

Namn: Ulrika Tranæus

Email: ulrika.tranaeus@sportcare.se

Ort: Stockholm

Telefon: 08-765 76 40, mob 070-721 24 44

Formell utbildning:

Fil. mag i idrottspsykologi, 60 p i "Att arbeta som idrottspsykologisk rådgivare mot individ och grupp", MRK 4, certifierad i kommunikologi, leg naprapat.

Idrottsbakgrund:

Utövat: Skidor; utför och längd, handboll, fäktning.

Ledare: Ishockey: dam (landslag) och herr, Skidor (landslag): freestyle och snowboard, dam och herr, Skridsko (landslag): shorttrack och hastighet; dam och herr, OS -94, OS -98, OS-02. 5 Ungdoms-OS 97- 03.

Mental rådgivare: lag och individuella idrottare på elit och tävlingsnivå sedan -95

Specialområden:

Idrottspsykologi som utbildning och egen och/eller gruppens utveckling

Rådgivning i samband med skada och/eller rehabilitering

Prestationspsykologi för idrottare med höga mål

Grundsyn

Arbetar delvis kognitivt för att hjälpa idrottaren att utvecklas och utbildas.

Anpassar arbetssätt utifrån individ och eventuell problematik.

Publikationer

Publicerad magisteruppsats, omnämnd ibland annat Idrott & Kunskap.

Deltagit med presentationer på konferenser: FEPSAC 2007, Halkidiki och World Congress of Sports Injury Prevention 2008, Tromsö inom detta arbetsområde.

Utvärdering

Gemensamt uppsatta delmål och slutmål som vi tillsammans utvärderar om vi når.

Kvalitetssäkring genom att följa aktuell forskning och litteratur inom området och ingå i nätverk för erfarenhetsutbyte.

