



LÄRGRUPPSPLAN

Att arbeta med direkt och eftertänksam uppföljning

Den här lärgruppsplanen vänder sig till dig som tränare och ledare i en idrottsförening.

Om lärgruppsplanen

Denna lärgrupp sätter fokus på att hitta arbetssätt att följa upp dina träningar och tävlingar direkt i anslut och även en tid efter genomförande. På engelska brukar det kallas för "hot and cold review" och vi har valt att kalla det för direkt och eftertänksam uppföljning. Att följa upp sitt eget ledarskap och de aktiviteter som genomförs behöver inte ta lång tid, det räcker oftast med några minuter. Det handlar främst om att skapa strukturer och rutiner för det som hjälper dig att göra det enkelt och effektivt. Uppföljningen är ett moment för att hjälpa till att sortera och dra lärdomar för framtiden.

Er lärgrupp

1. Kolla först på filmen "Direkt och eftertänksam återkoppling".
Du hittar den här: <https://www.youtube.com/watch?v=6UWmvvieRzw>
2. Lägg fokus på ingångsfrågorna: VAD kan du göra? och HUR kan du göra det?
Försök hjälpa varandra att skapa samtal som blir så konkreta som möjligt.

Material att använda: Blädderblock eller Whiteboard + pennor samt varsitt papper för respektive deltagare. Dela upp i mindre grupper och skriv upp frågorna ni önskar samtala om.

Förslag på frågor ni kan arbeta med:

- » Hur arbetar du idag med din egen uppföljning?
- » Hur skulle du kunna stärka och utveckla ditt sätt att göra din egen uppföljning?
- » Om du skulle välja ut 2-4 frågor som du kan ställa dig direkt i samband med aktiviteten, vilka skulle de vara?
- » Om du skulle välja ut 2-4 frågor som du kan ställa dig ett tag efter själva aktiviteten, som eftertänksam återkoppling, vilka skulle det kunna vara?
- » Hur kan du skapa en struktur och rutiner för att aktivt arbeta med uppföljning?
- » Hur kan ni hjälpa varandra att göra uppföljningsmomentet ännu mer kraftfullt?



Sammanställning

Låt grupperna skriva in sina svar på ett blädderblock eller Whiteboardtavla. Diskutera i helgrupp vad ni framför allt tar med er från dessa samtal.

Låt var och en skriva ned något konkret som de själva konkret kan göra i sitt ledarskap framåt utifrån era samtal. En mikrohandling det vill säga något litet som du direkt kan förändra eller addera för att stärka ledarskapet ytterligare.

Uppföljning

Det är väsentligt att arbetet följs upp och utvärderas efter ett tag för att uppmärksamma och stärka görandet ytterligare. Frågor som kan användas:

- » Vad har du framför allt tagit med dig från samtalen?
- » Hur har du arbetat med uppföljning efter samtalen? Finns det något du kan förändra eller utveckla ännu mer?
- » Anser du att föreningen stödjer dig i det du behöver stöd i?
- » Hur kan dessa samtal hållas levande över tid mellan er tränare och ledare i föreningen?

