



Steg 3: Feedback

Tidsomfattning: 45 min (angivna tider är cirka-tider, du som lärgruppsledare avgör själv om något behöver ta mer eller mindre tid).

Att vara lärgruppsledare:

Din roll som lärgruppsledare är att se till att alla får komma till tals och leda samtalet utifrån lärgruppsplanen. Lärgruppen rapporteras som folkbildning i IdrottOnline.

Syfte med träffen:

Syftet med tredje träffen är att ge spelarna verktyg till beteendeförändring genom att använda sig av feedback. Upplägget är att varje grupp pratar om olika sätt att ta emot feedback och hur man kan ge feedback på gynnsamma sätt, både spelare emellan och spelare-tränare emellan.

Förberedelser:

Dela in laget i grupper om 4-5 personer. Skriv ut varsitt ex av övningsdokumentet till grupperna.

Återkoppling från förra träffen (5 min):

Diskutera i grupperna:

- Vilka negativa beteenden har ni uppmärksammat sen sist?
 - o På vilket sätt kan de skapa otrygghet?
 - Vilka positiva beteenden har ni uppmärksammat sen sist?
 - o På vilket sätt kan de skapa trygghet?
- ➔ Tips! Ta en fråga i taget och lyft exempel från varje grupp

Inledning (5 min):

Diskutera i grupperna:

- När är det störst risk för oschysst snack – innan, under eller efter träning?
 - När är det störst risk för oschysst snack – innan, under eller efter match/tävling?
- ➔ Tips! Ställ följdfrågor, t.ex. *Varför tror ni att det är så?*

Feedback (10 min):

Utgå ifrån stödmaterialet och förklara vad feedback är och hur det kan användas. Rita gärna upp feedbacktrappan på whiteboard eller blädderblock.

Övning 1 – Påståenden (5 min):

Läs följande påståenden och be spelarna att ställa sig upp om de håller med.

- Alla kan ge feedback
- Alla kan ta feedback
- I vårt lag är det vanligt att tränarna ger feedback till oss
- I vårt lag är det vanligt att vi spelare ger feedback till varandra
- I vårt lag är det vanligt att vi spelare ger feedback till tränarna

Övning 2 – Feedback (15 min):

Läs upp caset för hela gruppen och dela sedan ut varsitt ex till grupperna och låt de besvara frågeställningarna. Avsluta med att varje grupp får presentera sina svar.

Avslut (5 min):

Knyt ihop säcken! Om tid finns gå varvet runt och låt spelarna berätta något som de har tagit med sig från Schysst snack.

Extra diskussionsfrågor (om tid finns):

- Titta runt i rummet och välj ut en spelare som du tycker är bra på att ge feedback. Vad är det hen gör som är så bra? Vad kan du lära dig av personen i fråga? Lyft gärna några exempel i helgrupp.
- Spelar det någon roll om man ger feedback enskilt eller i helgrupp?
- Hur mycket feedback är lagom? När kan det bli för mycket?
- Vad är viktigt att tänka på när man ger negativ feedback till en lagkamrat?

