

Hej!

Du och dina tankar och synpunkter är viktiga för oss. Fyll i det här pappret om vad du känner för olika saker kring din träning, din/dina tränare och dina träningskompisar.



Du behöver aldrig skriva ditt namn, ingen kommer därför veta vad just du har svarat. Dina svar kommer att användas för att du och dina kompisar ska få det bättre i föreningen/klubben.

Du svarar med att göra en ring runt den gubbe som stämmer överens med vad du tycker.



Hur känner du dig när du tränar/tävlrar?

När jag går till träningen känner jag mig

När jag är på träningen känner jag mig

När jag går från träningen känner jag mig

Innan en tävling eller match känner jag mig

Under en tävling eller match känner jag mig

Efter en tävling eller match känner jag mig

Social miljö

Jag känner att jag har kompisar på träningen

Jag känner mig trygg i gruppen

Jag vågar säga vad jag tycker på träningen

Jag känner att mina kompisar lyssnar på vad jag har att säga

Jag upplever att alla får vara med i gruppen

Biljardhallen

Jag tycker att den plats vi har vår träning på är

Jag tycker att de tider vi har träning på är

Tränaren/ledaren

Jag känner mig trygg med min tränare

Jag vågar säga vad jag tycker till min tränare

Jag känner att min tränare lyssnar på vad jag har att säga

Min tränare förklarar så att jag förstår

Jag får hjälp av min tränare när jag behöver

Jag känner att min tränare ger mig beröm när jag har gjort något bra

Min tränare låter mig och mina kompisar vara med och bestämma vad vi ska göra under terminen

Träningen

Jag tycker att jag får pröva många olika saker

Jag upplever att jag får lära mig nya saker

Jag tycker att vi tränar på saker som är roligt

När jag tränar får jag göra det på den nivå som jag själv vill

Jag upplever ingen press eller stress från andra att prestera

Jag upplever att jag kan påverka min egen träning

Något mer du vill säga?

.....

.....

.....

.....

.....