Instruktion

Ett spelarsamtal/utvecklingssamtal är ett bra verktyg som hjälper dig som ledare att lära känna dina spelare samt kunna utveckla dem.

För att samtalet skall bli bra behövs lite planering innan det genomförs. Försök att genomföra samtalet på ett ställe där ni inte blir störda och där ni bägge kan känna er bekväma- t.ex. i ett omklädningsrum eller i klubbhuset. Se till att boka samtalet med spelaren i god tid innan och planera minst 15 min/spelare.

Samtalet skall ses som ett inlärningstillfälle där du som ledare lär dig mer om spelaren och den om sig själv. Det skall leda till upptäkter för att lösa problematik och inte framhäva eventuella brister.

Eftersträva att:

- Vara specifik, direkt och konkret.

- Ställa öppna frågor – Undvik ja eller nej frågor.

- Be spelare precisera otydliga svar för att undvika din egna tolkning av svaren.

- Inte fråga ”varför” utan använd istället ”hur tror du…”, ”hur såg det ut…”, ”vad tror du…”

- Stimulera till eftertanke och reflektion.



**Spelarsamtal år……………….**

**3- och 5-manna**

|  |  |
| --- | --- |
| **Förening:** | **Datum:** |
| **Lag:** | **Spelare:** |

**Jag Utveckla gärna svaren**

|  |  |
| --- | --- |
| **Hur trivs du i laget:** |  |
| **Vilka är du bra på?** Ex. du är positiv, bra kompis, osv |  |
| **Hur fungerar skolan?**Hinner du med tex läxläsning. |  |
| **Hur fungerar kost?**Äta ordentligt, hinner äta innan och efter träningspass. |  |
| **Hur fungerar det med kompisar?** |  |
| **Hur fungerar sömn?** |  |
| **Hur fungerar det hemma?**Hinner du med läxläsning, äta ordentligt, hinner äta innan och efter träningspass och får tillräckligt med sömn. |  |
| **Har du andra idrotter/aktiviteter på din fritid?**(Vilka, hur ofta?) |  |

**Jag och laget Behöver vi ändra på något och i så fall vad?**

|  |  |
| --- | --- |
| **Har du kul med dina lagkamrater?** |  |
| **Är det roligt att träna?** |  |
| **Är det roligt att spela match?** |  |
| **Trivs du med dina tränare?** |  |
| **Kan dina tränare göra något mer för dig som skulle göra att du tycker att det är ännu roligare att spela fotboll?** |  |
| **Tycker du att du alltid gör ditt bästa på träningarna?** |  |

**Övrigt Behöver vi ändra på något och i så fall vad?**

|  |  |
| --- | --- |
| **Har du något du vill kommentera, ställa frågor om, eller ta upp?**  |  |