**COACHING AV DOMARE**

Utöver lärandeprocessen är det också viktigt att inte låta nyutbildade domare döma utan stöd och vägledning. Det är en stor psykisk påfrestning att som ung kille eller tjej stå i centrum och leda en match och dessutom ställas till svars för sina beslut av ledarna och föräldrarna. Domarna behöver någon att diskutera sådana saker med. Det är egentligen inget konstigt – föreställ dig att ett lag skulle spela en match utan tränare. Otänkbart? Varför skulle det vara annorlunda när det gäller domare?

I Sverige utbildas varje år flera tusen barn- och ungdomsdomare, men mindre än tio procent av dem fortsätter år 2. Svensk fotboll behöver fler domare, och stöd och vidareutbildning är en viktig del av arbetet för att få fram fler domare.

### **Coachning av domare**

Den största möjligheten till vidareutbildning för domare är i samband med matcher. Även om domaren kan träna rörelsemönster och bedömning via olika övningar krävs det i allmänhet skarpt läge med spelare att ta hänsyn till och situationer att koppla till för att inlärningen ska ske ordentligt.

### **Inför matchen**

Om det är första gången du ser domaren så behöver du inte coacha hen på ett specifikt sätt inför matchen. Försök i stället fokusera på hur domaren känner sig: Fråga om hen är nervös och om hen känner sig redo för uppdraget. Fråga om personen har koll på förutsättningarna och reglerna för spelformen. Poängtera gärna vikten av att springa så mycket som möjligt, vara nära situationerna, vara tydlig i agerandet och våga blåsa och ta beslut utifrån sin egen uppfattning (inte utifrån vad andra tycker).

Om det är en domare som du har sett tidigare kan det vara bra att utgå ifrån tidigare matcher och välja ut en eller två saker som personen kan försöka göra annorlunda och som du tidigare har tagit upp som en förbättringspunkt då. Se till att det inte blir för mycket instruktioner – då finns det risk att domaren blir förvirrad.

### **I periodpausen**

Tyvärr lämnas domaren ofta ensamma i pauserna, men hen behöver diskutera sina känslor och tankar och kanske få kompletterande instruktioner – precis som spelarna. Precis som när det gäller coachning före matchen bör du inte ta upp för många punkter i pauserna. Låt domaren prata och erbjud dig att svara på frågor. Om det är något stort beslut som domaren inte är nöjd med försöker du hjälpa hen att släppa den situationen så den inte stör under resten av matchen.

### **Efter matchen**

I samtalet efter matchen kan det vara värdefullt att börja med att låta domaren analysera sin egen insats. För att stärka personen och skapa ett öppet samtalsklimat är det ofta bra att börja med det positiva för att sedan gå vidare till förbättringspunkterna. Försök undvika att ta upp många detaljer. Du behöver exempelvis inte ta upp att domaren missat en frispark eller ett inkast. Däremot bör du ta upp sådant som domaren har missat flera gånger och där du kan peka på vad misstagen beror på, till exempel fel vinkel, för stort avstånd, brist på regelkunskap eller brist på mod. En bra coach letar inte fel utan jobbar för att domaren ska bli bättre i nästa match. Som coach ska du i möjligaste mån försöka presentera lösningar på det som måste förbättras.

Det är också bra om du kan hjälpa domaren att själv analysera sin insats och låta hen vara den som pratar mest under genomgången. Däremot ska du som coach styra samtalet.

Ett samtal efter matchen kan gå till så här:

#### **Vad gjorde du bra idag?**

Låt domaren berätta om det som kändes bra. Bekräfta och lägg till dina egna punkter. Var inte för ivrig med att ta upp dina egna punkter utan låt domaren tänka efter och själv komma på vad som gick bra.

#### **Är det något du tycker du kan göra bättre?**

Låt domaren berätta vad som inte kändes bra. Bekräfta och lägg till dina egna punkter. Styr domaren till att inte fokusera på oviktiga detaljer. Ställ frågor för att få igång tankarna om personen inte kommer på så många punkter. Du kan exempelvis fråga “Hur tycker du att ditt avstånd till situationerna fungerade i dag?” eller “Hur tycker du att du var placerad vid straffområdet i dag?”

#### **Hur ska du göra nästa gång?**

Låt domaren själv fundera över vad hen ska göra annorlunda. Hjälp till att hitta lösningar om personen inte själv kommer på några idéer, men ge inte alla lösningar direkt. Det är viktigt att domaren får träna på att hitta egna lösningar.

#### **Kan du sammanfatta det vi har gått igenom?**

Se till att ni har samma bild av genomgången genom att be domaren sammanfatta efteråt. Glöm inte bort att även de positiva punkterna ska tas med, inte bara förbättringspunkterna. Fyll i med det som domaren inte tar upp själv.