



Lärgruppsmaterial

# Jag och ledarskapet

Introduktion för dig som ny tränare



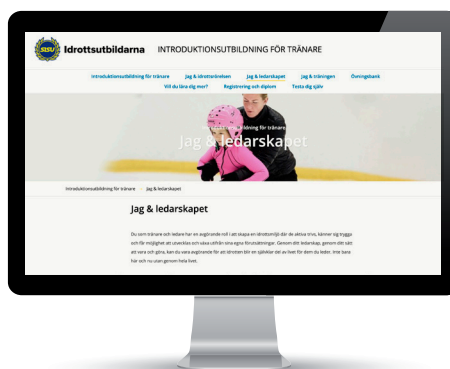
# Introduktion för dig som ny tränare avsnitt ”Jag och ledarskapet”

Detta är ett lärgruppsmaterial som är kopplat till *Introduktionsutbildning för tränare* och ledare som finns öppen och är gratis för dig som är tränare eller ledare. Du hittar webben [här](#).

Du som tränare och ledare är viktig och värdefull för din förening. Ett ledarskap som garanterat ger många härliga upplevelser och massor med energi. Som tränare och ledare har du stora möjligheter att göra skillnad för många genom ditt sätt att vara och det du formar. Ett ledarskap utvecklas och förfinas ständigt genom nya perspektiv, insikter och lärdomar. Efter att du genomgått andra avsnittet ”Jag och ledarskapet” på Introduktionsutbildning för tränare har ni möjlighet att få stöd i att föra viktiga och värdefulla samtal bland tränare och ledare i föreningen.

Använd er gärna av detta samtalsunderlag som grund och tar er utgångspunkt från frågorna nedan.

Summera och dokumentera med fördel era samtal så att ni har underlag att gå tillbaka till vid senare tillfällen.



## Du som tränare och ledare gör skillnad

- ✓ Vad tar du med dig i din roll som tränare och ledare?
- ✓ Hur vill du att dina aktiva ska beskriva ditt ledarskap?

## Kommunikation och bemötande

- ✓ Hur gör du för att möta varje individ på ett bra sätt?
- ✓ Vad behöver du tänka extra mycket på i din kommunikation med dina aktiva?
- ✓ Hur kan du skapa goda förutsättningar för delaktighet?

## Att styras av idén och värderingar

- ✓ Vad betyder de sex orden i idé- och värderingsstyrt ledarskap konkret för dig?
- ✓ Fundera på en situation där några av dessa ord syns i ditt ledarskap – hur ser det ut?
- ✓ Hur kan du använda dig av detta i din roll som tränare och ledare?

## Motivation

- ✓ Vad bör du som tränare och ledare göra för att få en bra bild av varje individs behov och förutsättningar?
- ✓ Vad kan du som tränare och ledare göra för att bättre förstå de aktivas drivkrafter till sitt idrottande?
- ✓ Hur kan du som tränare skapa förutsättningar för inre motivation hos dina aktiva?

## Att ta hand om sig själv som tränare och ledare

- ✓ Varför vill jag vara tränare/ledare?
- ✓ Vad vill jag bidra med som tränare/ledare?
- ✓ Vad inspirerar och driver mig framåt?
- ✓ Hur kan du hjälpa dig själv att styra mot en bestämd riktning?
- ✓ Vad behöver jag tänka på för att rollen ska vara rolig, utvecklande och utmanande?

### Genomför samtalet i lärgrupp

Om ni vill kan ni samtala i form av en lärgrupp. Det betyder att deltagarnas olika perspektiv, erfarenheter och upplevelser är det centrala i samtalet. Att lära av och med varandra leder till utveckling. Även om alla i lärgruppen förväntas delta aktivt i samtalen behöver någon ta på sig ledartröjan. Vi kallar denna någon för lärgruppsledaren, men det betyder inte att hen måste kunna mer än resten av gruppen. Däremot ansvarar personen för att leda och fördela samtalet samt att försöka strukturera och sammanfatta vad ni kommer fram till. Tänk på att försöka vara lyhörd för deltagarnas behov, förutsättningar och synpunkter. Ni kan läsa mer om lärgruppsledare och hitta stöd på [sisuidrottsutbildarna.se](http://sisuidrottsutbildarna.se).

RF-SISU distrikten kan genom folkbildningsanslaget bidra med visst stöd till genomförandet av en lärgrupp. Det kan handla om att ta kostnader för material, hyrd lokal, studiebesök eller expertmedverkan. Kontakta gärna ditt RF-SISU distrikt så berättar de mer om hur ett samarbete kan se ut. Kontaktuppgifter hittar du på [sisuidrottsutbildarna.se](http://sisuidrottsutbildarna.se).



# Idrottsutbildarna

Idrottens Hus, Box 11016, 100 61 Stockholm | Tel: 08 - 699 60 00  
E-post: [www.sisuidrottsutbildarna.se](http://www.sisuidrottsutbildarna.se) | Hemsida: [www.sisu.se](http://www.sisu.se)