

**Namn:** Mats E Persson  
**Telefon:** 0708-73 44 45  
**E-post:** [Mats@mstailwind.se](mailto:Mats@mstailwind.se)  
**Hemsida:** [www.mstailwind.se](http://www.mstailwind.se)

### **Formell utbildning**

Diplomerad mental rådgivare och utbildad handledare. Har gått ett flertal ledarskapsutbildningar samt medverkat i ett två årigt chefsutvecklingsprogram.

Div utbildningar med inriktning **mot** ungdomar.

### **Egen idrottsbakgrund**

Fotboll och innebandy som tränare och ledare. Har haft styrelseuppdrag i en fotbollsklubb.

Har arbetat med mental friskvård/personlig utveckling inom näringslivet samt som mental rådgivare.

### **Specialområden**

- Ledarskap utifrån ett helhetsperspektiv på individen.
- Personlig utveckling - motivation, stress- och stresshantering, självbild/självförtroende, målbildsträning, kost – sömn etc.
- Ungdomar, prestation – utveckling – balans.

### **Rådgivningsfilosofi**

Individen ska stimuleras till personlig utveckling, kreativitet, nytänkande och till att maximera sin egen prestation. Teori varvas med praktik och arbetet utgår ifrån individens egna förutsättningar och dennes vardag. Beteenden och vanor tar lång tid att förändra och arbetet bör därför vara långsiktigt.

### **Utvärdering**

Varje uppdrag inleds med en kartläggning/nulägesanalys varefter mål (avseende hälsa och prestation) för den idrottspsykologiska rådgivningen formuleras. Vid uppdragets slut görs en utvärdering av måluppfyllelse samt ytterligare en utvärdering över samarbetet.

Utgår från LUND.