



2019-11-21

Utvecklingssamtal

För att göra det roligare och lättare att vara ledare får du här ett stöd för utvecklingssamtal.

Syftet - Som ledare för ett idrottslag/grupp kan utvecklingssamtal hjälpa både dig och den aktive att:

- lära känna och förstå sig själva och varandra bättre
- trivas bättre och utvecklas med både idrotten och med gruppen
- få synpunkter och förslag på vad som kan förbättras

För ledaren är det särskilt viktigt få en bild av om alla aktiva trivs i Sävar IK och har roligt. Samtalet med en individ kan göra att hela gruppen fungerar bättre.

Utvecklingssamtal genomförs mellan ledare och den aktive, men självfallet kan förälder få delta på begäran eller om önskvärt.

Om det kommer fram känsliga uppgifter ska ledaren direkt ta kontakt med förälder, annan ledare i föreningen eller annan vuxen beroende på situationen. Det kan också vara uppgifter som gäller andra aktiva eller vuxna i gruppen eller laget.

Förberedelser inför utvecklingssamtal

Innan du påbörjar utvecklingssamtalen, dela ut utvecklingssamtalsformuläret till samtliga aktiva och be dem att fylla i sina svar/kommentarer. OM det är möjligt kan det vara bra att få tillbaka formuläret en tid innan du ska ha samtalet. Tänk genom i förväg vad du vill fråga eller säga i samtalet. Skriv ned egna svar på frågorna som gäller den aktives utveckling för att möjliggöra en dialog med den aktive, t ex för frågan, "Vad anser du vara dina starka sidor som idrottare (fotboll, innebandy, handboll, gymnastik) inom följande områden?"

Tips och råd för ett bra samtal

Boka tid och plats några dagar innan. Det kan vara ett träningsläger eller cup/tävling där man har tid att schemalägga alla samtal. Välj ett ställe där ni kan sitta ifred och där båda känner sig bekväma. Ett samtal med utvecklingssamtal-formuläret som grund tar ca 15 minuter att genomföra.

- Frågor och svar ska vara direkta, konkreta och specifika.
- Frågor ska vara öppna så att de inte kan besvaras med ja eller nej. Otydliga svar ska preciseras av samtalspartnern, inte tolkas av mottagaren, använd "Hur menar du?" "Berätta mer".
- Frågor av typen "varför" ska undvikas eftersom de ger intrycket att man är ute efter en bestämd förklaring eller orsak. Mindre hotfulla frågor ska användas. Exempelvis "Vad tror du ligger bakom det?" eller "Hur tror du att det hände?".
- Varje fråga ska stimulera dialogpartnern till eftertanke, reflektion och utveckling. Till exempel "Hur tycker du att du reagerade i den situationen?" eller "Vilka slutsatser kan du dra av det?"
- I slutet av samtalet är det bra att sammanfatta i en eller två punkter, vad ni har kommit överens om och vad den aktive ska tänka på och kanske träna lite extra på till nästa utvecklingssamtal. Tänk på att utvecklingssamtalet helst ska vara både tillbakablickande och framåtblickande, dvs sammanfatta den tiden som varit sedan förra samtalet och tiden framåt (till nästa utvecklingssamtal).

Efter utvecklingssamtalen är genomförda

Spara anteckningar. De kommer att ligga som underlag för uppföljningen i nästa utvecklingssamtal (även till följande säsong).



2019-11-21

Utvecklingssamtal

Lag: _____

Datum: _____

Namn: _____

Ledare: _____

Hur mår du just nu?

Hur trivs du i laget?

HUR FUNGERAR DET MED:

Mat, sömn (t ex är din aptit god, hinner du äta innan/efter träning, får du tillräckligt med sömn):

Skola, kompisar (t ex hinner du med läxorna, träffa vänner utanför idrotten):

Har du andra idrotter eller aktiviteter på din fritid?

Vad anser du vara dina starka sidor som idrottare inom följande områden?

TEKNIK:

SPELFÖRSTÅELSE (Ej gympa):

FYSIK:

MENTALT:



2019-11-21

Vad anser du kunna förbättra inom följande områden?

TEKNIK:

SPELFÖRSTÅELSE (Ej gympa):

FYSIK:

MENTALT:

Vilken/vilka är dina spetsegenskaper (t ex snabbhet, bra skott, ledarskapsegenskaper)?

Hur tycker du att träningen och matchningen fungerar i laget/gruppen?

Hur tycker du att samarbetet mellan aktiva och ledare fungerar i laget/gruppen?

Hur tycker du att gruppen fungerar? Tror du att de andra trivs i gruppen? Är det någon som du tror känner sig utanför eller blir dåligt behandlad?

Har du något annat som du vill ställa frågor om eller ta upp?
