**Utvecklingssamtal, 9- och 11-manna**

Som tränare eller ledare för ett fotbollslag är utvecklingssamtal en metod som kan hjälpa dig att lära känna en spelare. Det gör att din möjlighet att inverka på spelaren ökar betydligt samtidigt som hen kan lära sig mer om sig själv och sin situation för att kunna ta ett större ansvar över sin utveckling som fotbollsspelare och människa

**Som en del av klubbarnas utveckling så har vi bestämt att alla lag från 13 – års ålder ska genomföra minst två individuella samtal per spelare och säsong – en på våren och en uppföljning på hösten.**

syften med utvecklingssamtalet är att:

* säkerställa att alla spelare trivs, mår bra och har roligt i laget
* främja fotbollen och den individuella utvecklingen
* som ledare få input från alla spelare oavsett om det gäller verksamheten/livet i allmänhet (finns det frågor eller problem?) eller fotbollen i synnerhet.

Utvecklingssamtal genomförs mellan ledare och spelare, men självfallet kan förälder få delta om så är önskvärt.

**Förberedelser inför utvecklingssamtal**

**9- och 11-manna**: Innan du påbörjar utvecklingssamtalen, informera föräldrar om att samtal kommer att genomföras. Dela/skicka digitalt ut utvecklingssamtalsformuläret till samtliga spelare och be dem att fylla i sina svar/kommentarer tillsammans med förälder och lämna tillbaka formuläret en vecka innan du ska ha samtalet.

**Alla tränare/ledare**: Tänk genom i förväg vad du vill fråga eller säga i samtalet. Skriv ned egna svar på frågorna som gäller spelarens utveckling för att möjliggöra en dialog med spelaren, t ex för frågan,”Vad anser du vara dina starka sidor som fotbollsspelare inom följande områden?”

 **Tips och råd för ett bra samtal**

- Boka tid och plats med spelaren några dagar innan. Ett tips är att förlägga utvecklingssamtalen till ett träningsläger eller cup där man har tid att schemalägga alla samtalen. 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 gärna “Hur menar du?”

- 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?”

Tänk på att försök skapa ögontakt. Om spelaren inte vågar ha ögonkontakt kan det bero på någonting.

- I slutet av samtalet är det bra att sammanfatta i en eller två punkter, vad ni har kommit överens om och vad spelaren ska tänka på och kanske träna lite extra på till nästa utvecklingssamtal. Tänk på att utvecklingssamtalet helst ska vara både med feedback och feedforwards dvs sammanfatta den tiden som varit sedan förra samtalet och tiden framåt (till nästa utvecklingssamtal).

 **Efter utvecklingssamtalen är genomförda**

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

**Utvecklingssamtal, 9- och 11-manna**

Lag:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Datum:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Namn:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Tränare:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Hur mår du just nu?**

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Hur trivs du i laget?**

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

 **Hur fungerar det med?**

**Familj, boende** (t ex föräldrars intresse kring din fotboll, storlek på familjen, eget rum osv):

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**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 fotbollen):

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Har du andra idrotter eller aktiviteter på din fritid? Om ”ja” vilka idrotter**

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Hur fungerar samarbetet mellan idrotterna?**

**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**Hur ser du på kommande säsong? Vad har du för ”inställning” till nästa säsong?**

Vidareutveckla gärna ditt svar:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

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

TEKNIK: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

SPELFÖRSTÅELSE: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

FYSIK: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Psykologi: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Vad skulle du vilja förbättra inom något av områdena?**

TEKNIK: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

SPELFÖRSTÅELSE: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

FYSIK: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Psykologi: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

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

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Hur tycker du att träningen och matchningen fungerar i laget?**

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Hur tycker du att samarbetet mellan spelare och ledare fungerar i laget?**

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

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

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

*Utvecklingssamtalet avslutas med att man tillsammans går igenom föreningens* ***VÄRDEGRUND!***

**Värdegrund Sjömarkens IF & Sandareds IF**

**En förening öppen för alla**

*Alla är välkomna att vara med oavsett kön, ålder, trosuppfattning, kultur, nationalitet, funktionsvariation eller sexuell läggning.*

**Utveckling**

*Vi strävar hela tiden efter att utveckla vår Verksamhet. Eftersom vi tror på att utveckling ger inspiration, stimulans och motivation.*

**Idrottsgården / Sandevi**

 *Ska vara en given mötesplats i samhället där hälsa och glädje förenas*

**Glädje Trygghet och Gemenskap**

*Detta är tre mycket viktiga ledord i vår förening. Vi arbetar för att alla våra medlemmar ska känna sig trygga, känna glädje och må bra. På så vis skapar vi tillsammans en härlig klubbkänsla och en fin gemenskap.*

**Glädje - bjud på ett skratt det smittar!***Vi står för glädje i vad fotbollen, vänner, ledare och alla runt omkring spelaren kan bidraga med för att skapa en inre motivation och vilja hos denne att komma ner till fotbollsplanen, inte bara på träningstiden, utan även på fritiden, där vi ser Idrottsgården och Sandevi som givna mötesplatser i samhället*

*där hälsa och glädje förenas*

**Trygghet - vi möts och lär av varandra!***Vi vill också att den tryggheten vi ger genom att vi lär av varandra kan göra att spelaren ser tillbaka till sin tid som spelare i Sjömarken IF och Sandareds IF och känner en värme samt känsla av en underbar uppväxt. Den tryggheten*

*bygger vi varje dag och i varje möte med spelaren.*

**Gemenskap - fotboll och kompisar –**

 **tillsammans är vi Sandareds IF och Sjömarkens IF.**

*Vi vill att alla ska känna en delaktighet i föreningen och sitt lag genom vår gemenskap. Vi ser det som en självklarhet att alla hälsar på varandra på våra anläggningar. Att hen får komma till tals, fatta egna beslut och få den stöttningen hen behöver både fysiskt, psykiskt och idrottsligt . Vi vill skapa starka spelare på alla plan.*

Redigerat: 2022-10-28