



MONOGRÀFIC: SI EMOCIONA, FUNCIONA: IMPACTA I INSPIRA AMB EL TEU MISSATGE

• RESUM:

Una de les qüestions que més preocupa l'entrenador és la comunicació. Què diem i com ho diem és vital en la direcció d'equips. Podem comunicar sense motivar però és impossible motivar a un equip amb el nostre missatge, sense comunicar ni transmetre.

No existeix compromís ni treball que no passi per saber comunicar, per això el fet de conèixer i desenvolupar diferents habilitats de comunicació permetrà a l'entrenador disposar de noves i potents eines que l'ajudaran a estructurar els missatges d'una manera més efectiva.

El què dic, com ho dic i on seran les claus d'aquest monogràfic sense deixar de costat que tot el que emociona, funciona. Connectar amb els esportistes és clau perquè t'escoltin.

Amb aquest taller pràctic es treballarà l'expressió i l'estructura del missatge a través de role playing i diferents dinàmiques que ajudaran al fet que els entrenadors posin en pràctica les seves habilitats comunicatives, perdent nervis, llevant bloquejos i treballant l'empatia per a arribar als seus esportistes d'una manera natural i potent.

• OBJECTIUS:

- Prendre consciència de la importància que té la comunicació i del seu bon ús.
- Guanyar seguretat i credibilitat a l'hora de transmetre un missatge.
- Aprendre a estructurar una xerrada i crear missatges d'impacte.
- Arribar emocionalment als esportistes amb els missatges.



- **TEMARI:**

1. Habilitats psicològiques de l'entrenador per a una comunicació efectiva.
2. Les claus de la comunicació per arribar als teus esportistes.
3. Com preparar i estructurar els missatges.
4. L'impacte emocional.

- **PONENT:** Lorena Cos: Llicenciada en Psicologia amb un màster en Psicologia esportiva i *coaching* d'alt rendiment. Va treballar durant dues temporades al CE Sabadell FC (2ª divisió). Actualment treballa de manera privada assessorant a entitats, equips, entrenadors, àrbitres i esportistes de diferents disciplines.

- **CALENDARI:** 12 de març de 2021, de 18h a 21h. Classe virtual (videoconferència), Zoom.

- **PREU:** 40€. Descompte del 20% per afiliats al CTE (32€).