

# Capacitação Prática

## Psicologia do Esporte



tech



**tech**

Capacitação Prática  
Psicologia do Esporte

# Índice

01

Introdução

---

pág. 4

02

Por que fazer esta  
Capacitação Prática?

---

pág. 6

03

Objetivos

---

pág. 8

04

Planejamento do programa  
de estágio

---

pág. 10

05

Onde posso realizar a  
Capacitação Prática?

---

pág. 12

06

Condições gerais

---

pág. 14

07

Certificado

---

pág. 16

# 01

## Introdução

A Psicologia do Esporte é uma disciplina que contribui para melhorar o desempenho dos atletas. Assim, os profissionais desta área são responsáveis por ajudar os atletas a controlar o estresse, estabelecer metas sustentáveis e manter a motivação e a concentração durante este processo. Como resultado, os psicólogos com habilidades abrangentes e de qualidade neste campo são muito procurados pelos próprios atletas e seus clubes. Por esse motivo, a TECH criou este programa, por meio do qual os alunos adquirem estratégias e técnicas de *coaching* esportivo de excelência para lidar com a pressão competitiva, favorecendo seu crescimento nesse setor. Tudo isso, por meio de um estágio prático de 3 semanas em um ambiente clínico de prestígio.



*Domine de forma exclusivamente prática as melhores técnicas para lidar com a pressão e o estresse competitivo, a fim de promover o bem-estar mental do atleta"*





Os atletas são continuamente confrontados com uma infinidade de pressões e desafios. Esses desafios muitas vezes podem levar a situações complexas de estresse e ansiedade, que limitam a qualidade de vida e o desempenho dos atletas na modalidade. Para tratá-los adequadamente, eles precisam dos serviços de psicólogos esportivos com alta competência para lidar com esses distúrbios, o que gera uma alta demanda profissional no mercado de trabalho atual.

Consequentemente, a TECH optou por elaborar esta Capacitação Prática, que fornecerá ao aluno as melhores habilidades em Psicologia do Esporte, a fim de favorecer seu desenvolvimento nesse setor altamente em demanda. Ao longo de 120 horas, o aluno trabalhará em um ambiente hospitalar de excelência, caracterizado por infraestruturas de última geração. Como parte de uma equipe de trabalho primorosa, o estudante será capaz de assimilar os protocolos mais recentes para a avaliação psicológica de atletas e aplicar as técnicas mais recentes para uma liderança eficaz com atletas e clubes esportivos. Também aumentará suas habilidades para lidar com o jogador de *e-Sports* e o ajudará a otimizar seu desempenho diário.

Durante toda a sua capacitação prática, o aluno será acompanhado por um excelente orientador, designado especificamente para ele. Graças às orientações fornecidas por esse especialista, os alunos poderão desenvolver ao máximo suas habilidades no campo da psicologia esportiva e estarão preparados para enfrentar os exigentes desafios de sua profissão.

# 02

## Por que fazer esta Capacitação Prática?

Em muitas áreas profissionais, a experiência prática é um fator fundamental para obter sucesso excepcional. No campo da Psicologia do Esporte não é suficiente ter conhecimento teórico dos últimos avanços, mas é essencial saber aplicá-los no contexto de trabalho. Para atender a essa necessidade, a TECH criou este programa, que oferece aos alunos a oportunidade de participar de um ambiente clínico de última geração durante três semanas. Sob a supervisão de especialistas da área, os estudantes poderão adquirir habilidades práticas que lhes permitirão avançar em suas carreiras no campo da Saúde Mental.



*A TECH lhe oferece uma oportunidade inigualável de aprender de forma prática, por meio de um estágio de 120 horas em um ambiente clínico de prestígio"*

### 1. Atualizar-se através da mais recente tecnologia disponível

Recentemente, a Psicologia do Esporte testemunhou vários avanços importantes em relação às estratégias de *coaching* e técnicas de intervenção que aumentam o bem-estar do atleta da maneira mais eficaz possível. Com o objetivo de aprender sobre essas inovações de forma prática para poder incorporá-las à prática diária, a TECH criou este programa.

### 2. Aprofundar-se através da experiência dos melhores especialistas

Por meio deste programa, os alunos terão a oportunidade de trabalhar em colaboração com uma equipe de especialistas líderes no campo da Psicologia do Esporte, que lhes fornecerá um conjunto de habilidades atualizadas nessa área. Além disso, cada aluno contará com um orientador que lhe oferecerá acompanhamento personalizado.

### 3. Ter acesso a ambientes profissionais de primeira classe

A TECH aplica um rigoroso processo de seleção para escolher os centros onde a Capacitação Prática será realizada para garantir que os alunos possam atualizar seus conhecimentos em um ambiente clínico de excelência. Dessa forma, terão a oportunidade de trabalhar com equipes altamente exigentes e de alta qualidade profissional.



#### **4. Colocar o que foi aprendido na prática diária desde o primeiro momento**

Hoje em dia, é comum encontrar programas educacionais que não atendem às necessidades diárias dos profissionais, pois geralmente oferecem conteúdo teórico com pouca aplicação prática. Por esse motivo, a TECH criou um curso com uma abordagem pedagógica inovadora, focada em estágios práticos, que permitirá que os alunos fortaleçam suas habilidades em um ambiente clínico de alto nível.

#### **5. Ampliar as fronteiras do conhecimento**

A TECH oferece a seus alunos a possibilidade de realizar uma Capacitação Prática em hospitais renomados, para que possam aprender com especialistas com ampla experiência em Psicologia do Esporte. Essa oportunidade é exclusiva dessa instituição educacional e representa uma experiência única para os alunos.



*Realize uma imersão prática completa  
no centro de sua escolha"*

# 03

## Objetivos

Esta instituição acadêmica criou esta Capacitação Prática com o objetivo de oferecer a seus alunos as últimas tendências e habilidades na área de Psicologia do Esporte. No decorrer deste programa de estudos, eles se aprofundarão em tópicos como a aplicação do *coaching* no esporte ou dominarão as técnicas de liderança em diferentes disciplinas esportivas, posicionando-se como profissionais de referência no setor.



### Objetivos gerais

---

- ♦ Analisar as possíveis aplicações das técnicas e metodologias mais populares no *coaching* esportivo
- ♦ Usar as técnicas psicológicas de última geração mais frequentemente utilizadas no campo do esporte
- ♦ Gerenciar adequadamente as redes sociais para divulgar a marca pessoal do psicólogo



*Adquira excelentes competências no campo da Psicologia do Esporte por meio deste programa prático intensivo"*





## Objetivos específicos

---

- ♦ Estudar as principais funções do psicólogo e do *coach* esportivo
- ♦ Conhecer as funções psicológicas envolvidas na arbitragem esportiva.
- ♦ Estudar o processo psicológico da demanda até a autointervenção.
- ♦ Analisar a proteção social e estruturas de coordenação existentes na Psicologia do Esporte
- ♦ Estudar os modelos de gestão mais eficazes para o alto desempenho no esporte
- ♦ Aprender a aplicar uma liderança eficaz no ambiente esportivo
- ♦ Conhecer o processo básico do *coaching* individual
- ♦ Analisar a metodologia de um processo de *coaching* esportivo
- ♦ Aprender a elaborar um plano de trabalho eficaz
- ♦ Aprofundar no esporte inclusivo e os esportes específicos
- ♦ Analisar o processo de tomada de decisão no esporte
- ♦ Conhecer os planos de objetivos e competição integrais
- ♦ Aprofundar nas técnicas para gerar confiança e autocontrole emocional
- ♦ Conhecer as diferenças entre o psicólogo esportivo e o *coach*
- ♦ Aprofundar o conceito de treinamento psicológico
- ♦ Aprender a gerar uma mentalidade de equipe
- ♦ Conhecer como promover a autoliderança
- ♦ Aprofundar nos métodos para enfrentar uma derrota
- ♦ 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
- ♦ Aprender os fundamentos básicos e o posicionamento de uma marca pessoal
- ♦ Aprofundar na gestão e o controle das redes sociais para atingir objetivos profissionais
- ♦ Conhecer o uso adequado das redes sociais por parte do atleta
- ♦ Estudar técnicas de persuasão e influência aplicáveis a diferentes plataformas de blogs, podcasts ou videoblogs
- ♦ Estudar a pirâmide psicológica do desempenho esportivo
- ♦ Compreender a gestão de equipes como *coach* esportivo
- ♦ Analisar os valores que impulsionam as organizações esportivas
- ♦ Conhecer a elaboração dos planos de intervenção que são realizados nas equipes e organizações
- ♦ 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
- ♦ Aprender sobre o que são os *e-Sports*
- ♦ Conhecer a importância atual da indústria de videogames e seu impacto psicológico
- ♦ Aprofundar e conhecer as diferentes funções do psicólogo na indústria de videogames
- ♦ Entender as perspectivas futuras do mundo do *e-Sports*
- ♦ Aprofundar os conhecimentos sobre os meios de prevenção de patologias psicológicas, como a depressão na indústria dos videogames

# 04

## Planejamento do programa de estágio

A Capacitação Prática em Psicologia do Esporte será realizada durante um período de 3 semanas consecutivas, com uma jornada de trabalho diária de 8 horas, de segunda a sexta-feira, em que os alunos farão parte de uma equipe de prestígio em um centro clínico multidisciplinar. Durante esse tempo, eles terão a oportunidade de trabalhar em um ambiente real e muito exigente, usando técnicas e ferramentas avançadas de Psicologia do Esporte.

Nesta proposta de capacitação, de caráter totalmente prático, as atividades visam desenvolver e aperfeiçoar as competências necessárias para a prestação de serviços de saúde em áreas e condições que exigem um alto nível de qualificação e que são orientadas à capacitação específica para o exercício da atividade, em um ambiente de segurança para o paciente e de alto desempenho profissional.

Esse método educacional inovador permitirá que os alunos estejam preparados para enfrentar com eficácia os desafios mais atuais do setor, adquirindo habilidades de ponta para garantir o sucesso das intervenções psicológicas com atletas.

O ensino prático será realizado com a participação ativa do aluno, executando as atividades e os procedimentos de cada área de competência (aprender a aprender e aprender a fazer), com o acompanhamento e a orientação dos professores e de outros colegas da capacitação que promovem o trabalho em equipe e a integração multidisciplinar como competências transversais para a prática da psicologia (aprender a ser e aprender a se relacionar).

Os procedimentos descritos abaixo constituirão a base da parte prática da capacitação, e sua implementação estará sujeita à disponibilidade e carga de trabalho do próprio centro, sendo as atividades propostas as seguintes:





| Módulo                                                          | Atividade Prática                                                                                                           |
|-----------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Coaching e gestão de equipes de alto desempenho                 | Elaborar um plano de trabalho de <i>coaching</i> eficaz para o atleta                                                       |
|                                                                 | Executar um plano de <i>coaching</i> voltado para equipes esportivas                                                        |
|                                                                 | Executar estratégias de liderança eficazes em equipes esportivas de alto nível                                              |
| Técnicas psicológicas aplicadas ao esporte                      | Elaborar planos psicológicos adaptados aos objetivos competitivos do atleta                                                 |
|                                                                 | Trabalhar com o atleta e proporcionar a ele as melhores técnicas para aumentar a confiança e o autocontrole emocional       |
| Ferramentas de facilitação para o psicólogo e o coach esportivo | Tratar o atleta e ajudá-lo a superar uma série de resultados negativos                                                      |
|                                                                 | Tratar lesões e realizar a reabilitação do atleta profissional a partir de uma perspectiva psicológica                      |
|                                                                 | Cuidar do atleta que sofreu uma recaída de lesão e incentivar a gestão adequada das emoções                                 |
| Os e-Sports                                                     | Realizar intervenções psicológicas eficazes em clubes de <i>e-Sports</i> , tanto em grupo quanto para jogadores individuais |
|                                                                 | Desenvolver estratégias para a prevenção de patologias mentais e suicídio em jogadores de <i>e-Sports</i>                   |
| Marca pessoal e gestão de redes sociais                         | Construir uma imagem pessoal e reconhecida relacionada à atividade do psicólogo                                             |
|                                                                 | Gerenciar e manejar com eficácia as mídias sociais para atingir as metas profissionais desejadas                            |
|                                                                 | Utilizar técnicas de persuasão para atrair a atenção de pacientes em potencial                                              |

# 05

## Onde posso realizar a Capacitação Prática?

A TECH oferece aos seus alunos a oportunidade de realizar esta capacitação prática em um hospital de excelência, localizado em diferentes pontos geográficos, com o objetivo de garantir o conforto do aluno. Durante um período de três semanas, o aluno poderá aprimorar significativamente suas habilidades em Psicologia do Esporte em um ambiente clínico de alta qualidade.

“

*Realize esta capacitação prática em hospitais de prestígio localizados em diferentes pontos geográficos”*





O aluno poderá fazer esta capacitação nos seguintes centros:



### **Policlínico HM Moraleja**

País  
Espanha

Cidade  
Madri

Endereço: P.º de Alcobendas, 10, 28109,  
Alcobendas, Madrid

Rede de clínicas, hospitais e centros especializados  
privados distribuídos por toda a Espanha

#### **Capacitações práticas relacionadas:**

-Medicina de Reabilitação na Abordagem da Lesão Cerebral  
Adquirida



### **Policlínico HM Matogrande**

País  
Espanha

Cidade  
La Coruña

Endereço: R. Enrique Mariñas Romero, 32º, 2º,  
15009, A Coruña

Rede de clínicas, hospitais e centros especializados  
privados distribuídos por toda a Espanha

#### **Capacitações práticas relacionadas:**

Fisioterapia Esportiva  
Doenças neurodegenerativas

# 06

## Condições gerais

### Seguro de responsabilidade civil

A principal preocupação desta instituição é garantir a segurança dos profissionais que realizam o estágio e dos demais colaboradores necessários para o processo de capacitação prática na empresa. Entre as medidas adotadas para alcançar este objetivo, está a resposta a qualquer incidente que possa ocorrer ao longo do processo de ensino-aprendizagem.

Para isso, esta entidade educacional se compromete a fazer um seguro de responsabilidade civil que cubra qualquer eventualidade que possa surgir durante o período de estágio no centro onde se realiza a capacitação prática.

Esta apólice de responsabilidade civil terá uma cobertura ampla e deverá ser aceita antes do início da capacitação prática. Desta forma, o profissional não terá que se preocupar com situações inesperadas, estando amparado até a conclusão do programa prático no centro.



## Condições Gerais da Capacitação Prática

As condições gerais do contrato de estágio para o programa são as seguintes:

- 1. ORIENTAÇÃO:** durante a Capacitação Prática o aluno contará com dois orientadores que irão acompanhá-lo durante todo o processo, esclarecendo as dúvidas e respondendo perguntas que possam surgir. Por um lado, contará com um orientador profissional, pertencente ao centro onde é realizado o estágio, que terá o objetivo de orientar e dar suporte ao aluno a todo momento. E por outro, contará com um orientador acadêmico cuja missão será coordenar e ajudar o aluno durante todo o processo, esclarecendo dúvidas e viabilizando o que for necessário. Assim, o aluno estará sempre acompanhado e poderá resolver as dúvidas que possam surgir, tanto de natureza prática quanto acadêmica.
- 2. DURAÇÃO:** o programa de estágio terá uma duração de três semanas contínuas de capacitação prática, distribuídas em jornadas de oito horas, cinco dias por semana. Os dias e horários do programa serão de responsabilidade do centro e o profissional será informado com antecedência suficiente para que possa se organizar.
- 3. NÃO COMPARECIMENTO:** em caso de não comparecimento no dia de início da Capacitação Prática, o aluno perderá o direito de realizá-la sem que haja a possibilidade de reembolso ou mudança das datas estabelecidas. A ausência por mais de dois dias sem causa justificada/médica resultará na renúncia ao estágio e, conseqüentemente, em seu cancelamento automático. Qualquer problema que possa surgir durante a realização do estágio, deverá ser devidamente comunicado ao orientador acadêmico com caráter de urgência.

- 4. CERTIFICAÇÃO:** ao passar nas provas da Capacitação Prática, o aluno receberá um certificado que comprovará o período de estágio no centro em questão.

- 5. RELAÇÃO DE EMPREGO:** a Capacitação Prática não deve constituir uma relação de emprego de qualquer tipo.

- 6. ESTUDOS PRÉVIOS:** alguns centros podem exigir um certificado de estudos prévios para a realização da Capacitação Prática. Nesses casos, será necessário apresentá-lo ao departamento de estágio da TECH para que seja confirmada a atribuição do centro escolhido.

- 7. NÃO INCLUÍDO:** a Capacitação Prática não incluirá nenhum elemento não descrito nas presentes condições. Portanto, não inclui acomodação, transporte para a cidade onde o estágio será realizado, vistos ou qualquer outro serviço não mencionado anteriormente.

Entretanto, em caso de dúvidas ou recomendações a respeito, o aluno poderá consultar seu orientador acadêmico. Este lhe proporcionará as informações necessárias para facilitar os procedimentos.

# 07

## Certificado

Este **Capacitação Prática em Psicologia do Esporte** conta com o conteúdo mais completo e atualizado do mercado.

Uma vez aprovadas as avaliações, o aluno receberá por correio o certificado\* do **Capacitação Prática** emitido pela **TECH Universidade Tecnológica**.

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

Título: **Capacitação Prática em Psicologia do Esporte**

Modalidade: **de segunda a sexta-feira, turnos de 8 horas consecutivas**

Duração: **3 semanas**





Capacitação Prática  
Psicologia do Esporte

# Capacitação Prática

## Psicologia do Esporte



tech