

## STOPP- modellen

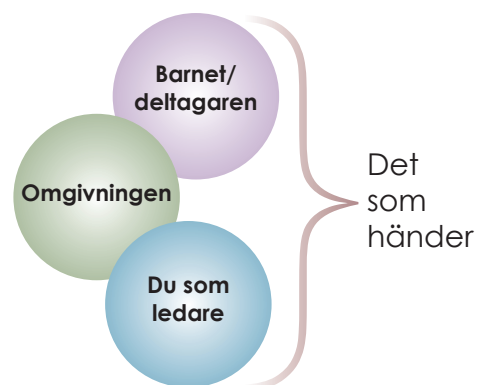
# Samtalsunderlag för dig och din förening.

## Utvärdera situationen – stoppmodellen

När det uppstår situationer som blir fel kan vi lära oss av dem genom att i efterhand utvärdera vad som hände. Ofta är det en mängd olika saker som leder fram till att en situation blir som den blir. Man kan säga att situationen skapas som ett resultat av miljön man befinner sig i och alla människor som är i den.

På en träning kan alltså du som ledare, barnen i din grupp, föräldrar, ett annat lag som tränar, grusplanen och regnet tillsammans vara orsaken till att situationen inträffar.

Allt detta kanske du inte kan göra något åt, men genom att vara medveten om vad som påverkar är det lättare att hantera det.



## Situationsanalys

**Vad hände?** Beskriv situationen kortfattat så som du uppfattade den.

### Barnet/ deltagaren

- Vad vet du om barnet sedan tidigare?
- Har barnet utmaningar med exempelvis instruktioner, tider, känslor, för hög eller låg energi, beröring, starka sinnesintryck, koncentration, sociala situationer, hantera motgångar eller något annat?

### Omgivningen

- Hur var träningslokalen/ytan? Tänk på ljud, ljus, antal människor, hur stort utrymme ni hade, tillgång på utrustning med mera.
- Hur var människorna? Publik, föräldrar, motståndare/andra som tränade, domare etcetera? Kan de ha påverkat situationen?
- Vad hände före? Fanns det saker tidigare under träningen/matchen som gjorde att det inte var optimalt, exempelvis samlingen i omklädningsrummet, någon som bröt mot en regel etc?

### Du som ledare

- Vad gjorde du?
- Hur var instruktioner, valet av övning, hur har du jobbat med positiv feedback, följde du regler och överenskommelser.

**Vilka varningssignaler kan du titta efter nästa gång?**

# Förbättringsplan

För att situationen inte ska hända igen:



Barnet/  
deltagaren

- Vad har barnet för egna styrkor du kan använda?
- Vilka behov behöver du ta hänsyn till



Omgivningen

- Hur ska träningsmiljön vara?
- Hur ska omgivande människor göra/vara?



Du som  
ledare

- Hur ska du som ledare göra?

## Finns det behov av uppföljning efter situationen?

### Barnet

- Prata med barnet för att gemensamt komma överens om hur ni ska göra.

### Träningsgruppen

- Prata med de eller dem som var med om situationen och kanske påverkade den eller blev påverkade av den.
- Gå igenom värdegrund, regler och normer med hela träningsgruppen.

### Föräldrar

- Behöver barnets föräldrar återkoppling på det som hänt?
- Behöver de andra barnens föräldrar återkoppling på det som hänt?

### Tränarkollegor

- Finns det kollegor i den egna gruppen som behöver ta del av din lärdom?
- Finns det kollegor i föreningen som behöver veta vad som hänt och kanske anpassa sitt ledarskap?

Modellen är inspirerad av Christian Bergbom ([www.pedagogisktkapital](http://www.pedagogisktkapital))  
och fritt baserat på Bo Hejlskov Elvéns böcker om lågaffektift bemötande