

PSIHOLOGIJA USPEHA - WORKSHOP

Predavač: Nebojša Jovanović, psiholog-psihoterapeut, predsednik Biofidbek Asocijacije Srbije

Datum održavanja: 11/11/2006

Trajanje: 1 dan

Rok za prijavu: 10/27/2006

Kotizacija: 5.240 dinara (uračunat PDV)

Naziv seminara:

Trening za Vrhunsko Postignuće-Psiholog kao lični trener uspešnih ljudi.

(Primena savremenih psihofizioloških metoda u postizanju vrhunskih postignuća u sportu, biznisu, akademskom radu...)

CILJ SEMINARA:

Upoznavanje polaznika sa mogućnostima primene psihofizioloških metoda (biofidbek i neurofidbek, metakognitivne strategije, metode imaginacije, autogeni trening, bioenergetske vežbe...) u treningu za vrhunsko postignuće sportista, menadžera, umetnika... Brzo učenje veština samoregulacije. Upoznavanje polaznika sa proširenim mogućnostima za uključivanja psihologa u rad kreativnih timova za poboljšanje radnog učinka u brojnim oblastima.

METOD RADA:

Jednodnevni seminar. Predavanja uz kompjuterske prezentacije, interaktivni rad, demonstracije metoda. Prezentacija iskustva u radu sa menadžerima ITS (International Trading School).

PREDAVAČI:

Nebojša Jovanović, psiholog-psihoterapeut, predsednik Biofidbek Asocijacije Srbije

Tatjana Firevski Jovanović, psiholog-psihoterapeut, podpredsednik Biofidbek Asocijacije Srbije.

PROGRAM SEMINARA I SATNICA:

10:00-11:30	Osnove treninga za vrhunsko postignuće, trening samoregulacije, psihofiziološki parametri uspeha. Biofidbek i neurofidbek metod
11:30-11:45	Pauza
11:45-13:15	Trening samoregulacije, antistres trening. Utvrđivanje stres profila kandidata. Detekcija «Ahilove pete», slabih tačaka kandidata. Modaliteti treninga. Efekti antistres treninga.
13:15-13:45	Pauza
13:45-15:15	Model treninga za vrhunsko postignuće, postavljanje ciljeva, analiza zadataka, analiza kandidata, štimovanje za uspeh, plan treninga, sprovođenje treninga. Preciziranje načina evaluacije uspeha. T.O.P.S.- Tools for Optimal Performance States
15:15-15:30	Pauza
15:30-17:00	Primena treninga u različitim oblastima: Sport: Trening Izvršne Mreže Pažnje, trening moždanih mikropauza, optimalnog stepena budnosti-aktivacije, Trening redukcije takmičarske anksioznosti, trening «Zone optimalnog izvođenja», otklanjanje «ironičnog mentalnog procesa»-samopobedjivanja. Strah od uspeha, strah od neuspeha. Mentalno telesna ekonomija, varijabilnost srčanog ritma. Menadžment: Studije efikasnosti biofidbeka i neurofidbeka u biznisu. Druge oblasti primene: Mogućnosti rada sa pilotima, kontrolorima letenja, muzičarima... i drugim profesijama. Diskusija. Dodela sertifikata