

Περιγραφή του προγράμματος (1)

Τι είναι η ψυχολογία στον αθλητισμό και την άσκηση;

Η ψυχολογία του αθλητισμού και της άσκησης είναι η επιστημονική μελέτη των ανθρώπων και των συμπεριφορών τους σε χώρους του αθλητισμού και της άσκησης και η πρακτική εφαρμογή της εν λόγω γνώσης. Ο τομέας, όπως και το πρόγραμμα EMSEP, βασίζεται στις επιστημονικές βάσεις του αθλητισμού και της άσκησης, τη δημόσια υγεία και την ψυχολογία. Όπως φαίνεται και στον τίτλο, το EMSEP έχει δύο κύρια σημεία: (1) την προώθηση υγιεινών συνθηκών και τρόπους ζωής μέσω της τακτικής ενασχόλησης με διάφορες μορφές σωματικής δραστηριότητας, και (2) την ψυχολογική υποστήριξη των αθλητών. Οι περιοχές που καλύπτονται από το EMSEP, αλλά δεν περιορίζονται μόνο σε αυτές, περιλαμβάνουν: παρακίνηση, απόδοση, ρύθμιση συμπεριφοράς, γνωστική λειτουργία, σχεδιασμό της σταδιοδρομίας των αθλητών, την ταυτότητα των αθλητών, την παροχή συμβουλών και προληπτικών παρεμβάσεων στο χώρο του αθλητισμού και της άσκησης.

Στόχος του προγράμματος

Το πρόγραμμα αποσκοπεί στην υψηλού επιπέδου εκπαίδευση των ερευνητών και των επαγγελματιών για την ανάπτυξη του τομέα της αθλητικής ψυχολογίας. Για παράδειγμα, στην περιοχή της παρακίνησης, της απόδοσης, τη ρύθμιση της συμπεριφοράς, τις συμβουλευτικές υπηρεσίες και των προληπτικών παρεμβάσεων στο χώρο του αθλητισμού και της άσκησης. Το πρόγραμμα είναι μια έγκυρη ανταπόκριση στις αυξημένες απαιτήσεις για τους ειδικούς του τομέα, προκειμένου να αντιμετωπίσουν τις μεγάλες προκλήσεις που συνδέονται με την κακή κατάσταση της υγείας και το στυλ της καθιστικής ζωής των ανθρώπων στην σημερινή εποχή.

Περιοχές εξειδίκευσης

Τα πανεπιστήμια που συμμετέχουν στο EMSEP έχουν συγκεκριμένους τομείς εξειδίκευσης, οι οποίες θα είναι προσβάσιμες για όλους τους ενδιαφερόμενους φοιτητές μέσω των περιόδων κινητικότητας. Οι περιοχές της εξειδίκευσης περιλαμβάνουν:

- Το πανεπιστήμιο Jyväskylä: Κοινωνική και συναισθηματική μάθηση στον αθλητισμό και την άσκηση. Διαπολιτισμική ψυχολογία στον αθλητισμό και την άσκηση.
- Το πανεπιστήμιο Lund: Δυναμική της ομάδας και ομαδική απόδοση.
- Το πανεπιστήμιο Θεσσαλίας: Άσκηση και υγεία. Κλίμα παρακίνησης στη φυσική αγωγή και τον αθλητισμό.
- Το πανεπιστήμιο Leipzig: Πρωταθλητισμός και αύξηση της απόδοσης. Ισότητα φύλου και κοινωνικές πτυχές στην άσκηση και τον αθλητισμό.

Μελλοντικές ευκαιρίες (καριέρα)

Το πρόγραμμα EMSEP προετοιμάζει τους φοιτητές για την έρευνα και/ή την επαγγελματική σταδιοδρομία στην ψυχολογία του αθλητισμού και της άσκησης μέσα από ένα συνδυασμό μαθημάτων, ανεξάρτητη έρευνα, πρακτική άσκηση και μια εκτεταμένη εμπειρία πρακτικής έρευνας. Μετά την επιτυχή ολοκλήρωση του προγράμματος, οι απόφοιτοι θα λάβουν ένα διπλό πτυχίο. Οι πτυχιούχοι του προγράμματος EMSEP θα είναι οι πλέον ειδικοί για να βρουν δουλειά σε ιδιωτικό ή σε δημόσιο τομέα στο χώρο της άσκησης και του αθλητισμού. Για παράδειγμα, εκπαιδευτές, ειδικοί στην αύξηση της απόδοσης, σύμβουλοι ψυχικής υγείας και ακαδημαϊκοί ερευνητές.