



LÄRGRUPPSPLAN

Att arbeta med återkoppling i din tränar- och ledarroll



Den här lärgruppsplanen vänder sig till dig som tränare och ledare i en idrottsförening.

Om lärgruppsplanen

Denna lärgrupp sätter fokus på att uppmärksamma och utveckla sättet du ger återkoppling. Den ger dig stöd i att fundera över och utveckla former för att ge återkoppling till dina utövare eller andra tränarkollegor. Att ge dig och dina tränar- och ledarkollegor tid att hitta former för att stärka era sätt att arbeta med återkoppling.

Er lärgrupp

1. Kolla först på filmen "Effektiv återkoppling" tillsammans.
Du finner den här: <https://www.youtube.com/watch?v=xuc1JFkOsZc>
2. Lägg fokus på ingångsfrågorna VAD och HUR?
3. Försök hjälpa varandra att skapa samtal som blir så konkreta som möjligt. Ge varandra konkreta tips på hur ni kan arbeta med återkoppling för de utövarna ni möter i er roll?

Material att använda: Blädderblock eller Whiteboard + pennor samt varsitt papper för respektive deltagare. Dela upp i mindre grupper och skriv upp frågorna ni önskar samtala om.

Förslag på frågor ni kan arbeta med:

- » Hur arbetar du med återkoppling idag med dina utövare?
- » Vad har varit lyckosamt när du gett återkoppling?
- » Vad ser du har varit utmanande när du gett återkoppling?

- » Hur arbetar du och dina tränar- och ledarkollegor med återkoppling er emellan?
- » Vad har varit lyckosamt när gett varandra återkoppling?
- » Vad anser du har varit utmanande när ni gett varandra återkoppling?

- » Vad anser du blir extra viktigt när du ger återkoppling till dina utövare?
- » Vad anser du blir extra viktigt när du ger återkoppling till dina tränarkollegor?
- » Hur kan du utveckla och stärka en miljö där återkoppling är en viktig del för utveckling?



Sammanställning

Låt grupperna skriva in sina svar på ett blädderblock eller Whiteboardtavla. Diskutera i helgrupp vad ni framför allt tar med er från dessa samtal.

Låt var och en skriva ned något konkret som de själva konkret kan göra i sitt ledarskap framåt utifrån era samtal. En mikrohandling det vill säga något litet som du direkt kan förändra eller addera för att stärka ledarskapet ytterligare.

Uppföljning

Det är väsentligt att arbetet följs upp och utvärderas efter ett tag för att uppmärksamma och stärka görandet ytterligare. Frågor som kan användas:

- » Vad har du framför allt tagit med dig från samtalen?
- » Hur har du arbetat med återkoppling efter samtalen?
- » Anser du att föreningen stödjer dig i det du behöver stöd i?
- » Hur kan dessa samtal hållas levande över tid mellan er tränare och ledare i föreningen?

