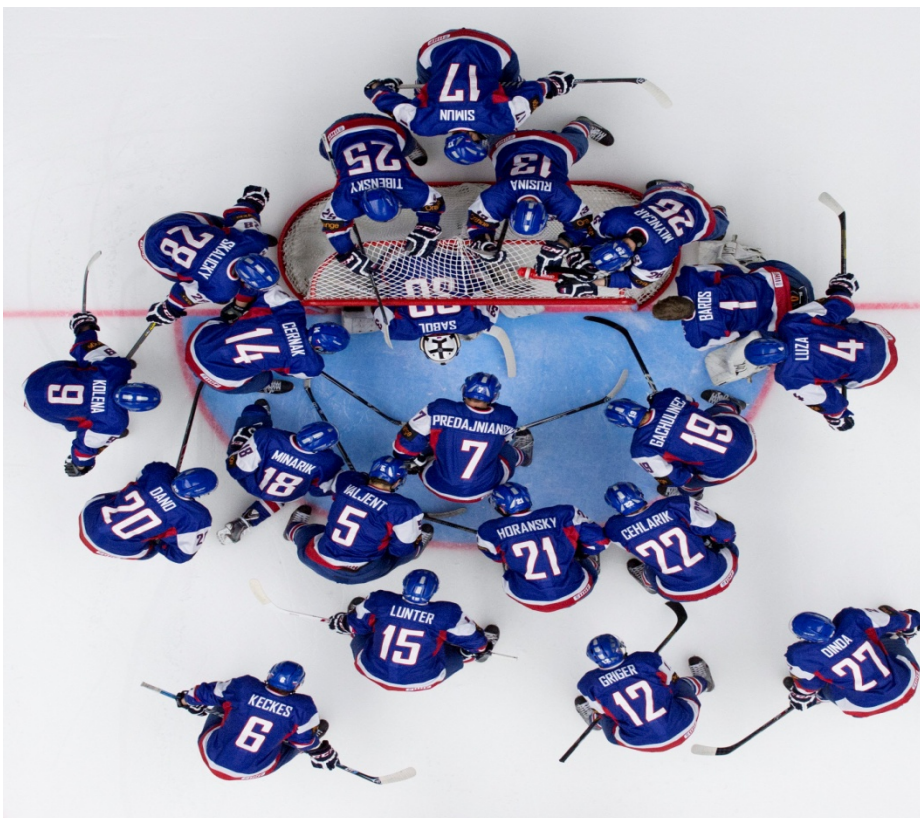


Mentálna príprava hokejového tímu SR 20



Spracoval: Peter Bielik, mental coach



Formy podpory

1. Individuálna podpora
2. Tímová podpora
3. Podpora trénerov a realizačného tímu



Individuálna podpora

- psychická kríza
- premotivovanosť/nedostatok motivácie
- neželané prejavy v správaní
- psychická príprava na zápas/MS
- sprostredkovanie trénerových zámerov



Čo najviac motivuje vojakov v boji....?



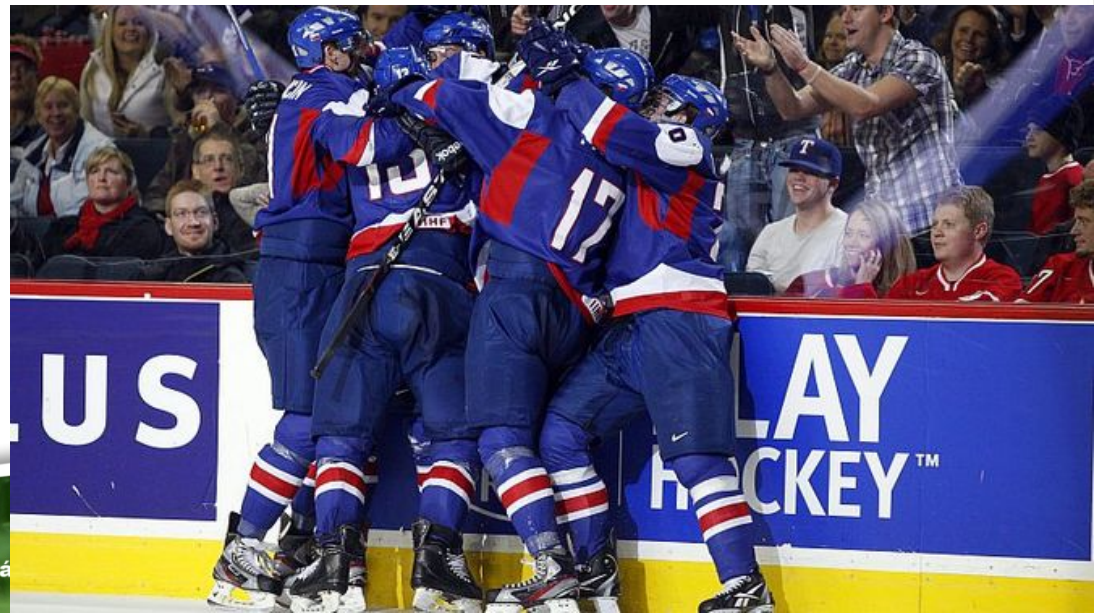
Tímová podpora

- Ciele tímu
- Konkrétny prínos každého člena
- Motivácia/Mobilizácia (video, hudba, príbeh)



Závery

- Pomoc hráčom na individuálnej úrovni
- Mobilizácia tímovej súdržnosti
- Zlepšenie komunikácie v tíme



Možnosti rozvoja

- Individuálna motivácia prevláda nad tímovými cieľmi
- Zlozvyky v myslení (negativizmus, nespravodlivosť, podceňovanie detailov, nedôvera v systéme)
- Absencia mentálneho kouča na MS





Centrum rozvoja osobnosti

Mgr. Peter Bielik
mental coach

Tel. +421 908 904 702

e-mail : peter.bielik@centrum-rozvoja.sk

web : www.centrum-rozvoja.sk