



# PRELEGENCI

4

## GRZEGORZ WIĘCŁAW

PSYCHOLOG SPORTU, TRENER MENTALNY



Trener zajmujący się psychologią sportu i treningiem mentalnym w sporcie. Absolwent Wydziału Psychologii i Komunikacji na Simon Fraser University (Vancouver, Kanada) oraz psychologii sportu i aktywności fizycznej na University of Jyväskylä (Jyväskylä, Finlandia) oraz absolwent psychologii rozwoju osobistego i coachingu na Uniwersytecie SWPS w Katowicach. Przez dwa lata prowadził badania przy Fińskim Ośrodku Badań nad Sportami Olimpijskimi KIHU nad wczesną specjalizacją sportową, które zostały wyróżnione trzecią nagrodą na konferencji Europejskiej Federacji Psychologii Sportu FEPSAC w Paryżu (maj 2013). Jako psycholog sportu - praktyk intensywnie publikuje na łamach takich pism jak: Magazyn Trenera, Asystent Trenera, Bieganie, Dyrektor Szkoły, Magazyn BE czy National Geographic Traveler), . Jako prelegent prowadziłem warsztaty i wykłady na konferencjach dotyczących psychologii sportu i aktywności fizycznej, m.in. w Polsce, Finlandii, Niemczech, Belgii, Francji oraz na Cyprze. Swój warsztat pracy określa mianem "eklektycznego". Korzysta bowiem z klasycznych (np. trening wyobrażeniowy, relaksacja, wyznaczanie celów itp.) jak i alternatywnych (np. podejście oparte o praktykę uważności) narzędzi treningu mentalnego..

## II KONFERENCJA WARSZTATOWA

PSYCHOLOGIA I COACHING SPORTOWY  
W PRAKTYCE