

Ett coachande förhållningssätt

1. Inledning

Att leda idrottsutövare mot deras respektive målsättningar är ett svårt, men otroligt roligt och givande arbete. Behoven och förutsättningarna skiljer sig vida när man leder men det förhållningssätt vi tror på förblir detsamma.

SBTF tror att ett ”Coachande förhållningssätt” ger individen bäst förutsättningar till att på sikt nå sitt maximum. Vi tror på att individen själv ska styra och ansvara för sitt idrottande.

Strävan mot detta förhållningssätt kommer vara en viktig ledstjärna för hur vi vill jobba med spelarutveckling samt hur vi ska rekrytera ledare till vår verksamhet.

Vid ett coachande förhållningssätt ...

..Strävar du som ledare efter **dialog** och mindre monolog

..Tror du på att spelaren kan ta eget **ansvar** för sitt idrottande och själv hitta lösningar med din vägledning

..Har du som ledare hela tiden **spelaren i fokus**

..Har du som ledare en **positiv grundsyn**

..Har du som ledare förmågan att vara **självkritisk** och **reflekterar** över hur du leder

..Har du en vilja att hela tiden **utvecklas** i olika former

..Relaterar till och tror du på varje individs **potential** och **kapacitet**

..Är du **prestigelös** gentemot omgivningen, andra tränare och ledare samt till utövaren

2. Våra tankar kring ett coachande förhållningssätt

För att du som ledare ska få en tydligare bild av hur vi tänker runt de olika punkterna ovan försöker vi här beskriva detta.

Dialog

...Spelarens egna svar är det viktigaste, ledarrollen är lyssnande och vägledande

... Ledaren är inspiratörer och en god kommunikatör, det vill säga är bra på att lyssna och att uttrycka sig tydligt såväl muntligt som skriftligt. T ex att ge feedback på ett för utövaren utvecklande sätt.

...Som ledare diskuterar du och kommer överens med din spelare om hur saker och ting ska skötas. Ni utvärderar och drar lärdom av de situationer ni hamnar i.

Ansvar

...Ansvarstagande hos individen. Spelaren leds mot att ta ansvar för sitt idrottande samt övriga delar av livet.

...Som ledare litar du på dina spelare vilket påverkar spelarna att vilja/våga ta ansvar

Spelaren i fokus

...Spelaren möts där hon/han befinner sig (socialt, intellektuellt, ålder, mognadsmässigt etc).

... du leder spelaren mot sina förverkliganden, dina egna i andra hand

Positiv grundsyn

- ... ger positiv och rak feedback
- ... letar och ser möjligheter istället för hinder
- ... positiva omdömen (utan att avsluta med ordet MEN ...)
- ... accepterar läget och lägger kraft på det som kan påverkas
- ... konstaterar förlopp och händelser utan att värdera om dessa är bra eller dåliga i samtal med utövaren
- ... tror på att allt och alla kan utvecklas

Självkritik, reflektion och utveckling

- ...har förståelse för att reflektion krävs för all typ av utveckling
- ...har en ödmjukhet inför att du inte kan allt
- ...vågar ifrågasätta uttalade sanningar
- ...utvärderar och analyserar insatser och ledarskap

Potential och kapacitet

- ... Ser och tror på utövarens potential och kapacitet.
- ... Ser utövaren som kapabel att ta eget ansvar och i samråd med tränare besluta om träning och tävling

Prestigelöshet

- ...vågar söka information och hjälp utanför eget revir
- ...Låter spelarens åsikter få finnas och ha stor betydelse
- ...Låter andra människors åsikter få finnas och ha betydelse

3. Att fundera och samtala kring

Följande del är till för diskussioner och reflexion runt ledarskap. Diskussionerna Ska förhoppningsvis tydliggöra och belysa vad ett coachande förhållningssätt innebär.

Strävan efter dialog

Samtala om

- Du som tränare och ledare, vilka tankar väcks hos dig när du funderar över innebörden i ordet dialog?
- Vad ser du för följder av att vid teknikinlärning tala om vad som är rätt sätt jämfört med att ställa frågor om teknikens utförande till spelaren?

Låter spelaren ta ansvar

Samtala om

- Du som tränare och ledare, vilka tankar väcks när du funderar över att låta spelaren ta ansvar för sitt pingisspelande?
- Vad innebär det att spelaren tar ansvar i träningssituation?
- Vad innebär det att spelaren tar ansvar i tävlingssituation?
- Vad innebär det att spelaren/individerna tar ansvar i sitt vardagliga liv?

Ha spelaren i fokus

Samtala om:

- Du som är tränare och ledare, vilka tankar väcks hos dig när du funderar över att ”ha spelaren i fokus”?
- Vad innebär det för dig?
- Hur kan du agera som tränare och ledaren för att ha spelaren i fokus?
 - I samband med träning och tävling?
 - Övrig tid?
- Finns det situationer där det är extra viktigt att du har spelaren i fokus? Ge exempel.

Ha en positiv grundsyn

Samtala om:

- Du som är tränare och ledare, vilka tankar väcks hos dig när du funderar över att ”ha en positiv grundsyn”?
- Vad innebär det för dig?
 - I samband med träning och tävling?
 - Övrig tid?
- Finns det situationer där det är extra viktigt att du har en positiv grundsyn? Ge exempel.

Vara självkritisk och reflekterande

Samtala om:

- Du som är tränare och ledare, vilka tankar väcks hos dig när du funderar över att ”Vara självkritisk och reflekterande”?
- Vad innebär det för dig?
 - I samband med träning och tävling?
 - Övrig tid?
- Finns det situationer där det är extra viktigt att du är självkritisk och reflekterande? Ge exempel.

Vilja att utvecklas

Samtala om:

- Du som är tränare och ledare, vilka tankar väcks hos dig när du funderar över att ”Vilja” att utvecklas?
- Vad innebär det för dig?
 - I samband med träning och tävling?
 - Övrig tid?

- Finns det situationer där det är extra viktigt att du har en vilja att utvecklas? Ge exempel.

Relatera och tro på potential och kapacitet

Samtala om

- Du som tränare och ledare, vilka tankar väcks hos dig när du funderar över ”att relatera och tro på en spelares potential och kapacitet?”
- Vad innebär det för dig och i relationen till dina spelare?
- Vad innebär det för dig i relationen till andra tränare och ledare?
- Vad innebär det i relationen till andra människor?
- Finns det situationer där det är extra viktigt att relatera och tro på kapacitet och potential?

Vara prestigelös

Samtala om:

- Du som är tränare och ledare, vilka tankar väcks hos dig när du funderar över att ”ha vara prestigelös”?
- Vad innebär det för dig?
 - I samband med träning och tävling?
 - Övrig tid?
- Finns det situationer där det är extra viktigt att du är prestigelös? Ge exempel.

Ha ett coachande förhållningssätt

Samtala om:

- Du som är tränare och ledare, vilka tankar väcks hos dig när du funderar över att ”ha ett coachande förhållningssätt”?
- Vad innebär det för dig?
 - I samband med träning och tävling?
 - Övrig tid?
- Vilka är fördelarna med ett coachande förhållningssätt som du ser det?
- Finns det situationer där det är extra viktigt att du har ett coachande förhållningssätt? Ge exempel.