

Praatkaarten voor trainers

Extra tips



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



Extra tips voor het gebruik van de praatkaarten voor trainers

Wil je met jouw trainersteam aan de slag gaan met de praatkaarten voor trainers? In deze bijlage vind je extra tips voor de persoon die de oefeningen begeleidt. Je leest deze best even vooraleer je aan de slag gaat met de kaarten.

Wie kan deze praatkaarten gebruiken?

Ieder trainersteam binnen een sportclub kan aan de slag gaan met de praatkaarten. We raden wel aan dat je eerst even nadenkt of er voldoende veiligheid en openheid is binnen jullie team: kan iedereen hun eigen mening en ervaringen delen met de collega-trainers? Is er een sfeer van openheid en respect voor elkaar en voor 'andere' meningen?

Wie begeleidt de discussies?

Je hebt best een gespreksleider binnen het trainersteam die de opdrachten op de kaarten voorleest en ook open vragen stelt om de discussie te begeleiden. Heb je een club-API of een trainerscoördinator in de club? Dit kan wel eens de ideale persoon zijn om de oefeningen te begeleiden.

Hoe bereid je je voor als gespreksleider?

Bepaal op voorhand welke praatkaarten je zal gebruiken. Lees de uitleg en de extra achtergrondinformatie op de kaarten en de tips in deze handleiding. Het is vooral belangrijk dat je als gespreksleider de discussie gaande houdt door open vragen te stellen. De trainers leren van elkaars ervaringen en mening. Jij zorgt voor de gelegenheid om deze met elkaar te delen door het stellen van open vragen (Vb. open vraag: Kan je meer info geven op welke manier je dit doet?). Heb er ook aandacht voor dat je iedere trainer de gelegenheid geeft om iets te delen met collega's. Heb je zelf of één van de trainers vragen of bezorgdheden na het gesprek, weet dat je altijd terecht kan bij 1712.

Tips bij oefening 1: Discussiekaarten



10 minuten per vraag

- **Tip 1:** Je kan ervoor kiezen om tijdens elke trainersbijeenkomst één of meerdere vragen te bespreken. Je hoeft niet alle 12 vragen in één keer te overlopen.
- **Tip 2:** Vraag actief de mening van de 'stillere' trainers in de groep. Je kan eventueel werken met een 'praatbal': deze gooi je telkens naar een persoon die dan zijn mening of ervaring kan delen met de groep.
- **Tip 3:** Voorzie 10-20 minuten per vraag voor de discussie.
- **Tip 4:** Start met de hoofdvraag. Gebruik de bijvragen als het gesprek moeilijk op gang komt of om dieper in te gaan op wat er gezegd wordt.
- **Tip 5:** Geef op voorhand de doelstellingen van de oefening mee en dat er geen juiste of foute antwoorden zijn.



Tips bij oefening 2: Laddercompetitie



Deel 1: 15-20 minuten
Deel 2: 15-20 minuten

- **Tip 1:** Lees eerst de infokaart over de criteria van het Grenswijs Ernstinschattend Systeem. Wil je hier nog meer informatie over? Kijk dan even op www.grenswijs.be of volg de Sport met Grenzen vorming van het Centrum Ethiek in de Sport.
- **Tip 2:** Pas de stellingen aan zodat ze helemaal passen binnen jouw sport. Je kan bepaalde details toevoegen die het 'echter' en dus meer herkenbaar maken.
- **Tip 3:** Laat de groepjes eerst een kijkje nemen naar de volgorde van ernst van de andere groepjes vooraleer je hen vraagt om wat meer uitleg te geven over hoe zij dit hebben aangepakt.
- **Tip 4:** Overloop op het einde van de eerste opdracht de verschillende criteria die de groep zou hanteren om de ernst in te schatten. Vul dan verder aan met de criteria van het Grenswijs Ernstinschattend systeem. Het is niet de bedoeling om het hele systeem uit te leggen, maar wel hen te laten kennismaken met de zes criteria.
- **Tip 5:** Ga bij de tweede opdracht dieper in op hoe ze dan specifiek zouden reageren als trainer als ze aangeven bij een situatie dat ze deze zelf zouden aanpakken. Laat verschillende trainers aan het woord zodat ze opnieuw kunnen leren van elkaar.

Tips bij oefening 3: En wat zou jij doen?



10-15 minuten per situatie

- **Tip 1:** Lees op voorhand de achtergrondkaart bij elke situatie met advies hoe je hier best mee omgaat als trainer. Laat de input vooral vanuit de trainersgroep komen, maar vul aan met deze achtergrondinformatie.
- **Tip 2:** Hoor je voorstellen van trainers die in contrast zijn met de achtergrondkaart? Vraag dan even in de groep of iedereen hier akkoord mee is en of iemand andere voorstellen heeft. Laat deze trainers zeker aan het woord. Geef ook het advies van de achtergrondkaart mee om de trainers de juiste handvaten mee te geven.

Deze praatkaarten zijn gebaseerd op de workshop voor trainers die werd uitwerkt via het Erasmus+ project Safe Sport Allies. Sportclubs in Vlaanderen kunnen deze workshop aanvragen via het Centrum Ethiek in de Sport (www.ethischsporten.be; info@ethischsporten.be).