

## **Idrottskadornas psykologi PDF E-BOK**

**Britton W Brewer,Charles Redmond**



Författare: Britton W Brewer,Charles Redmond

ISBN-10: 9789177270164

Språk: Svenska

Filstorlek: 2535 KB

## BESKRIVNING

Efter att han fått en allvarlig skada som sätter punkt för säsongen drar sig en basketspelare undan från sina vänner och sin familj och tillbringar den mesta tiden inlåst på sitt rum med datorspel. En skidåkare som kommer hem från sin knäoperation börjar genast energiskt ta itu med sina rehabiliteringsövningar och avsätter en kvart om dagen för att meditera och visualisera hur hon är tillbaka i backarna, fullt återställd efter skadan. Två olika idrottare. Två helt olika reaktioner på en svårare idrottsskada. Varför blir det så? När vi försöker förstå varför skador uppstår, varför rehabilitering lyckas (eller inte lyckas) och vad som är viktigt vid återgång till idrott eller fysisk aktivitet efter en skada, är psykologiska faktorer och tillstånd viktiga att ta hänsyn till. Traditionellt har synen på uppkomst och rehabilitering av idrottsskador vilat på en biomedicinsk grund. Men nu pratar man alltmer om den biopsykosociala modellen, vilken betonar vikten av att se hela människan. Idrottsskadornas psykologi är den första omfattande boken på svenska med primärt fokus på psykosociala faktorer i samband med idrottsskador, och är uppdelad i fyra övergripande områden: Att förstå och förebygga idrottsskador, Konsekvenser av idrottsskador, Rehabilitering av idrottsskador, Kommunikation och hantering av idrottsskador. Ämnet och bokens innehåll är intressant för en bred målgrupp. Idrottsmedicinare, idrottspsykologiska rådgivare, studenter i relaterade utbildningar samt tränare, kan med hjälp av innehållet få en ökad förståelse för de psykosociala faktorernas betydelse före, under och efter en skada.

## **VAD SÄGER GOOGLE OM DEN HÄR BOKEN?**

### **PDF Ett nytt forskningsområde Psykologiska riskfaktorer och idrottsskada - CIF**

Pris: 366 kr. inbunden, 2017. Skickas inom 2-5 vardagar. Köp boken Idrottskadornas psykologi av Britton W. Brewer, Charles J. Redmond (ISBN 9789177270164) hos ...

### **Hjärngodis : supersmarta tankenötter - Böcker - CDON.COM**

Psykologiska riskfaktorer och idrottsskada Vad beror det på att vissa skadade Idrottare aldrig blir friska och redo för ... mellan fysiologiska och psykologis ...

### **Så behandlar du en stukad fot | Iform.se**

Arkiverad under: Idrottsskada, Målsättning, Mental styrka, Utbildning. Senaste inläggen. Brandman och cyklist på heltid; ... Psykologi; rehabilitering ...

***LÄS MER***