###### mgr Tomasz Kurach – psycholog sportu, Uniwersytet SWPS

###### Praktycznie i naukowo zajmuje się psychologią sportu oraz psychologią sportu w biznesie. Bada, jak budować motywację do działania i powodować wzrost pewności siebie. Analizuje, jak skutecznie radzić sobie ze stresem i jak kontrolować swoje emocje. Interesuje się sposobami na utrzymywanie wysokiego poziomu koncentracji i budowaniem długoterminowego zaangażowania wśród pracowników.

###### Prowadzi zajęcia z psychologii sportu, bada pozytywne nawyki w sporcie i w życiu codziennym.

###### Jest Członkiem Zarządu Fundacji Sportu Pozytywnego oraz współautorem książek *Pod Presją. Jak wytrzymałość psychiczna pomaga zwyciężać* (psychologia w piłce nożnej), *Uwierzyć w wygraną. Raz jeszcze* (psychologia w tenisie).

\*\*\*

***Uniwersytet SWPS*** *to nowoczesna uczelnia oparta na trwałych wartościach. Silną pozycję zawdzięcza połączeniu wysokiej jakości dydaktyki z badaniami naukowymi prowadzonymi na najwyższym poziomie. Oferuje programy studiów z psychologii, prawa, zarządzania, dziennikarstwa, filologii, kulturoznawstwa, nowych technologii czy wzornictwa, dostosowane do wymagań zmieniającego się rynku pracy. Kampusy Uniwersytetu SWPS znajdują się w sześciu miastach: Warszawie, Wrocławiu, Sopocie, Poznaniu, Katowicach i w Krakowie. Uczelnia posiada uprawnienia do nadawania stopnia naukowego doktora oraz doktora habilitowanego w siedmiu dyscyplinach: psychologia, nauki o kulturze i religii, literaturoznawstwo, nauki prawne, nauki socjologiczne, nauki o polityce i administracji, sztuki plastyczne i konserwacja dzieł sztuki.*

*Na Uniwersytecie SWPS funkcjonuje pięć instytutów naukowych, które zajmują się organizacją i koordynacją działalności naukowej pracowników badawczych i badawczo-dydaktycznych uczelni w poszczególnych dyscyplinach: Instytut Psychologii, Instytut Nauk Humanistycznych, Instytut Nauk Społecznych, Instytut Prawa oraz Instytut Projektowania.*

*Uniwersytet SWPS należy do sojuszu European Reform University Alliance (ERUA). Jest to sojusz uczelni zawarty w ramach Inicjatywy Uniwersytetów Europejskich, powołanej i finansowanej przez Komisję Europejską.*

*Więcej informacji:* [*www.swps.pl*](http://www.swps.pl)*,* [*Facebook*](https://www.facebook.com/UniwersytetSWPS/)*,* [*LinkedIn*](https://pl.linkedin.com/school/uniwersytet-swps/)*,* [*Instagram*](https://www.instagram.com/uniwersytet_swps/)*,* [*Twitter*](https://twitter.com/SWPSUniversity)