

Dommerens Bevidste Lederskab

Detaljeret programplan — prototypeforløb

Udarbejdet til præsentation for Danske Sportsdommeres bestyrelse

Uddannelsen "Dommerens Bevidste Lederskab" består af to AU-enkeltfag, der tilsammen adresserer den vertikale læring — lederskab, mentale strategier og relationer under pres — som dommerens egne forbundsuddannelser i dag ikke dækker. Forbundenes uddannelser er den horisontale læring: regler, regelhåndhævelse og teknisk dommerfærdighed. IBA's uddannelse supplerer — den erstatter ikke — forbundenes egne faglige programmer.

Hvert fag gennemføres som en kombination af fysisk og online undervisning: 2 × 2 dage fysisk i Viborg (fredag kl. 16-21, lørdag kl. 9-15) samt 4 × 3 timers online, fordelt på fire dage.

1. Fag 1 — Ledelse i Praksis

"Vil du dømme — eller blive bedømt?"

10 ECTS · Obligatorisk AU-modul · Ekstern censur

Formål

Dommeren lærer at forstå de ledelsesmæssige udfordringer, der opstår i og omkring en kamp. Målet er at kunne udøve et personligt lederskab i praksis — og vælge de metoder og tilgange, der passer bedst til situationen på og udenfor banen.

Sessionsplan

Session	Format	Modul & tema	Faglige temaer
Weekend 1 Fredag 16-21	Fysisk, Viborg	Modul 1 Ankomst & Selvindsigt	• 360° selvindsigt og adfærdsprofil • Definition af ledelse og personlig lederstil • Mindset: bedste vs. dårligste udgave • Dommerstil og personlig lederstil (klassiske ledelsesteorier om lederformer og -stil) <i>Udbytte: Du får et klart billede af din egen lederstil — og hvordan den ser ud udefra, når du står på banen.</i>
Weekend 1 Lørdag 9-15	Fysisk, Viborg	Modul 2 Vision & Gameface	• Gameface: præstationsidentitet • Innergame: tanker og indre dialog • Humanship vs. Leadership • Motivation og drivkraft — hvorfor dømmer du? (motivationsteori koblet til dommerens egen drivkraft) • Situationsbestemt ledelse — tilpasning af lederstil til den konkrete kampsituation <i>Udbytte: Du finder dit "gameface" og bliver skarpere på, hvad der egentlig driver dig, når det gælder.</i>

Session	Format	Modul & tema	Faglige temaer
Online 1 3 timer	Online	Modul 3 Fordybelse Selvindsigt og lederstil i praksis	- Opfølgning på adfærdsprofil og mindset fra Modul 1 - Træning: anvendelse af egen lederstil i konkrete dommersituationer <i>Udbytte: Du får afprøvet din lederstil på konkrete situationer, så den sidder på ryggraden næste gang det brænder på.</i>
Online 2 3 timer	Online	Modul 4 Fordybelse Præstationsidentitet & motivation	- Arbejde videre med Gameface og Innergame fra Modul 2 - Refleksion over egen motivation og drivkraft som dommer — hvad fastholder dig i faget? - Metode og opgaveskrivning: introduktion til erhvervscasen <i>Udbytte: Du bliver skarpere på, hvad der holder dig i faget — og får sat ord på din egen dommercasse.</i>
Online 3 3 timer	Online	Modul 5 Fordybelse Kommunikation & feedback	- Kommunikations- og receptionsmodel - Feedback som redskab — introduktion forud for Modul 8 <i>Udbytte: Du får konkrete redskaber til at give og modtage feedback, uden at det bliver personligt.</i>
Online 4 3 timer	Online	Modul 6 Fordybelse Vejledning & erhvervscase	- Individuel og gruppebaseret vejledning på erhvervscasen - Klargøring til forløbets afsluttende weekend <i>Udbytte: Du får sparring på din case og er klar til forløbets sidste weekend.</i>
Weekend 2 Fredag 16-21	Fysisk, Viborg	Modul 7 Energi & Nervesystem	- Præstation under pres - Stresshåndtering og restitution - Breathwork og det parasympatiske nervesystem <i>Udbytte: Du lærer at holde hovedet koldt og kroppen rolig, selv når presset er allerhøjst.</i>
Weekend 2 Lørdag 9-15	Fysisk, Viborg	Modul 8 Relationelt Lederskab	- Fra fejlfindingskultur til læring - Konstruktiv autoritet på banen - Grundlæggende konflikthåndtering i relationer omkring kampen - Præsentation af problemformulering og teorivalg til erhvervscasen <i>Udbytte: Du får autoriteten til at sætte streger, uden at du mister relationen til spillerne.</i>

Eksamen

Mundtlig eksamen + individuel erhvervscase. Casen hentes direkte fra dommerens hverdag — den studerende analyserer en konkret kampsituation med ledelsesteoretiske begreber og fremlægger handlemuligheder.

Ekstern censur · 7-trinsskala

2. Fag 2 — Coaching og Konflikthåndtering

“Innergame møder Outergame”

10 ECTS · Valgfrit AU-modul · Ekstern censur

Formål

Dommeren lærer at håndtere konflikter, der opstår i og omkring kampen. Målet er at kunne bruge redskaber som coaching, mediation og dialog i praksis — og forstå de gruppeprocesser, dommeren selv indgår i.

Sessionsplan

Session	Format	Modul & tema	Faglige temaer
Weekend 1 Fredag 16-21	Fysisk, Viborg	Modul 1 Mentale Strategier	• ABCDE-modellen i praksis • Kognitivt-emotionelt-somatisk samspil • Konflikters psykologi — konstruktive og destruktive konflikter <i>Udbytte: Du får et redskab til hurtigt at komme dig oven på en fejl — og komme tilbage i kampen mentalt.</i>
Weekend 1 Lørdag 9-15	Fysisk, Viborg	Modul 2 Mindset & Adfærd	• Håndtering af fejl og forventninger • Re-framing og indre dialog • Game scenarios: fra teori til bane • Konflikttyper, -temaer og konflikttrappen <i>Udbytte: Du lærer at genkende en konflikt, før den eskalerer — og vælge dit næste skridt med overlæg.</i>
Online 1 3 timer	Online	Modul 3 Fordybelse Mentale strategier og konfliktanalyse	• Træning i ABCDE og re-framing på egne kampsituationer • Konfliktstilttest og refleksion over egen konfliktstil <i>Udbytte: Du bliver klogere på din egen konfliktstil og kan bruge den mere bevidst i kampsituationen.</i>
Online 2 3 timer	Online	Modul 4 Fordybelse Kommunikation som redskab	• Dialog og transaktionsanalyse • Spørgeteknik og træning i åbne, nysgerrige spørgsmål <i>Udbytte: Du får spørgeteknikker, der åbner en dialog i stedet for at lukke den.</i>
Online 3 3 timer	Online	Modul 5 Fordybelse Individ og gruppe	• Personprofil og feedback • Ikke-voldelig kommunikation • Gruppedynamik — individet i fællesskabet (relevant for dommerteamet omkring kampen) <i>Udbytte: Du lærer at læse dit dommerteam bedre og spille sammen med dine kolleger, når det tæller.</i>
Online 4 3 timer	Online	Modul 6 Fordybelse Coaching som tilgang	• Introduktion til coachingredskaber: SMART og GROW • Klargøring til forløbets afsluttende weekend <i>Udbytte: Du får et par enkle coachingværktøjer, du kan bruge med det samme.</i>

Session	Format	Modul & tema	Faglige temaer
Weekend 2 Fredag 16-21	Fysisk, Viborg	Modul 7 Pressets tre dimensioner	• Ydre pres: spillere, trænere, forældre og tilskuere • Indre pres: selvkritik og frygten for fejl • Kontekstpres: kampens tempo og krav • Krisereaktioner under akut pres (klassisk kriseteori tilpasset kampsituationen) <i>Udbytte: Du lærer at skelne mellem pres udefra og pres, du selv lægger på dig — og håndtere begge dele.</i>
Weekend 2 Lørdag 9-15	Fysisk, Viborg	Modul 8 Integration & Legacy	• Konflikthåndtering og mediation i og omkring kampen • Coachtræning: individuel coaching og teamcoaching (bl.a. GOAL GRID) • Hvem vil du være som dommer? • Forankring i hverdagspraksis og forberedelse til mundtlig eksamen <i>Udbytte: Du finder din egen stil som dommer — og en konkret plan for, hvordan du håndterer konflikt i praksis.</i>

Eksamen

Mundtlig eksamen + praktisk produkt og disposition. Det praktiske produkt kan fx være en konkret dommerplan for konflikthåndtering i en kamp — en plan for, hvordan dommeren mentalt og relationelt forbereder sig.
Ekstern censur · 7-trinsskala

Opsummering

Begge fag afsluttes med mundtlig eksamen og ekstern censur, giver ECTS-point og kan indgå i en fuld Akademiuddannelse i Ledelse.

I hvert forløb indgår minimum en halv dag, hvor der trænes med skuespillere, så dommerne kan øve konkrete situationer på banen. Det er desuden intentionen at inddrage oplevelser fra andre dommere gennem oplæg fra idrætten.

Budget

Priser pr. fag:

4 fysiske undervisningsdage	4 × 18.000 kr.	72.000,- kr.
4 × 3 timer online	2 × 18.000 kr.	36.000,- kr.
2 eksamensdage	2 × 18.000 kr.	36.000,- kr.
Bøger	20 × 350 kr.	7.000,- kr.
I alt pr. fag		151.000,- kr.

Udgifter til kørsel og eventuel overnatning for IBA's undervisere faktureres 1:1 efter statens høje takst.