

OBSERVATIEBLAD

Kijk naar uitvoering en ervaren bruikbaarheid

Voor trainer of assistent. Geen namen van jongeren of persoonlijke verhalen noteren. Kies één groepje en één korte ronde. Wissel het geobserveerde groepje bij een volgend moment. Dit blad is geen gevalideerde schaal.

Moment en datum	Sportvariant en aanpassing	Werkelijke duur
_____	_____	_____

Gebruik: **G** = gezien, **N** = niet gezien terwijl er gelegenheid was, **O** = geen gelegenheid of onvoldoende zicht. Tel de letters niet op tot een mentale gezondheidsscore.

Onderdeel	G / N / O	Concreet voorbeeld
Trainer legt het doel begrijpelijk uit.	_____	_____
Trainer biedt een echte keuze of passende aanpassing.	_____	_____
Trainer geeft ruimte of één bruikbare aanwijzing.	_____	_____
Jongere probeert een gekozen actie, vraagt steun of kiest pauze.	_____	_____
Partner of groep geeft de afgesproken steun.	_____	_____
Een ongewenste reactie wordt zo nodig begrensd.	_____	_____

Vraag vrijwillig, op een rustig moment

- Wat was duidelijk of juist onduidelijk?
- Welke reactie hielp? Welke wilde je liever niet?
- Wat moet de volgende keer anders?

Samenvatting zonder herleidbare informatie

Eén aanpassing en wie die uitvoert

Bespreek verschillen tussen jouw observatie en de ervaring van jongeren. Minder zichtbare boosheid of meer hervatten bewijst geen verbeterde mentale gezondheid. Gebruik de uitkomsten om de uitvoering te verbeteren.