

## Kształcenie:

Akademia Wychowania Fizycznego  
Józefa Piłsudskiego w Warszawie  
Centrum Kształcenia Podyplomowego  
ul. Marymoncka 34, 00-968 Warszawa 45  
tel.: 22 834 56 16, 834 04 31 wew. 436  
email: studiapodyplom@awf.edu.pl  
[www.awf.edu.pl](http://www.awf.edu.pl)

Uniwersytet Gdański  
Wydział Nauk Społecznych  
ul. Bażyńskiego 4  
80-952 Gdańsk  
tel.: 58 523 43 24  
email: psydbu@ug.edu.pl  
[www.wns.ug.edu.pl](http://www.wns.ug.edu.pl)

Akademia Wychowania Fizycznego  
im. Eugeniusza Piaseckiego w Poznaniu  
Centrum Doskonalenia Kadr i Szkolenia  
ul. Królowej Jadwigi 27/39, 61-871 Poznań  
tel.: 515 175 258  
email: cdks@awf.poznan.pl  
[www.awf.poznan.pl/cdks](http://www.awf.poznan.pl/cdks)

SWPS Uniwersytet Humanistyczno-Społeczny  
ul. Polna 16/20, 81-745 Sopot  
tel. 58 721 46 46  
email: dziekanat.sopot@swps.edu.pl  
[www.swps.edu.pl](http://www.swps.edu.pl)

Inne:

Polskie Towarzystwo Psychologiczne  
ul. Stawki 5/7 00-183 Warszawa  
tel.: 22 831 13 68  
email: ptp@psych.uw.edu.pl  
[www.ptp.org.pl](http://www.ptp.org.pl)

Więcej informacji  
o zawodzie znajdziesz w:

### Centrum Informacji i Planowania Kariery Zawodowej: w Łodzi:

ul. Wólczańska 49,  
90-608 Łódź  
Tel. (42) 66 30 255, 66 30 273

oraz oddziałach:

#### w Piotrkowie Trybunalskim:

ul. Wojska Polskiego 2,  
97 - 300 Piotrków Trybunalski  
Tel. (44) 649 60 87

w Sieradzu:

ul. 3 Maja 7,  
98 - 200 Sieradz  
Tel. (43) 822 81 84, 822 81 86

w Skierniewicach:

ul. Senatorska 10,  
96 - 100 Skierniewice  
Tel. (46) 833 39 74, 833 36 50



Wojewódzki Urząd  
Pracy w Łodzi



## Psycholog sportowy

Klasyfikacja Zawodów i Specjalności: 263405



Wojewódzki Urząd Pracy w Łodzi  
Centrum Informacji  
i Planowania Kariery Zawodowej

Psycholog sportowy to osoba, która posiada wiedzę z zakresu psychologii sportu i prowadzi praktykę polegającą na diagnozowaniu i planowaniu programu psychologicznego działania oraz przeprowadzaniu zajęć z zakresu mentalnego treningu osób uprawiających amatorsko lub zawodowo różne dyscypliny sportowe w celu osiągnięcia przez nich lepszych wyników sportowych oraz ich rozwoju osobistego.

### **Zadania zawodowe:**

Psycholog sportu pracuje zarówno w kierunku wzmocnienia psychicznego zawodnika, jak również wypracowania najlepszych rozwiązań, które zawodnik może zastosować w konkretnej sytuacji. W pracy wykorzystuje wiedzę związaną z powstawaniem i przebiegiem procesów psychicznych, świadomością, stanami emocjonalnymi i cechami psychicznymi człowieka. Psycholog sportu pomaga sportowcom opanować stres, utrzymać koncentrację na celu, a także wypracować zachowania, które mogą być przydatne w trudnych momentach rywalizacji. Pomaga również zmobilizować się po przegranej. Wspiera zawodników w utrzymywaniu odpowiedniego poziomu motywacji, zwiększaniu pewności siebie, zarządzaniu sobą w czasie czy przyjmowaniu odpowiedzialności za sukcesy i porażki. W przypadku sportów zespołowych może pracować nad współpracą członków drużyny. Psycholog sportu jest często członkiem sztabu szkoleniowego i współpracuje z trenerami.

### **Warunki podjęcia pracy w zawodzie:**

W psychologii sportu może specjalizować się osoba, która ukończyła studia psychologiczne. Polskie Towarzystwo Psychologiczne (PTP) ma własną procedurę certyfikowania psychologów sportu, ale posiadanie tego certyfikatu nie jest warunkiem koniecznym by podjąć pracę w tym zawodzie. Certyfikacja ma służyć profesjonalnemu

rozwojowi środowiska psychologów sportu, a także być gwarancją wysokich kompetencji zawodowych. O uzyskanie certyfikatu psychologa sportu w PTP mogą ubiegać się kandydaci, którzy spełniają następujące warunki:

1. posiadają wykształcenie wyższe w stopniu magistra psychologii,
2. odbyli studia podyplomowe z psychologii sportu prowadzone przez wyższą uczelnię prowadzącą kierunek "psychologia" lub szkolenia w zakresie psychologii sportu zgodnych ze standardami Ogólnopolskiej Sekcji Psychologii Sportu Polskiego Towarzystwa Psychologicznego lub Zespołu ds. Psychologii Komisji Medycznej Polskiego Komitetu Olimpijskiego,
3. systematycznie superwizują (poddają ocenie) swoją pracę u certyfikowanych superwizorów sportu PTP,
4. posiadają umiejętność samodzielnego diagnozowania oraz zaplanowania i prowadzenia praktyki z zakresu poradnictwa konsultacji i pomocy psychologicznej w sporcie,
5. przynależą do Polskiego Towarzystwa Psychologicznego.

Można ubiegać się o certyfikat psychologa sportu II klasy, I klasy oraz klasy mistrzowskiej (superwizor w zakresie psychologii sportu).

Warunki ubiegania się o poszczególne rodzaje certyfikatów są udostępniane przez Polskie Towarzystwo Psychologiczne na stronie: [www.ptp.org.pl](http://www.ptp.org.pl)

### **Wymagania psychofizyczne:**

Do wykonywania tego zawodu konieczne jest posiadanie odpowiednio ukształtowanej i dojrzałej osobowości oraz wyznawanie pozytywnych wartości. Psycholog sportu powinien umieć szanować odrębność każdego człowieka, jego poczucie godności i potrafić dochować tajemnicy swojego klienta.

Niezbędnymi cechami w tym zawodzie są empatia i wrażliwość na problemy drugiego człowieka.

Konieczna jest umiejętność komunikowania się, rozumienia i słuchania innych ludzi. Ważna jest również umiejętność jasnego wypowiedzania się w mowie i piśmie. Praca ta wymaga koncentracji i podzielności uwagi, dobrej pamięci i spostrzegawczości. Niezbędna w tym zawodzie jest również umiejętność wyciągania wniosków, szybkiego podejmowania trafnych decyzji, elastyczność i twórcze myślenie. Dobrze, jeśli przedstawiciel tego zawodu również interesuje się sportem i ma lub miał doświadczenia związane z jego uprawianiem.

### **Przeciwwskazania do wykonywania zawodu:**

Zawód pod względem obciążenia fizycznego należy do prac bardzo lekkich. Zdecydowanie większe są obciążenia psychiczne i dlatego ważne jest, aby osoby wykonujące ten zawód nie posiadały zaburzeń układu nerwowego i zaburzeń emocjonalnych. W zawodzie psychologa sportu mogą pracować osoby niepełnosprawne z dysfunkcją kończyn dolnych i poruszające się na wózkach inwalidzkich. Przeszkodę w wykonywaniu tego zawodu stanowią zaburzenia psychiczne, upośledzenia słuchu, wzroku, mowy, kończyn górnych.

### **Możliwości i szanse zatrudnienia:**

Istnieje wiele możliwości zatrudnienia dla psychologów sportu. Są to np.: kluby sportowe, zrzeszenia i stowarzyszenia sportowe, firmy zajmujące się marketingiem sportowym, ośrodki rekreacyjne, ośrodki sportowe, ośrodki lecznicze, ośrodki rehabilitacyjne, ośrodki odnowy biologicznej, instytucje ukierunkowane na podtrzymanie i poprawę zdrowia. Wielu psychologów sportu prowadzi własną działalność gospodarczą oferując swoje usługi np. klubom sportowym czy indywidualnie zawodnikom, sportowcom. Wielu z nich prowadzi również szkolenia biznesowe związane z wyznaczaniem i osiąganiem celów, treningiem mentalnym.