

KUNSKAPSFORMER EFTER CÔTÉ & GILBERT (2009)

Professionell kunskap

- Kunskaper från olika vetenskapsområden, till exempel biomekanik, anatomi, fysiologi, sociologi, psykologi, pedagogik, didaktik (hur man lär ut).
- Specifikt idrottskunnande, till exempel grenspecifik teknik och taktik. Kunskap om material, utrustning, regler och föreskrifter.

Interpersonell kunskap

- Förmåga att kommunicera, ge feedback, inge förtroende och visa empati.
- Förmågan att inspirera, vara synlig, ställa krav och ange riktning.
- Kunskap om aktivas olika utvecklingsfaser, kapacitet och motivation.
- Lämpligt ledarskap och personlig hållning till de aktiva.

Intrapersonell kunskap

- Förmåga till självständighet och ansvar.
- Förmåga till självreflektion.
- Förmåga till kritiskt tänkande och förnyelse.

Côté & Gilberts (2009) tre kunskapsformer kan förstås som en process av professionella, interpersonella och intrapersonella kunskaper som tränare har för att utveckla de aktivas kunskaper, förtroende och karaktär i ett specifikt sammanhang.

Professionell kunskap

Den första kunskapsformen, professionell, handlar om det idrottspecifika kunnandet, det vill säga kunskap om själva idrotten, såsom grenspecifik teknik och taktik. Här ingår även kunskap om de aktivas kapacitet, utveckling och motivation samt kunskap från olika vetenskapsområden som påverkar den idrottsliga prestationen, till exempel fysiologi, biomekanik, psykologi och pedagogik.

Interpersonell kunskap

Den andra kunskapsformen, interpersonell kunskap, innefattar den sociala miljön, olika relationer och tränares metodik. Interpersonell kunskap är betydelsefull för att tränare ska kunna utveckla goda relationer med sina aktiva, men också med andra personer i verksamheten, som till exempel assisterande tränare och administrativ personal. Det kan handla om att tränare har förmågor såsom att inspirera, kommunicera och visa empati, men också att de har insikt i vilken typ av ledarskap och personlig relation som är lämplig i förhållande till sina aktiva.

Under träningar, tävlingar, matcher och läger spenderar tränare och aktiva mycket tid tillsammans. De samtalar, utformar målsättningar, delar drömmar och genomgår motgångar och framgångar tillsammans. Ofta uppstår ett stort förtroende mellan de olika parterna. Att tränare har en alltför nära relation till sina aktiva är förknippade med etiska dilemman och det framstår som betydelsefullt att tränare har insikt i vilken etisk och professionell gränsdragning som de ska ha till sina aktiva. Det här kan betraktas som en slags interpersonell kunskap.

Intrapersonell kunskap

Den tredje och sista kunskapsformen i Côté & Gilberts (2009) indelning är intrapersonell kunskap och handlar om tränares ledarskapsfilosofi och lärande. Den interpersonella kunskapen kan betraktas som en grund för reflektionen. Forskning pekar på att det är aspekter som har stor betydelse för att tränare ska kunna utforma en kvalitativ träning. Här ingår betydelsefulla aspekter såsom att tränare tar ansvar och har förmåga att kritiskt kunna reflektera över sitt ledarskap, olika handlingar, de aktivas agerande och den egna idrottens dominerande normer och värderingar. Det handlar om att tränare strävar efter att vara reflekterande praktiker i sin verksamhet, det vill säga att tränare ständigt ägnar sig åt att reflektera över vad de gör och varför de agerar på ett specifikt sätt.

Begreppet reflekterande praktiker har blivit vanligt inom skolans verksamhet för att beteckna hur lärare kontinuerligt bör reflektera över och utvärdera sin undervisning för att nå ett självreflekterande arbetssätt. Även för tränare är det betydelsefullt att stanna upp och fundera över de val som görs. Annars finns en risk att ledarskapet går på slentrian och att man gör som man alltid har gjort, utan att fundera över varför man egentligen gör på ett visst sätt. En fördjupad reflektion kan leda till nya idéer, ny kunskap och förståelse för ledarskapets komplexitet.