

CONCENTRACIÓN



AUTOCONTROL

HERRAMIENTAS DE COACHING

AUTOCONFIANZA



MINDFULNESS

ALTO RENDIMIENTO

COMPETITIVIDAD-EDUCACIÓN

HABILIDADES DIRECTIVAS

MOTIVACIÓN

CONTROL DE LA ANSIEDAD

ATENCIÓN



DINÁMICAS DE GRUPO



INSTITUTO DE PSICOLOGÍA EMOCIONAL
CALLE ARCO, 75
LAS PALMAS, 35600

http: www.psicologiaemocional.com
Tfno: 615 504 128 / 828 016 378
35600, Las Palmas de Gran Canaria, España.

X ANIVERSARIO



X ANIVERSARIO

ÁREA DEPORTIVA

EXPLORA EL POTENCIAL QUE LLEVAS DENTRO



“EL ÉXITO ES LA SUMA DE PEQUEÑOS
ESFUERZOS SUMADOS CADA DÍA”



PSICOLOGÍA DEL DEPORTE



“HAZ PRIMERO LO NECESARIO, DESPUÉS LO
POSIBLE Y PRONTO ALCANZARÁS LO
IMPOSIBLE”

¿Quiénes somos?

El instituto de psicología emocional cuenta con profesionales (psicólogos, Licenciados en educación física, preparadores físicos etc.) dedicados a la psicología del deporte desde hace más de 10 años. La formación constante así como la investigación, sumada a la experiencia de campo con deportistas de élite y clubs profesionales en diversos deportes, nos permite atender a todos los protagonistas de la escena deportiva.

Además, capacitamos a otros profesionales en esta área y desarrollamos proyectos de investigación.



¿Quién puede beneficiarse de nuestros servicios?

Deportistas, entrenadores, árbitros, clubs deportivos, federaciones, asociaciones deportivas, centros de tecnificación, alojamientos deportivos, administración pública (consejería/consejalía de deportes), escuelas deportivas, colegios oficiales (médicos y fisioterapeutas con especialidad en deportiva) y gestoras deportivas. Todas las modalidades deportivas.

Servicios

Formación

Planes formativos destinados a deportistas, entrenadores, árbitros, preparadores físicos, médicos, instituciones deportivas y directivos.

- Evaluación – Detección de necesidades formativas.

- Organización de cursos en modalidad presencial u on-line.

- Formación en materias como eficacia del liderazgo en el deporte, establecimiento de metas para el máximo rendimiento, aspectos psicosociales en deportes colectivos, equipo deportivo como grupo eficaz, características psicológicas del alto rendimiento etc.

Asesoramiento

- RR.HH en organizaciones deportivas: Evaluación del desempeño, análisis de puestos, selección de personal, desarrollo de la carrera profesional dentro de la organización (elaboración de planes de carrera, promoción interna, planes de sucesión etc.)

- Competencias directivas.

- Competencias personales; Autocontrol emocional, autogestión, confianza en uno mismo, adaptabilidad, etc.

- Competencias sociales; liderazgo, desarrollo de personas, gestión de las relaciones, empatía etc.

Servicios

Entrenamiento Psicológico

Programas dirigidos a mejorar el rendimiento deportivo tanto en entrenamiento como en competición.

Consta de 4 Fases;

1. Evaluación.
2. Diagnóstico de la situación.
3. Planificación de entrenamiento.
4. Seguimiento-Evaluación plan de acción.

Se utilizan técnicas para el desarrollo de habilidades psicológicas como; control de la atención, relajación, autoconfianza, visualización etc.

Proyectos

- Desarrollamos programas destinados a la mejora de la calidad de la experiencia deportiva de los más pequeños así como a la educación en valores. Se trabajan temas como: objetivos de los deportes juveniles, los roles y responsabilidades de los padres con respecto a la práctica deportiva, la autorresponsabilidad; clave de la educación en libertad, etc.

- Investigación y feedback para potenciar al máximo las capacidades en la búsqueda de la excelencia deportiva.