

- *Grunnleggende stress-teori, CATS* (dag 1)
- *Smerter* (dag 2)
- *Ferdighetstrening* (dag 3)

Hege Randi Eriksen (dag 1), Egil Andreas Fors (dag 2), Tonja Løve (dag 3)

Sted/kl.: Pilestredet 75C (NFKTs kurslokaler)/kl.09.00 - 16.00

2019

Samling 6, vinter 2019 - dato avklares senere

- *Rehabilitering ved idrettsskader*

Göran Kenttä

Sted/kl.: avklares senere/kl.09.00 - 16.00

Samling 7, vinter/vår 2019 - dato avklares senere

- *Utbrenthet og utmattelse hos utøvere og trenere* (dag 1)
- *Avhengighetsproblematikk og doping* (dag 2)
- *Ferdighetstrening* (dag 3)

Marte Bentzen (dag 1), Christine Wisløff (dag 2), Tonja Løve (dag 3)

Sted/kl.: avklares senere/kl.09.00 - 16.00

Samling 8, vår 2019 - dato avklares senere

- *Trener/utøver-relasjonen og teamutvikling* (dag 1)
- *Selvtillit. Konsentrasjon og spenningsregulering* (dag 2)

Anne Fylling Frøyen (dag 1) og Anne Marte Pensgaard (dag 2)

Sted/kl.: avklares senere/kl.09.00 - 16.00

Samling 9, høst 2019 - dato avklares senere

- *Mindfulness i høyprestasjonsgrupper* (dag 1)
- *Veiledet selvhjelp og psykologisk førstehjelp i et prestasjonsperspektiv* (dag 2)
- *Ferdighetstrening* (dag 3)

Anders Meland (dag 1), Solfrid Raknes (dag 2), Anne Marte Pensgaard og Tom Henning Øvrebø (dag 3)

Sted/kl.: avklares senere/kl.09.00 - 16.00

Samling 10, høst 2019 - dato avklares senere

- *Oppsummering og eksamen*

Anne Marte Pensgaard og Tom Henning Øvrebø

Sted/kl.: avklares senere/kl.09.00 - 16.00