

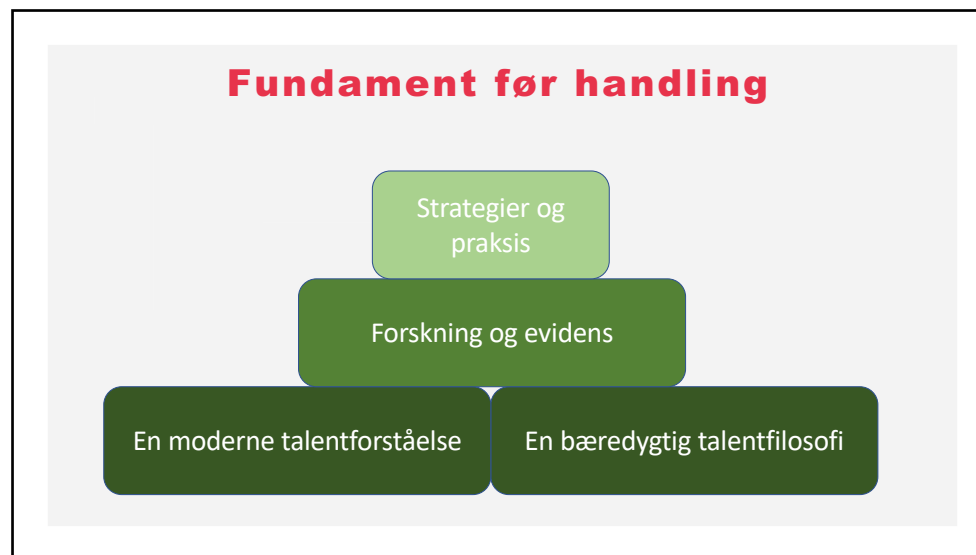
Fra filosofi til praksis

... og fra spændende læsning til reelt udviklingsforløb

Kristoffer Henriksen



2



3

Målet med en talentstrategi

At forankre viden og metoder, sikre sammenhæng i klubben, give svar i svære situationer

4



5

En bæredygtig talentfilosofi

MISSION

- Mennesker før medaljetagere!

MÅLGRUPPE

- Unge er ikke små voksne og vi har god tid

MILJØ

- Mennesker udvikler sig i meningsfulde relationer

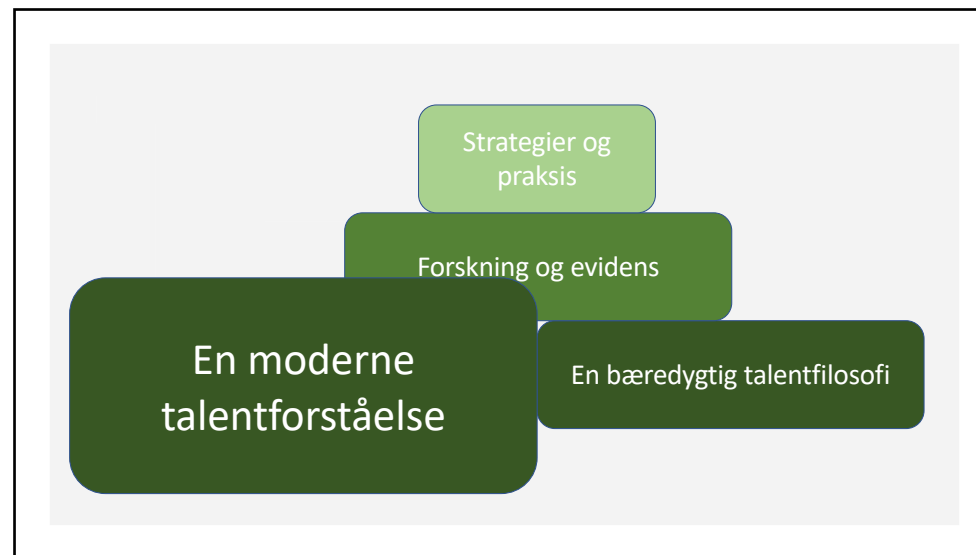
MENTAL SUNDHED

- Udvikling og trivsel vokser ud af en bæredygtig talentkultur

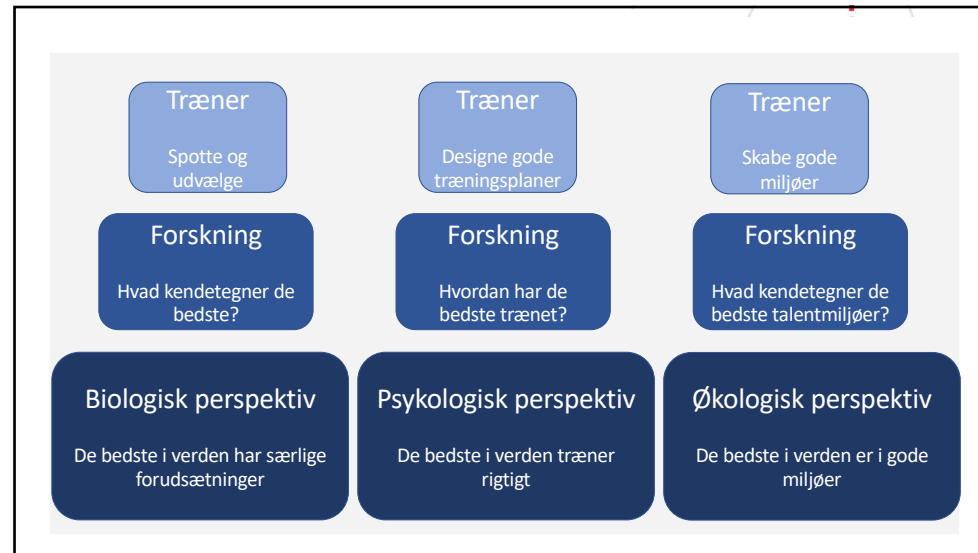
MAGT

- Med magt følger ansvar

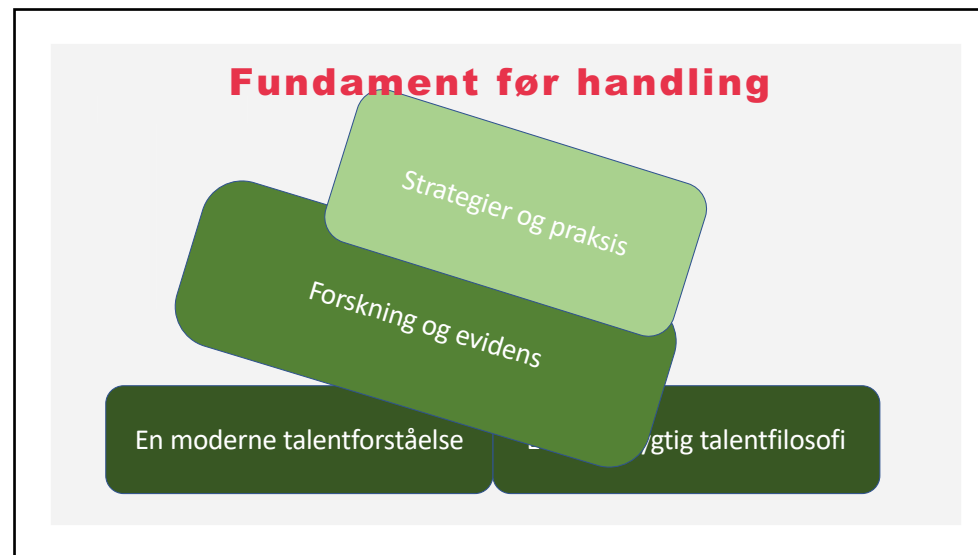
6



7



8



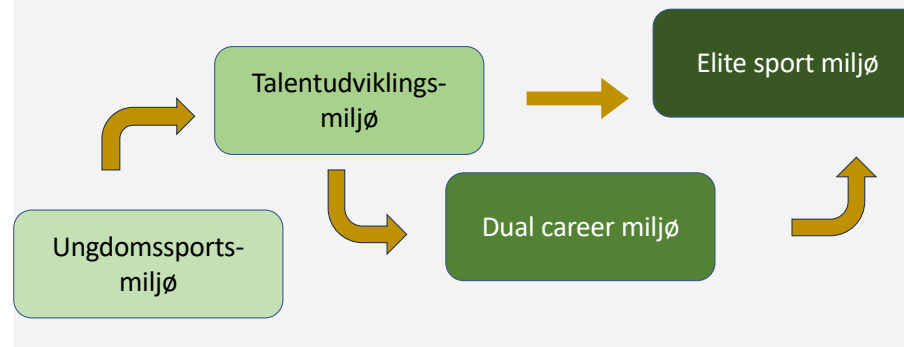
9

Talentudvikling

En rejse gennem stærke miljøer, der understøtter atleternes *trivsel, engagement, udvikling og præstationer ...* som *atleter & mennesker*

10

En rejse gennem miljøer



SDU / TEAM DANMARK

11

Den moderne træner

Skaber miljøer – der udvikler mennesker








SDU / TEAM DANMARK

12



IDRÆTTENS REFLEKTIONER OG TRANSFERVÆRDI

IDU er vi ambitiøse på det avancerede fællesskabs vegne. Vi udnytter de mange gode ideer, der følger i de træneres og øvedes kreative tanker og blikke... "og systematisk i deres arbejde med at facilitere processer, hvor de sammen med deltagere formår at færdiggøre præferencer og træningsforløb, som til sidst resulterer i gode unge i forhold til at blive klubbere på sig selv, andre og verden..."

(Østergaard & Østergaard 2020)

Indholdet af træningen

Indholdet af træningen er afgørende for trænerens rolle og for trænerens rolle i træningen. Det er vigtigt at træningen er relevant og udfordrende for de deltagende. Træningen bør være struktureret og målrettet, og træneren bør være klar til at tilpasse sig de enkelte deltagere. Træningen bør også være sjov og motiverende, og træneren bør være klar til at støtte og opmuntre de deltagende.

Efter kamp og stavne

Efter kamp og stavne er det vigtigt at træneren reflekterer over træningen og de deltagendes oplevelser. Træneren bør være klar til at tilpasse sig de enkelte deltagere og træningen bør være struktureret og målrettet. Træneren bør også være klar til at støtte og opmuntre de deltagende.

Italesættelse af egne kompetencer

Træneren bør være klar til at italesætte sine egne kompetencer og erfaringer. Dette kan være en vigtig del af træningen, da det kan hjælpe de deltagende med at forstå trænerens rolle og betydning. Træneren bør være klar til at støtte og opmuntre de deltagende.

Skader

Træneren bør være klar til at håndtere skader og andre uheld. Dette kan være en vigtig del af træningen, da det kan hjælpe de deltagende med at forstå trænerens rolle og betydning. Træneren bør være klar til at støtte og opmuntre de deltagende.

Gode vaner

Træneren bør være klar til at etablere gode vaner og rutiner. Dette kan være en vigtig del af træningen, da det kan hjælpe de deltagende med at forstå trænerens rolle og betydning. Træneren bør være klar til at støtte og opmuntre de deltagende.

Intuition trykthed og udfordring - var vi modige?

Træneren bør være klar til at udfordre de deltagendes intuition og trykthed. Dette kan være en vigtig del af træningen, da det kan hjælpe de deltagende med at forstå trænerens rolle og betydning. Træneren bør være klar til at støtte og opmuntre de deltagende.

Fokus

Træneren bør være klar til at fokusere på de vigtigste aspekter af træningen. Dette kan være en vigtig del af træningen, da det kan hjælpe de deltagende med at forstå trænerens rolle og betydning. Træneren bør være klar til at støtte og opmuntre de deltagende.

Forskellighedens styrke

Træneren bør være klar til at udnytte de deltagendes forskelligheder. Dette kan være en vigtig del af træningen, da det kan hjælpe de deltagende med at forstå trænerens rolle og betydning. Træneren bør være klar til at støtte og opmuntre de deltagende.


Motivation

Træneren bør være klar til at motivere de deltagende. Dette kan være en vigtig del af træningen, da det kan hjælpe de deltagende med at forstå trænerens rolle og betydning. Træneren bør være klar til at støtte og opmuntre de deltagende.

De "svære" snakke

Træneren bør være klar til at håndtere de "svære" snakke. Dette kan være en vigtig del af træningen, da det kan hjælpe de deltagende med at forstå trænerens rolle og betydning. Træneren bør være klar til at støtte og opmuntre de deltagende.

Flere gode spørgsmål:



Udvælg en gruppe af 3-5 deltagere

Spørg ind til aktuelle oplevelser

Find balancen mellem frekvens og kvalitet

Spørg ind til aktuelle oplevelser

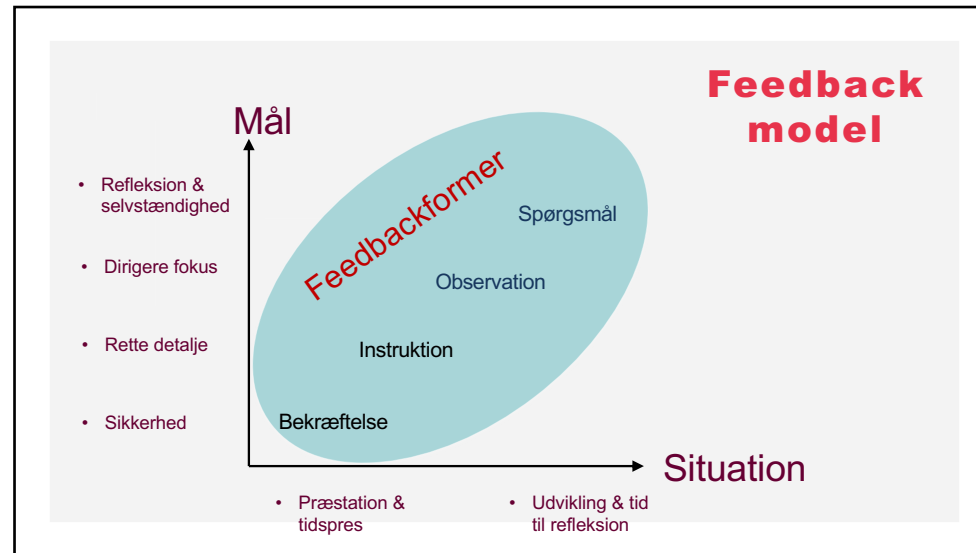
Udvælg en gruppe af 3-5 deltagere

Spørg ind til aktuelle oplevelser

Udvælg en gruppe af 3-5 deltagere

Spørg ind til aktuelle oplevelser

13



14

Når I nu skal i gang

TEAM DANMARK

15

+ FILOSOFI, TALENTFORSTÅELSE & EVIDENS	+ PSYKOLOGISK SIKKERHED	- KONKRETE PRAKSISER	= HYGGELIGE LUFTKASTELLER
+ FILOSOFI, TALENTFORSTÅELSE & EVIDENS	- PSYKOLOGISK SIKKERHED	+ KONKRETE PRAKSISER	= HOLDE IGEN, DOBBELTARTBEJDE, & MASKER
- FILOSOFI, TALENTFORSTÅELSE & EVIDENS	+ PSYKOLOGISK SIKKERHED	+ KONKRETE PRAKSISER	= RETNINGSLØST ARBEJDE
+ FILOSOFI, TALENTFORSTÅELSE & EVIDENS	+ PSYKOLOGISK SIKKERHED	+ KONKRETE PRAKSISER	= REELT MÅLRETTET UDVIKLINGSARBEJDE

16

Oplæg til diskussion

Ud fra ”ALT du bør vide”

Vælg et tema/kapitel

- Hvad er vores filosofi for det område?
- Hvad er der af evidens?
- Hvad er vores konkrete praksisser?
- Hvordan sikrer vi, det er psykologisk trygt at lege med det?

17

Eksempler

TEAM DANMARK

18

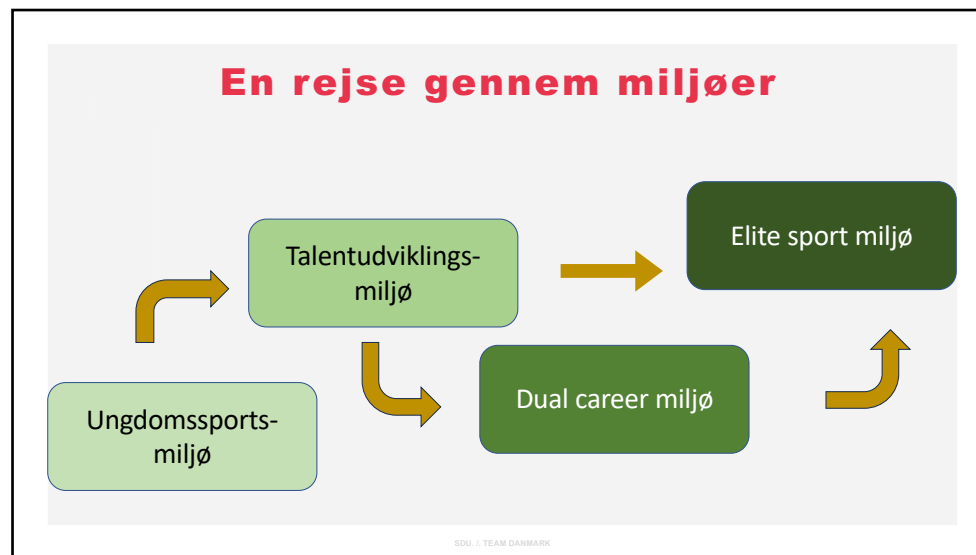
Transitioner

En rejse gennem stærke miljøer

... på denne rejse oplever atleterne ikke bare en række forskellige miljøer, men transitioner fra et miljø til et andet...

TEAM DANMARK

19




20



21

En rejse gennem miljøer



Transitions
miljø

Filosofi


- Ikke et individuelt anliggende
- Miljøet i centrum

Evidens

- Atleter er særligt sårbare under transitioner
- Nogle miljøer støtter bedre end andre

22

En rejse gennem miljøer



Transitions
miljø

Strategi / praksis

Fungerer bedst når

- Alle involverede er opmærksomme på de mange aspekter af en atlets miljø, der forandres
- Der er dialog mellem de to kontekster
- Der er dedikerede ressourcer og støtte
- Alle deler en holistisk filosofi

23

En rejse gennem miljøer

 **Transitions miljø**

Så hvad skal vores strategi og praksis være?

24

Empowerment
Vs
gæst i egen udvikling

25

Empowerment

Filosofi

- Mennesker før medaljer
- Empowerment vokser ud af kultur

Evidens

- Vi kan ikke stramt styre taktiske oplæg - og forvente de selv justerer
- En gradvis proces, hvor vækst i erkendelse, indsigt og selvforståelse går hånd i hånd med modet til at handle



TEAM DANMARK

26

Empowerment

Anbefalinger fra "ALT"

- Mere „facilitator“ og mindre „instruktør“.
- Vær nysgerrig og tal åbent om fejl
- Skab plads til, at atleterne kan tage initiativ og træffe valg
- Sæt sammen med atleterne mål for deres personlige udvikling. Tydeligt mål, at de skal lære at tage styring



TEAM DANMARK

27

Empowerment

Strategi / praksis

Så hvad skal vores strategi og praksis være?



TEAM DANMARK

28

Meningsfuldhed

29

Meningsfuldhed

Gen Z

- Opdraget til ligeværd, inddragelse og balance... og ønsker meningsfuldhed
- Møder hierarki, kontrol og fortælling om at investere alt



TEAM DANMARK

30

Meningsfuldhed

Filosofi

- Oplevelsen af meningsfuldhed støtter op om både præstationer og trivsel
- Turde forstå den nye generation

Evidens

- Meget lidt



31

Meningsfuldhed

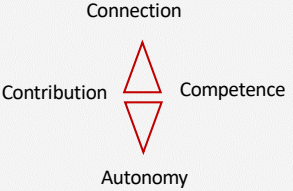
Strategi / praksis

Så hvad skal være vores strategi og praksis ift:

- Connection
- Competence
- Autonomy
- Contribution?

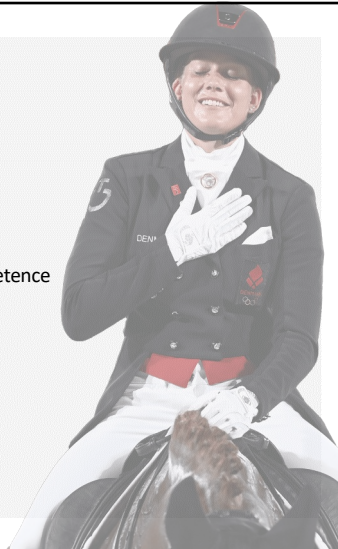
Connection

Contribution



Competence

Autonomy



TEAM DANMARK

32

Så er det bare at gå i gang 😊

Husk nysgerrighed og psykologisk tryghed

Kristoffer Henriksen



33



34