
Älvsjö AIK – Värdegrunds- och Trygghetskontrakt för Ideella Tränare

Gäller alla tränare från 5 mot 5 till 11 mot 11

I Älvsjö AIK står vi för våra tre värdegrundsord: glädje, gemenskap och utveckling. Som tränare är du en av de viktigaste kulturbärarna i föreningen. Du representerar klubben, laget och våra värderingar – varje träning, match och möte.

Vi är en HBTQI certifierad förening, och vi arbetar aktivt för att alla ska känna sig välkomna, trygga och respekterade – oavsett könsidentitet, könsuttryck, sexuell läggning, bakgrund eller person.

Trygghet först – du skapar ramarna

Trygghet är grunden för allt lärande, all prestation och all glädje.

Som tränare:

Du skapar en miljö där alla känner sig inkluderade, sedda och respekterade.

Du använder ett språk som är tryggt, ickekränkande och fritt från exkluderande uttryck.

Du bemöter alla spelare likvärdigt, oavsett identitet, bakgrund eller förutsättningar.

Du leder laget utan särintressen och finns för ALLA spelare i laget

Du agerar direkt om någon blir illa behandlad – du säger ifrån eller hämtar stöd.

Du är en trygg vuxen som håller lugnet även när det är pressat eller känslorna är starka.

Du säkerställer att omklädningsrum, träningar och matcher är trygga miljöer för alla.

Gemenskap – du bygger laget och kulturen

Gemenskap handlar om att skapa ett lag där alla får plats och där olikheter är en styrka.

Som tränare:

Du välkomnar alla spelare och vårdnadshavare med respekt och öppenhet.

Du bygger en kultur där spelarna stöttar varandra i både medgång och motgång.

Du visar att alla får vara sig själva i Älvsjö AIK – och att det är en tillgång.

Du kommunicerar tydligt, lyhört och respektfullt med spelare, ledare och föräldrar.

Du tar ansvar för att konflikter hanteras lugnt, sakligt och utan skuld.

Du samarbetar med andra tränare och lag i föreningen och visar respekt på IP.

Utveckling – du leder med mod, nyfikenhet och ansvar

Utveckling handlar om att både spelare och tränare vågar växa.

Som tränare:

Du planerar träningar som är trygga, lärorika och utmanande på rätt nivå.

Du ger konstruktiv feedback som stärker spelarnas självförtroende och vilja att lära.

Du uppmuntrar spelare att testa nya roller, moment och idéer.

Du visar att misstag är en naturlig del av utveckling – både för spelare och ledare.

Du tar ansvar för din egen utveckling som tränare och söker stöd när du behöver det.

Du arbetar långsiktigt och värdegrundsbaserat, inte resultatstyr.

Älvsjö IP – en gemensam plats för alla

Som tränare är du en förebild för hur vi använder och delar vår anläggning.

Som tränare:

Du säger hej till personer du möter på IP – oavsett lag, ålder eller vem de är.

Du visar hänsyn till andra lag, ledare och personer på och runt planerna.

Du hjälper spelarna att lämna planen och omklädningsrummen i fint skick.

Du ser till att material hanteras varsamt och återlämnas på rätt plats.

Du bemöter domare, funktionärer och motståndare med respekt – alltid.

Du visar att Älvsjö AIK är en klubb där alla är välkomna, oavsett vem de är.

När du bär Älvsjö AIK-kläderna

Du representerar klubben – både på och utanför planen.

Som tränare:

Du visar fair play och sportsligt beteende i alla situationer.

Du pratar respektfullt med domare, motståndare och publik.

Du håller en professionell och trygg attityd och ton mot alla även när du är frustrerad eller pressad.

Du visar att prestation och omtanke kan gå hand i hand.

Du är medveten om att ditt beteende påverkar spelarnas beteende.

Du är en förebild – varje dag

Tränare formar kulturen i hela föreningen.

Som tränare:

Du visar hur man beter sig på IP genom att vara respektfull, lugn och schysst.

Du stöttar yngre spelare och ledare och bidrar till en inkluderande föreningsmiljö.

Du visar att vi tävlar för laget – inte för egot.

Du står upp för våra värderingar även när det är svårt eller obekvämt.

Du visar att ledarskap handlar om trygghet, mod och omtanke.

Det viktigaste av allt

Att du alltid behandlar alla med respekt, värme och värdighet – både på och utanför planen.

Underskrifter

Lag: _____

Datum: _____

Tränarnas underskrifter
(Fyll på fler rader vid behov innan ni plastar in.)
