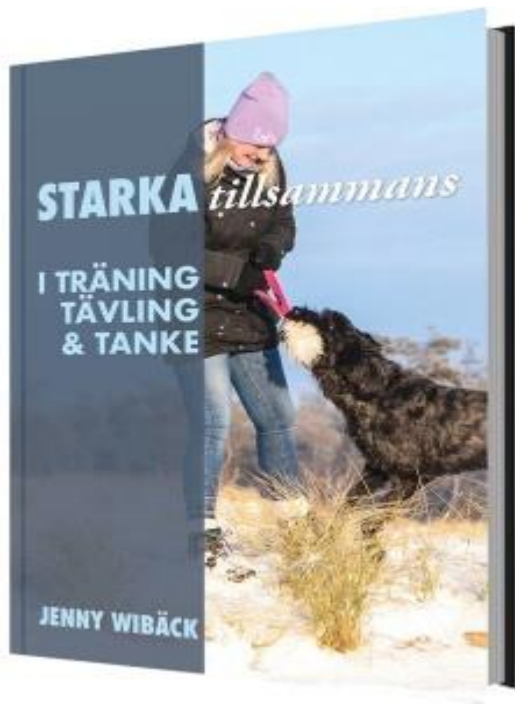


FÖRELÄSNING "STARKA TILLSAMMANS" MED JENNY WIBÄCK



Jenny arbetar sedan 2008 som frilansande pedagog och är verksam som **föreläsare, skribent och träningscoach** inom hundsport. Inom Svenska Brukshundklubben har Jenny bland annat varit ideellt aktiv som domare i tävlingslydnad, där hon fick äran att döma både SM och Nordiska. Under 2016-2017 var hon assisterande landslagscoach. De egna hundarna tränas och tävlas i lydnad, spår och nose work, samt fårvallning med husse Fredrik.



STARKA TILLSAMMANS

- i träning, tävling & tanke.

Föreläsningen bygger på boken med samma titel (utgiven 2017) och handlar om tävlingspsykologi/mental förberedelse för att trivas i tävlingssituationen.

Synen på hunden som en medspelare går som en röd tråd genom föreläsningens olika delar, som bland annat innefattar strategier för att stärka sitt självförtroende, vikten av att hitta meningsfulla mål, samt hantering av prestationsångest och andra negativa tankar. Genom att arbeta med dessa delar i din hundträning så kan du hitta och utveckla styrkor som du får nytta av i andra delar av livet.