

CV för idrottspsykologiska rådgivare

Namn: Leif Gustafsson

Email: leifg.halsovagen@swipnet.se

Telefon: 0521-62525, 0707-351516

Arbetsområde: Västra Sverige, utgår från Vänersborg

Formell utbildning:

Program i hälsopromotion 120 p i Vänersborg

Hälsopromotion-fördjupning 10 p

Hälsa på arbetsplatsen 10 p

Häloprofilbedömning (HPB) steg 2

Tillämpad idrottspsykologi och mental träning 1-40 p i Örebro

Idrottspsykologi 41-60 p i Halmstad

Att arbeta som idrottspsykologisk rådgivare 20 p

Steg 3-tränare i fotboll

Egen idrottsbakgrund:

Verksam inom fotboll främst som tränare och instruktör

Tidigare arbete med idrottspsykologisk tillämpning:

Ingår i RF:s nätverk med idrottspsykologiska rådgivare och har jobbat med individuella elitidrottare, och även med lag (damlag div I innebandy)

Specialområden inom idrottspsykologin:

Individuell rådgivning

Grupputveckling i lagidrotter

Hälsa –friskvård som en del av idrotten

Rådgivningsfilosofi:

Ett hälsopromotivt-holistiskt synsätt, där individen ses i ett helhetsperspektiv och inte bara är idrottare. Utvecklingen hos en person sker oftast med en ökad självmedvetenhet där jag coachar, ger råd, agerar bollplank men ansvaret och lösningen finns hos individen själv.

Publikationer:

Gustafsson, L. (2004). Återhämtning efter en idrottsprestation. Ett psykologiskt och hälsopromotivt perspektiv (C-uppsats i psykologi inriktning idrott 41-60 p). Sektionen för Hälsa och Samhälle: Högskolan i Halmstad.

Utvärdering och uppföljning:

Utvärdering görs kontinuerligt med den aktive under tiden arbetet pågår och sedan diskussioner om hur vi går vidare. Jag vill givetvis ha synpunkter och intryck hur min roll har uppfattats.