Norsk forening for kognitiv atferdsterapi

Utdanning Kognitiv idrettspsykologi

2027–2029

2027

Samling	Tema	Undervisere / ferdighetstrenere	Sted / tid
Samling 1 Mandag 6.sept 2027 – Tirsdag 7.sept 2027	• Kognitiv tilnærming – grunnleggende begreper og metoder • Idrettspsykologi i et historisk perspektiv	Anne Marte Pensgaard Tom Henning Øvrebø	**Olympiatoppen** kl. 09.00–16.00
Samling 2 Mandag 8.nov 2027 – Tirsdag 9.nov 2027	• «Growth- og fixed mindset» (dag 1) • Kognitiv tilnærming i et idretts- og prestasjonsperspektiv. Virkeområder for idrettspsykologisk rådgivning (dag 2)	Dag Andre Nilsen (dag 1) Anne Marte Pensgaard (dag 2)	**NFKTs kurslokaler** kl. 09.00–16.00

2028

Samling	Tema	Undervisere / ferdighetstrenere	Sted / tid
Samling 3 (tre dager) Mandag 10.jan 2028 – Onsdag 12.jan 2028	• Psykisk helse i (topp)idrett: kliniske tilstander, kartlegging og tiltak • Ferdighetstrening 1 (dag 3)	Tom Henning Øvrebø	**NFKTs kurslokaler** kl. 09.00–16.00
Samling 4 Mandag 13.mar 2028 - Tirsdag 14.mar 2028	• Grunnleggende stressteori, CATS (dag 1) • Mindfulness (dag 2)	Hege Eriksen (dag 1) Anders Meland (dag 2)	**NFKTs kurslokaler** kl. 09.00–16.00
Samling 5 (tre dager) Mandag 29.mai 2028 – Onsdag 31.mai 2028	• Motivasjon og atferdsendring • Konsentrasjon og spenningsregulering • Ferdighetstrening 2 (dag 3)	Anne Marte Pensgaard (alle dager) **Ferdighetstrenere:** Anne Marte Pensgaard Tom Henning Øvrebø (dag 3)	**NFKTs kurslokaler** kl. 09.00–16.00
Samling 6 (tre dager) Mandag 11.sep 2028 – Ons 13.sep 2028	• Utbrenthet og utmattelse hos utøvere og trenere (dag 1) • Rehabilitering ved idrettsskader (dag 3) • Ferdighetstrening 3 (dag 3)	Marte Bentzen (dag 1) Göran Känttа (dag 1 og 2) **Ferdighetstrener:** Tom Henning Øvrebø (dag 3)	**NFKTs kurslokaler** kl. 09.00–16.00

Samling 7 Mandag 13.nov 2028 – Tirsdag 14.nov 2028	• REDS og spiseforstyrrelser (dag 1) • Søvnproblemer (dag 2)	Øyvind Røe (dag 1) Ståle Pallesen (dag 2)	**NFKTs kurslokaler** kl. 09.00–16.00

2029

Samling	Tema	Undervisere / ferdighetstrenere	Sted / tid
Samling 8 (tre dager) Mandag 15.jan 2029 – Onsdag 17.jan 2029	• Doping (dag 1, før lunsj) og Avhengighetsproblematikk (dag 1, etter lunsj) • Smerter (dag 2) • Ferdighetstrening 4 (dag 3)	Christine Wisløff (dag 1, før lunsj) Dag Sørum (dag 1, etter lunsj) Egil A. Fors (dag 2) **Ferdighetstrener:** Tom Henning Øvrebø (dag 3)	**NFKTs kurslokaler** kl. 09.00–16.00
Samling 9 Mandag 12.mar 2029 – Tirsdag 13.mar 2029	• Trener/utøver-relasjonen (dag 1) • Teamutvikling	Anne Fylling Frøyen (dag 1) Anne Marte Pensgaard (dag 2)	**NFKTs kurslokaler** kl. 09.00–16.00
Samling 10 Mandag 28.mai 2029 – Tirsdag 29.mai 2029	• Oppsummering, veien videre	Anne Marte Pensgaard Tom Henning Øvrebø	**Olympiatoppen** kl. 09.00–16.00

EKSAMEN: juni 2029