

# Curso

## Psicologia e Coaching como Ferramentas no Esporte





## Curso

# Psicologia e Coaching como Ferramentas no Esporte

- » Modalidade: online
- » Duração: 12 semanas
- » Certificado: TECH Universidade Tecnológica
- » Horário: no seu próprio ritmo
- » Provas: online

Acesso ao site: [www.techtute.com/br/psicologia/curso/psicologia-coaching-ferramentas-esporte](http://www.techtute.com/br/psicologia/curso/psicologia-coaching-ferramentas-esporte)

# Índice

01

Apresentação

---

*pág. 4*

02

Objetivos

---

*pág. 8*

03

Direção do curso

---

*pág. 12*

04

Estrutura e conteúdo

---

*pág. 16*

05

Metodologia de estudo

---

*pág. 20*

06

Certificado

---

*pág. 30*

# 01

# Apresentação

A medida que a compreensão psicológica do esporte e o alto nível de competição que deve ser mantido avançou, o papel do psicólogo esportivo e do coach foi reforçado, apoiando-se mutuamente para obter o melhor desempenho possível do atleta. Neste contexto, é essencial que o psicólogo esportivo conheça as principais ferramentas de facilitação, assim como a relação essencial entre psicólogo e coach. São precisamente estas questões que são o foco deste programa, no qual uma equipe de professores especializados na área preparou uma série de conteúdos que lidam com a Pirâmide Psicológica, *Live Training*, dinâmicas de grupo e muitas outras ferramentas extremamente úteis. Além disso, o formato do programa é 100% online, o que facilita a sua conciliação com outras responsabilidades exigentes.





“

*Você se destacará profissionalmente por seu uso refinado e aprimorado da concentração esportiva, da neurociência de desempenho e da abordagem psicológica das lesões"*

Como o treinador e o coach são levados a trabalhar em estreita colaboração, muitas vezes com uma pessoa desempenhando as duas funções, o psicólogo deve estar preparado para assumir competências que vão além da psicologia esportiva. Assim, o trabalho interdisciplinar entre fisioterapeutas, nutricionistas ou terapeutas de reabilitação torna-se essencial para uma compreensão completa da mente do atleta.

Neste Curso, o psicólogo adquirirá um domínio exemplar das principais ferramentas de facilitação psicológica no campo do esporte. Desta forma, o profissional será capaz de se posicionar como uma figura indispensável em qualquer equipe, lidando com os momentos mais difíceis, como lesões, assim como a personalidade, valores e atitudes do próprio atleta.

Tudo isso em um formato totalmente online, no qual as aulas presenciais e os horários fixos foram eliminados a fim de favorecer a flexibilidade. O programa completo está disponível para download desde o primeiro dia, e cabe ao psicólogo decidir como estudá-lo de acordo com seus próprios interesses ou responsabilidades pessoais.

Vale a pena observar que o programa da universidade incluirá um *Masterclass* por um prestigiado professor convidado internacional.

Este **Curso de Psicologia e Coaching como Ferramentas no Esporte** conta com o conteúdo mais completo e atualizado do mercado. Suas principais características são:

- ♦ O desenvolvimento de casos práticos apresentados por especialistas em Coaching e Psicologia do Esporte
- ♦ Os conteúdos gráficos, esquemáticos e extremamente úteis fornecem informações práticas sobre as disciplinas indispensáveis para o exercício da profissão
- ♦ Exercícios práticos em que o processo de autoavaliação é realizado para melhorar a aprendizagem
- ♦ Destaque especial para as metodologias inovadoras
- ♦ Aulas teóricas, perguntas a especialistas, fóruns de discussão sobre temas controversos e trabalhos de reflexão individual
- ♦ Disponibilidade de acesso a todo o conteúdo a partir de qualquer dispositivo, fixo ou portátil, com conexão à Internet



*Um renomado Diretor Internacional Convidado oferecerá uma Masterclass exclusiva para aprofundar as técnicas específicas de avaliação e diagnóstico dos problemas mais frequentes no campo esportivo”*

“

*Matricule-se hoje e tenha acesso a uma biblioteca de conteúdo de alta qualidade, produzida por especialistas na área com a mais recente tecnologia educacional à sua disposição”*

O corpo docente do curso conta com profissionais do setor, que transferem toda a experiência adquirida ao longo de suas carreiras para esta capacitação, além de especialistas reconhecidos de instituições de referência e universidades de prestígio.

O conteúdo multimídia, desenvolvido com a mais recente tecnologia educacional, permitirá ao profissional uma aprendizagem contextualizada, ou seja, realizada através de um ambiente simulado, proporcionando uma capacitação imersiva e programada para praticar diante de situações reais.

A estrutura deste programa se concentra na Aprendizagem Baseada em Problemas, através da qual o aluno deverá resolver as diferentes situações da prática profissional que surgirem ao longo do programa. Para isso, contará com a ajuda de um inovador sistema de vídeo interativo realizado por especialistas reconhecidos nesta área.

*Destaque-se em um campo onde os psicólogos estão ganhando cada vez mais impulso ao utilizar métodos de coaching de última geração em seu trabalho diário.*

*Adicione este Curso ao seu curriculum e comece a demonstrar seu valor para liderar projetos esportivos relevantes do campo da psicologia.*



# 02

## Objetivos

Para garantir que o psicólogo assuma responsabilidades mais exigentes com as ferramentas e técnicas adequadas, a equipe docente por trás deste Curso fez um esforço especial para compilar as principais ferramentas da psicologia e coaching esportiva. Assim, é apresentada a teoria e a prática mais atual e eficaz, para que o psicólogo possa impulsionar sua carreira profissional através do uso mais relevante do treinamento psicológico específico.



“

*Você poderá incorporar técnicas e ferramentas de coaching utilizadas pelos melhores especialistas em esportes em seu trabalho profissional”*



## Objetivos gerais

---

- ♦ Abordar os diferentes estilos de liderança que são mais bem-sucedidos no panorama esportivo
- ♦ Estudar a gestão de equipes de alto desempenho a nível psicológico e motivacional
- ♦ Examinar os pilares básicos sobre os quais se baseia a Psicologia Esportiva
- ♦ Analisar as possíveis aplicações das técnicas e metodologias mais populares no coaching esportivo
- ♦ Aprenda as técnicas psicológicas mais frequentemente utilizadas na área do esporte.
- ♦ Estudar as diferentes ferramentas interdisciplinares do psicólogo e do coach esportivo
- ♦ Aprofundar no trabalho do psicólogo como facilitador no contexto do esporte





## Objetivos específicos

---

- Aprofundar no treinamento psicológico de esportes específicos
- Aprender a otimizar o processo de aprendizagem do atleta, buscando sua regularidade no desempenho
- Abordar as lesões e readaptação do atleta profissional
- Aprofundar na capacitação dos técnicos esportivos do ponto de vista psicológico
- Conhecer o processo de desenvolvimento de workshops e pesquisa aplicadas à Psicologia do Esporte

“

*Seus objetivos e os da TECH estão alinhados. Você terá todo o apoio necessário para ter sucesso no campo da psicologia esportiva”*

# 03

## Direção do curso

A filosofia da TECH se concentra em oferecer programas que sejam os mais completos e atualizados no campo acadêmico, o que envolve um rigoroso processo de seleção para estabelecer suas equipes de professores. Graças a isso, o presente Curso Universitário conta com a participação de especialistas de destaque em Psicologia e Coaching como Ferramentas no Esporte. Esses profissionais desenvolveram uma grande variedade de materiais didáticos que se destacam tanto pela qualidade quanto por estarem alinhados com as demandas do mercado de trabalho atual. Dessa forma, os alunos desfrutarão de uma experiência imersiva que lhes permitirá aprimorar significativamente sua prática clínica.





“

*Você terá o apoio de uma equipe de professores formada por profissionais renomados da Psicologia Esportiva”*

## Diretora Internacional Convidada

A Dra. Barbara Roberts é uma importante psicóloga clínica com um histórico reconhecido internacionalmente na área de **saúde mental esportiva**. Como tal, ela desempenhou um papel importante como **Diretora de Bem-estar e estudos clínicos** para o time de futebol **Washington Commanders**, uma posição que a tornou uma das poucas profissionais com Ph.D. em **Psicologia Clínica** trabalhando em tempo integral em uma franquia da **NFL**. Aqui, seu trabalho se concentrou na implementação de uma abordagem proativa para o gerenciamento da **saúde mental**, buscando construir uma base sólida para o bem-estar do jogador e seu impacto no **desempenho** e na **saúde geral**.

Sua carreira profissional também incluiu funções importantes no **Escritório Federal de Prisões (Federal Bureau of Prisons)** e no **U.S. Army Aberdeen Proving Ground**, onde desenvolveu programas de apoio a prisioneiros e militares com problemas de abuso de substâncias. Além disso, trabalhou para a **Administração de Serviços de Abuso de Substâncias e Saúde Mental (Substance Abuse and Mental Health Services Administration)** e o **Escritório da Política Nacional de Controle de Drogas da Casa Branca**. Isso permitiu avaliar e melhorar os programas de tratamento em nível nacional.

A Dra. Barbara Roberts também aplicou sua experiência em métodos baseados em evidências, como a **entrevista motivacional**, para criar um ambiente de confiança com os jogadores, ajudando-os a enfrentar os desafios de suas carreiras e vidas pessoais. Nesse sentido, sua abordagem é única em sua capacidade de normalizar a **saúde mental** dentro do **ambiente esportivo** e oferecer suporte contínuo e personalizado. Por sua vez, se destacou em seu compromisso de ajudar os jogadores nos vários estágios de suas carreiras, desde os primeiros anos na **NFL**, até a vida após a aposentadoria.



## Dra. Barbara Roberts

---

- ♦ Diretor de bem-estar e serviços clínicos do Washington Commanders, Washington D. C., E UA
- ♦ Psicóloga Clínica do Centro Médico da Universidade de Georgetown
- ♦ Analista e coordenadora de políticas de saúde no Escritório de Políticas Nacionais de Controle de Drogas da Casa Branca
- ♦ Psicóloga clínica na Administração de Serviços de Abuso de Substâncias e Saúde Mental (*Substance Abuse and Mental Health Services Administration*)
- ♦ Doutora em Psicologia Clínica pela Universidade de Oklahoma.
- ♦ Formada em Psicologia pela Universidade de Málaga

“

*Graças à TECH você será capaz de aprender com os melhores profissionais do mundo”*

# 04

## Estrutura e conteúdo

A TECH seguiu a metodologia pedagógica do *Relearning* para a elaboração de todo o conteúdo deste Curso. Isto significa que o psicólogo adquirirá progressivamente a experiência e o domínio necessários no uso de ferramentas de coaching esportivo ao longo de todo o curso. Ao economizar uma quantidade considerável de horas de estudo, o estudante será capaz de se aprofundar na riqueza de material complementar e multimídia ao qual terá acesso, matriculando-se neste programa.





“

*Amplie suas habilidades e capacidades psicológicas com um programa focado nas áreas de maior interesse atual no campo da psicologia esportiva”*

### Módulo 1. Marca pessoal e gestão de ferramentas digitais

- 1.1. Trabalho interdisciplinar (reabilitação, fisioterapeuta, nutricionista, médico, etc.)
- 1.2. Ferramentas de avaliação do atleta
- 1.3. Treinamento psicológico de esportes específicos
- 1.4. Otimização do aprendizado do atleta e a busca de consistência no desempenho esportivo
- 1.5. Pirâmide Psicológica do desempenho esportivo
- 1.6. Abordagem psicológica de lesões e reabilitação
- 1.7. A aposentadoria no esporte profissional
- 1.8. Consumo de substâncias e outros riscos
- 1.9. Neurociência aplicada a percepção e o desenvolvimento
- 1.10. Ferramentas experimentais: Live Training

### Módulo 2. O Psicólogo e o Coach como facilitadores

- 2.1. Psicólogo e Coach: protagonistas do processo
- 2.2. Dinâmicas de grupo e equipe
- 2.3. Reforço e punição
- 2.4. Concentração e visualização
- 2.5. Valores e atitudes do esporte
- 2.6. Personalidade do atleta
- 2.7. Avaliação e diagnóstico de problemas frequentes
- 2.8. Desenvolvimento de workshops e sessões de intervenção
- 2.9. Fases e sessões de intervenção
- 2.10. Elaboração de projetos e pesquisa aplicada





“

*Destaque-se em um setor cada vez mais profissional, incorporando todos esses conhecimentos e técnicas à sua metodologia de trabalho"*

05

# Metodologia de estudo

A TECH é a primeira universidade do mundo a unir a metodologia dos **case studies** com o **Relearning**, um sistema de aprendizado 100% online baseado na repetição guiada.

Essa estratégia de ensino inovadora foi projetada para oferecer aos profissionais a oportunidade de atualizar conhecimentos e desenvolver habilidades de forma intensiva e rigorosa. Um modelo de aprendizagem que coloca o aluno no centro do processo acadêmico e lhe dá o papel principal, adaptando-se às suas necessidades e deixando de lado as metodologias mais convencionais.



“

*A TECH prepara você para enfrentar novos desafios em ambientes incertos e alcançar o sucesso em sua carreira”*

## O aluno: a prioridade de todos os programas da TECH

Na metodologia de estudo da TECH, o aluno é o protagonista absoluto. As ferramentas pedagógicas de cada programa foram selecionadas levando-se em conta as demandas de tempo, disponibilidade e rigor acadêmico que, atualmente, os alunos, bem como os empregos mais competitivos do mercado, exigem.

Com o modelo educacional assíncrono da TECH, é o aluno quem escolhe quanto tempo passa estudando, como decide estabelecer suas rotinas e tudo isso no conforto do dispositivo eletrônico de sua escolha. O aluno não precisa assistir às aulas presenciais, que muitas vezes não poderá comparecer. As atividades de aprendizado serão realizadas de acordo com sua conveniência. O aluno sempre poderá decidir quando e de onde estudar.

“

*Na TECH, o aluno NÃO terá aulas ao vivo  
(das quais poderá nunca participar)”*



## Os programas de ensino mais abrangentes do mundo

A TECH se caracteriza por oferecer os programas acadêmicos mais completos no ambiente universitário. Essa abrangência é obtida por meio da criação de programas de estudo que cobrem não apenas o conhecimento essencial, mas também as últimas inovações em cada área.

Por serem constantemente atualizados, esses programas permitem que os alunos acompanhem as mudanças do mercado e adquiram as habilidades mais valorizadas pelos empregadores. Dessa forma, os alunos da TECH recebem uma preparação abrangente que lhes dá uma vantagem competitiva significativa para avançar em suas carreiras.

Além disso, eles podem fazer isso de qualquer dispositivo, PC, tablet ou smartphone.

“

*O modelo da TECH é assíncrono, portanto, você poderá estudar com seu PC, tablet ou smartphone onde quiser, quando quiser e pelo tempo que quiser”*

## Case studies ou Método de caso

O método de casos tem sido o sistema de aprendizado mais amplamente utilizado pelas melhores escolas de negócios do mundo. Desenvolvido em 1912 para que os estudantes de direito não aprendessem a lei apenas com base no conteúdo teórico, sua função também era apresentar a eles situações complexas da vida real. Assim, eles poderiam tomar decisões informadas e fazer julgamentos de valor sobre como resolvê-los. Em 1924 foi estabelecido como o método de ensino padrão em Harvard.

Com esse modelo de ensino, é o próprio aluno que desenvolve sua competência profissional por meio de estratégias como o *Learning by doing* ou o *Design Thinking*, usados por outras instituições renomadas, como Yale ou Stanford.

Esse método orientado para a ação será aplicado em toda a trajetória acadêmica do aluno com a TECH. Dessa forma, o aluno será confrontado com várias situações da vida real e terá de integrar conhecimentos, pesquisar, argumentar e defender suas ideias e decisões. A premissa era responder à pergunta sobre como eles agiriam diante de eventos específicos de complexidade em seu trabalho diário.



## Método Relearning

Na TECH os *case studies* são alimentados pelo melhor método de ensino 100% online: o *Relearning*.

Esse método rompe com as técnicas tradicionais de ensino para colocar o aluno no centro da equação, fornecendo o melhor conteúdo em diferentes formatos. Dessa forma, consegue revisar e reiterar os principais conceitos de cada matéria e aprender a aplicá-los em um ambiente real.

Na mesma linha, e de acordo com várias pesquisas científicas, a repetição é a melhor maneira de aprender. Portanto, a TECH oferece entre 8 e 16 repetições de cada conceito-chave dentro da mesma lição, apresentadas de uma forma diferente, a fim de garantir que o conhecimento seja totalmente incorporado durante o processo de estudo.

*O Relearning permitirá uma aprendizagem com menos esforço e mais desempenho, fazendo com que você se envolva mais em sua especialização, desenvolvendo seu espírito crítico e sua capacidade de defender argumentos e contrastar opiniões: uma equação de sucesso.*



## Um Campus Virtual 100% online com os melhores recursos didáticos

Para aplicar sua metodologia de forma eficaz, a TECH se concentra em fornecer aos alunos materiais didáticos em diferentes formatos: textos, vídeos interativos, ilustrações e mapas de conhecimento, entre outros. Todos eles são projetados por professores qualificados que concentram seu trabalho na combinação de casos reais com a resolução de situações complexas por meio de simulação, o estudo de contextos aplicados a cada carreira profissional e o aprendizado baseado na repetição, por meio de áudios, apresentações, animações, imagens etc.

As evidências científicas mais recentes no campo da neurociência apontam para a importância de levar em conta o local e o contexto em que o conteúdo é acessado antes de iniciar um novo processo de aprendizagem. A capacidade de ajustar essas variáveis de forma personalizada ajuda as pessoas a lembrar e armazenar o conhecimento no hipocampo para retenção a longo prazo. Trata-se de um modelo chamado *Neurocognitive context-dependent e-learning* que é aplicado conscientemente nesse curso universitário.

Por outro lado, também para favorecer ao máximo o contato entre mentor e mentorado, é oferecida uma ampla variedade de possibilidades de comunicação, tanto em tempo real quanto em diferido (mensagens internas, fóruns de discussão, serviço telefônico, contato por e-mail com a secretaria técnica, bate-papo, videoconferência etc.).

Da mesma forma, esse Campus Virtual muito completo permitirá que os alunos da TECH organizem seus horários de estudo de acordo com sua disponibilidade pessoal ou obrigações de trabalho. Dessa forma, eles terão um controle global dos conteúdos acadêmicos e de suas ferramentas didáticas, em função de sua atualização profissional acelerada.



*O modo de estudo online deste programa permitirá que você organize seu tempo e ritmo de aprendizado, adaptando-o à sua agenda”*

### A eficácia do método é justificada por quatro conquistas fundamentais:

1. Os alunos que seguem este método não só assimilam os conceitos, mas também desenvolvem a capacidade intelectual através de exercícios de avaliação de situações reais e de aplicação de conhecimentos.
2. A aprendizagem se consolida nas habilidades práticas, permitindo ao aluno integrar melhor o conhecimento à prática clínica.
3. A assimilação de ideias e conceitos se torna mais fácil e eficiente, graças à abordagem de situações decorrentes da realidade.
4. A sensação de eficiência do esforço investido se torna um estímulo muito importante para os alunos, o que se traduz em um maior interesse pela aprendizagem e um aumento no tempo dedicado ao curso.

## A metodologia universitária mais bem avaliada por seus alunos

Os resultados desse modelo acadêmico inovador podem ser vistos nos níveis gerais de satisfação dos alunos da TECH.

A avaliação dos alunos sobre a qualidade do ensino, a qualidade dos materiais, a estrutura e os objetivos do curso é excelente. Não é de surpreender que a instituição tenha se tornado a universidade mais bem avaliada por seus alunos na plataforma de avaliação Trustpilot, com uma pontuação de 4,9 de 5.

*Acesse o conteúdo do estudo de qualquer dispositivo com conexão à Internet (computador, tablet, smartphone) graças ao fato da TECH estar na vanguarda da tecnologia e do ensino.*

*Você poderá aprender com as vantagens do acesso a ambientes de aprendizagem simulados e com a abordagem de aprendizagem por observação, ou seja, aprender com um especialista.*



Assim, os melhores materiais educacionais, cuidadosamente preparados, estarão disponíveis neste programa:



#### Material de estudo

O conteúdo didático foi elaborado especialmente para este curso pelos especialistas que irão ministrá-lo, o que permite que o desenvolvimento didático seja realmente específico e concreto.

Posteriormente, esse conteúdo é adaptado ao formato audiovisual, para criar o método de trabalho online, com as técnicas mais recentes que nos permitem lhe oferecer a melhor qualidade em cada uma das peças que colocaremos a seu serviço.



#### Práticas de aptidões e competências

Serão realizadas atividades para desenvolver as habilidades e competências específicas em cada área temática. Práticas e dinâmicas para adquirir e desenvolver as competências e habilidades que um especialista precisa desenvolver no âmbito da globalização.



#### Resumos interativos

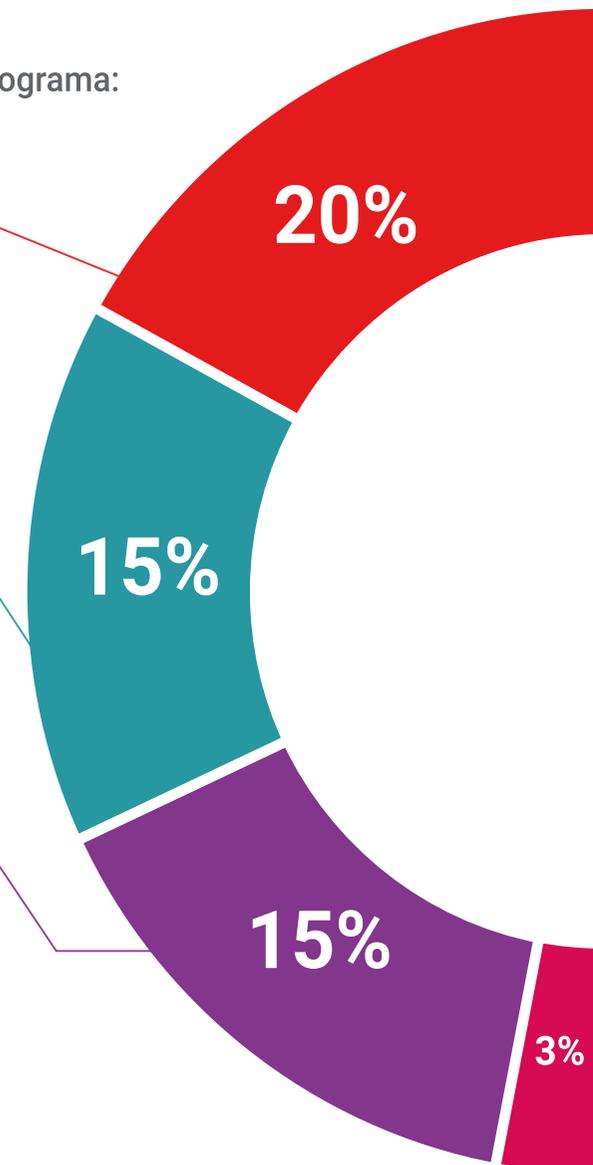
Apresentamos os conteúdos de forma atraente e dinâmica em pílulas multimídia que incluem áudio, vídeos, imagens, diagramas e mapas conceituais com o objetivo de reforçar o conhecimento.

Este sistema exclusivo de capacitação por meio da apresentação de conteúdo multimídia foi premiado pela Microsoft como "Caso de sucesso na Europa"



#### Leituras complementares

Artigos recentes, documentos científicos, guias internacionais, entre outros. Na biblioteca virtual do estudante você terá acesso a tudo o que for necessário para completar sua capacitação.





#### Case Studies

Você concluirá uma seleção dos melhores *case studies* da disciplina. Casos apresentados, analisados e orientados pelos melhores especialistas no cenário internacional.



#### Testing & Retesting

Avaliamos e reavaliamos periodicamente seus conhecimentos ao longo de todo o programa. Fazemos isso em 3 dos 4 níveis da Pirâmide de Miller.



#### Masterclasses

Há evidências científicas sobre a utilidade da observação de terceiros especialistas.  
O *Learning from an expert* fortalece o conhecimento e a memória, e aumenta nossa confiança para tomar decisões difíceis no futuro.



#### Guias rápidos de ação

A TECH oferece o conteúdo mais relevante do curso em formato de fichas de trabalho ou guias rápidos de ação. Uma forma sintetizada, prática e eficaz de ajudar os alunos a progredirem na aprendizagem.



06

# Certificado

O Curso de Psicologia e Coaching como Ferramentas no Esporte garante, além da capacitação mais rigorosa e atualizada, acesso ao certificado do Curso emitido pela TECH Universidade Tecnológica.



“

*Conclua este programa de estudos com sucesso e receba o seu certificado sem sair de casa e sem burocracias”*

Este **Curso de Psicologia e Coaching como Ferramentas no Esporte** conta com o conteúdo mais completo e atualizado do mercado.

Uma vez aprovadas as avaliações, o aluno receberá por correio o certificado\* correspondente ao título de **Curso** emitido pela **TECH Universidade Tecnológica**.

O certificado emitido pela **TECH Universidade Tecnológica** expressará a qualificação obtida no Curso, atendendo aos requisitos normalmente exigidos pelas bolsas de empregos, concursos públicos e avaliação de carreira profissional.

Título: **Curso de Psicologia e Coaching como Ferramentas no Esporte**

Modalidade: **online**

Duração: **12 semanas**



\*Apostila de Haia: Caso o aluno solicite que seu certificado seja apostilado, a TECH EDUCATION providenciará a obtenção do mesmo a um custo adicional.



## Curso

### Psicologia e Coaching como Ferramentas no Esporte

- » Modalidade: online
- » Duração: 12 semanas
- » Certificado: TECH Universidade Tecnológica
- » Horário: no seu próprio ritmo
- » Provas: online

## Curso

# Psicologia e Coaching como Ferramentas no Esporte

