

# Kvindelig instruktør i Sejlerskolen – erfaringer og tips!

Stine Carlslund Nielsen  
Yachtklubben Furesøen



# Stine C. Nielsen

- Sejlet siden efteråret 2003
- Instruktør/træner siden foråret 2006
- Har sejlet og undervist i flere sejlkubber
- Underviser på DS sejlerekskole instruktør kursus
- Tidligere bestyrelsesmedlem i Yachtklubben Furesøen i 3 år
- Arbejdet som meteorolog i Weathernews med rutevejledning og tidligere Flyve meteorolog på DMI
- Har lavet et online kurserne:
  - Duelighed på dansk
  - Duelighed på engelsk
  - Vind og vejr for sejlere





Hvordan er det at være kvindelig instruktør og kvindelig sejler?

- Hvilken klub er man i?
- Hvordan er klub kulturen?
- Hvem er man som person?
- Hvilken baggrund har du?



## Hvilke udfordringer kan man støde på?

- Toilet besøg som kvinde i en båd uden toilet.
- Sejlere med forskellige følelser
- Omklædning
- Mænd der ikke kan finde ud af at det er en kvinde, der fortæller ham hvad han skal gøre
- Andre (forældre, administration, manglende kommunikation, andre sejlere)

”Når jeg sejler og underviser i sejlsport vil jeg kunne koncentrere mig om det og intet andet.”





## Klubkultur og klubmiljø

- Hvad gør klubkulturen ved vores opfattelse?
- Erfaring eller manglende erfaring
- Køn
- Alder
- Vejen til at blive instruktør – hvem spotter en kommende instruktør
- Risikovillige og villige til at fejle (turde at være sorgbare)

# Hvad får os til at blive hængende i den samme forening i mange år?

- Fællesskab
- Respekt og tilkendegivelser
- Mentor ordning for potentielle nye trænere
- Hvad er vores egen indstilling til fællesskabet?
- Hvor risikovillige er vi til at kaste os ind i fællesskabet?
- Støt og hjælp hinanden
- Det skal være sjovt ellers mister vi gnisten
- Gode aktiviteter



# Diskussion

- Diskuter med den ved siden af dig
- Hvad vil gøre, at du har lyst til at være træner/instruktør?
- Hvad kan klubberne gøre, for at du og andre har lyst til at være instruktører?
- Hvilke 3 ting gør at du har lyst til at ligge et stykke arbejde i din klub?
- Hvad er de 3 største udfordringer i din klub for at få flere gode trænere?

01:00:00





# Kvaliteter en god træner har

- Evne til at organisere
- Sociale færdigheder
- Vis engagement
- Positiv kommunikation
- Selvreflektion
- Lederskab
- Ekspertise
- Entusiasme og humor
- Lyt
- Rollemodel

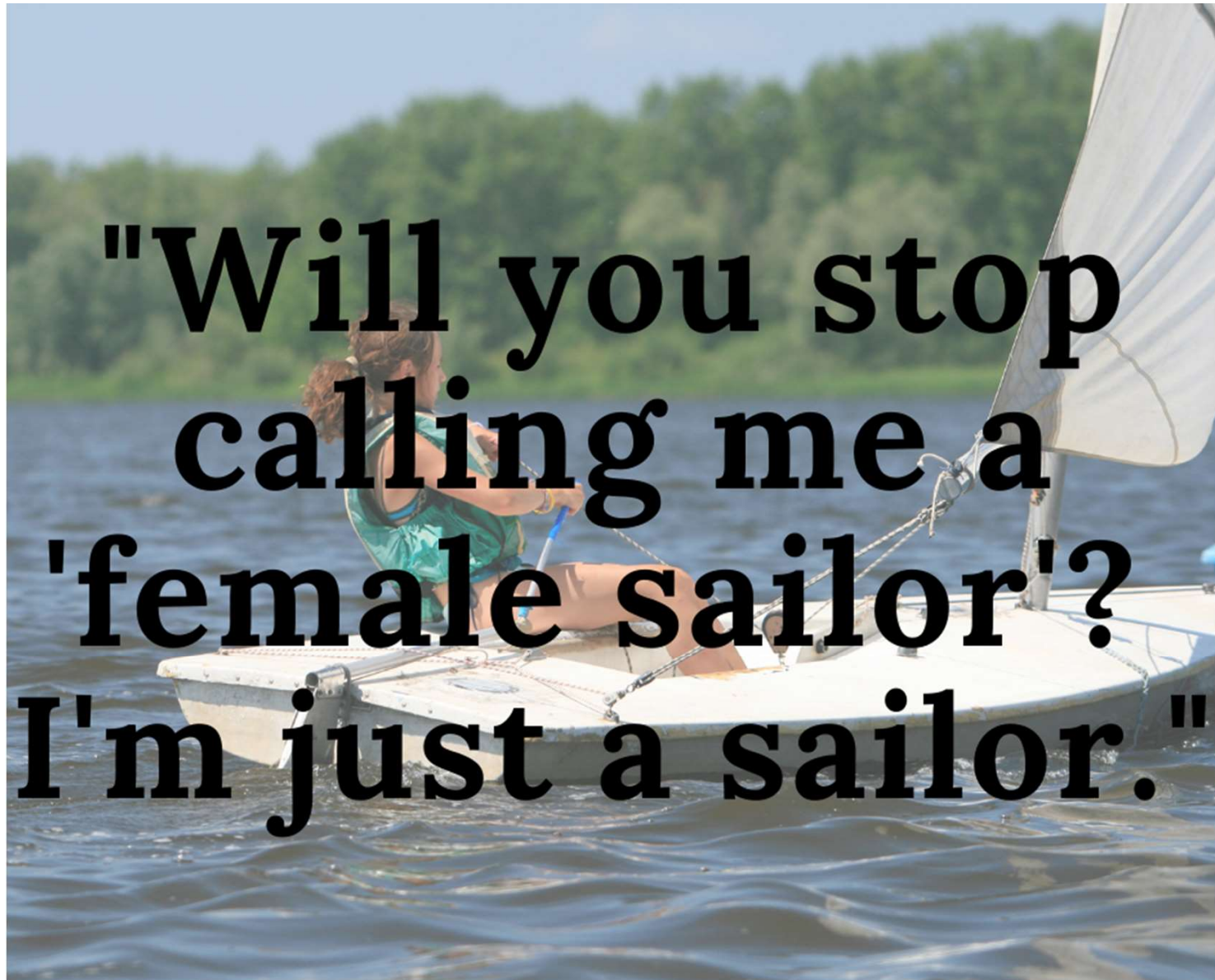


“Det har jeg aldrig prøvet før,  
så det klarer jeg helt sikkert!”

*Citat Pippi Langstrømpe*

# Tanker om fremtiden i klubberne

- Alle i de forskellige klubber tænker over hvordan man kan bidrage på en god og positiv måde til sin klub
- Vi skal være gode til at anerkende hinanden for de ting, som vi er gode til. Ros hinanden.
- Hjælp hinanden
- Find de forskelliges styrker og svagheder. Snak om det og bak hinanden op.
- Spørg andre om hvad deres største udfordringer er og hjælp dem, hvis du kan hjælpe ellers sørg for at andre kan hjælpe dem på vej.
- Læs lige dine beskeder eller mails inden du trykker send og tænk på om der er nogen omkring dig der kunne blive kede af at læse din besked



**"Will you stop  
calling me a  
'female sailor'?  
I'm just a sailor."**

# Tak for du lyttede

Jeg er klar til en vinter med masser af online dueligheds undervisning både på engelsk og dansk.

Jeg skal selvfølgelig også have et fysisk dueligheds hold.

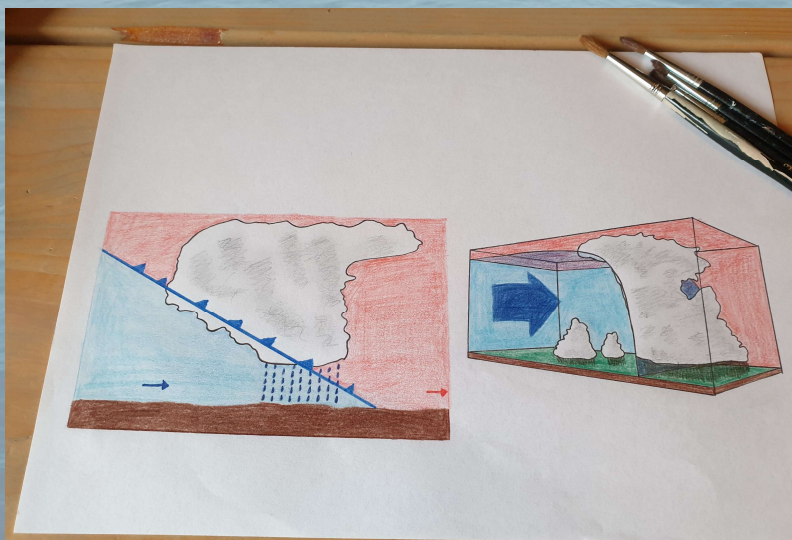
Den 22. november starter 6 ugers online vind og vejr kursus.

Hvis du vil vide mere skriv til

Stine C. Nielsen på

[scngroup@scngroup.org](mailto:scngroup@scngroup.org)

<https://www.scngroup.org/>





Spørgsmål

