

Comunicarea sportiv-antrenor

Pentru a putea stabili relatiile de comunicare dintre sportiv si antrenor, va trebui sa definim unii termeni.

Sportiv – este un cuvânt vechi dar si nou. Sensul vechi se refera la cel care era desemnat sa obtina victorii si premii in lupta. Sensul nou al cuvântului se refera la persoana care se pregateste intr-un sport

Antrenor – este persoana calificata si desemnata in conducerea sportivilor, care ii conduce pe sportivi in cadrul antrenamentelor si pe durata competitiei. El necesita sa aiba anumite cunostinte tehnico tactice specifice ramurei de sport in care profeseaza.

Sport – este un termen des folosit in activitatea sportiva pe care Epuran M. il considera ca “incluzand activitati fizice, exercitii fizice si jocuri, referitoare la orice mod de angajare, de la sportul recreativ, pentru toti, la sportul elitelor”.

Performanta – este valoare unei actiuni care poate fi individuala sau colectiva, exprimata prin numere, cifre si calificative.

Antrenamentul – conform dictionarului de “Terminologia educatiei fizice si sportului” este considerat: process pedagogic desfasurat systematic si continui gradat de adaptare a organismului omenesc la eforturile fizice”.

Comunicarea umana – se defineste ca fiind relatia prin care interlocutorii se pot intelege si influenta reciproc prin intermediul schimbului continuu de informatii, difers codificate, dar si ca proces de transmitere a informatiilor in scopul formarii reprezentarilor.

Comunicarea poate fi de doua feluri negative si pozitiva , in obtinerea unei comunicari pozitive antrenorul este obligat sa aiba un bagaj de cunostinte in afara cunostintelor de specialitate, ca de exemplu: psihologie, pedagogie, anatomie, biomecanica, filozofie etc. Un bagaj mare cultural din partea antrenorului, este necesar, din prisma lucrului ca jucatorii sunt diferiti din punct de vedere intelectual si emotional, iar el ca si sef al colectivului trebuie sa fie intales de absolute toti sportivii. Daca acest

lucru nu se realizeaza, exista posibilitatea interpretarii gresite al mesajului de catre sportiv lucru care poate afecta serios capacitatea de performanta al colectivului, creand tensiuni si distragand atentia de la principalele obiective. Sa demonstrat ca folosirea expresiilor pozitive de catre antrenor in cadrul antrenamentului si chiar al unei competitii ofera un randament crescut, permitandu-i sportivului sa ia o "gura de aer" si sa isi analizeze propriile greseli sau erori de executie. Prin expresii gen "Hai ca se poate", "nu e nimic urmatoarea faza o facem". Toate acestea fac parte din comunicarea verbala care are importanta sa, dar cum se stie la antrenament nu prea este timp de explicatii iar comunicarea verbala de cele mai multe ori este mai importanta. Fata incrunzata a antrenorului, ochi dati peste cap, semn de dezaprobare din cap si altele, in general au un effect foarte puternic asupra sportivilor. Un semn de aprobare sau o mimica a fetei pozitiva din partea antrenorului la momentul potrivit, poate sa dea sportivului, pulseul de energie necesar pentru castigarea unei competitii daca acesta se afla intr-un moment critic din punct de vedere psihic. Cunoasterea si intelegerea termenilor de specialitate din partea sportivului, poate usura foarte mult treaba antrenorului in a se face inteles. O constientizare corecta a propriilor calitati motrice si erori de tehnica si in mod special al propriului organism in combinatie cu o dorinta mare si echilibrata de performanta, poate inlesni foarte mult comunicarea sportiv antrenor.

Deoarece sportivul este agresat foarte puternic din punct de vedere fizic si psihic pe durata antrenamentelor si a competitiei in combinatie cu alte probleme: accidentari, probleme de familie etc. antrenorul de cele mai multe ori va deveni un punct de echilibru si in viata personala a sportivului formanduse relatii la fel de apropiate ca intr-o familie normala "performanta incepe din vestiar". Din aceste motive am putea spune ca antrenorul este putin obligat sa aiba o capacitate de intelegere si exprimare putin superioara sportivului. Toata lumea a auzit de antrenorii care isi abuzeaza sportivii psihic prin expresii "nu ai o treaba", "da faci si tu ceva astazi", acest gen de abuz este dezastros pe termen lung, lasand aproape inevitabil sportivul cu sechele, prin urmare influentandu-i capacitatea de efort, dorinta de sacrificiu, ajunganduse in cazuri mai extreme pan la abandonarea sportului de performanta. In sportul de performanta am putea spune ca formularea unei critici, trebuie dusa pana la gradul de arta, de a fi capabil de a formula o critica complexa, dar exprimata intr-un mod foarte simplistic pentru a se evita dupa cum

am mentionat mai sus confuzii, in cadrul colectivului de lucru (antrenor, manager, patron, etc.).

Majoritatea sportivilor pornesc cu o dorinta de afirmare de a castiga foarte mare, lucru care ii poate "intuneca" judecata in anumite momente. Din acest motiv cunoasterea unor elemente de psihologie din partea antrenorului pot ajuta la "cizelarea" acestor sentimente prin implementarea unor principii de morala, fair play. In tara noastra problemele de comunicare antrenor sportiv sunt foarte evidente. Cazurile de certuri intre sportiv antrenori fac audienta multor televiziuni si ziare desi presa este raspunzatoare si pentru lansarea sportului la nivelul la care este astazi. La un nivel de performanta mai ridicat demonstrarea unui nivel de maturitate in exprimare este aproape obligatoriu si din partea antrenorului si sportivului deoarece fiind persoane publice fiecare pas fiindule urmarit si chiar difuzat la nivel national. Cazurile "antrenorul a spus" sau "sportivul a spus" au distrus cariere intregi, probabil de aceea antrenorii si sportivii cu o dictione impecabila (Lucescu, Chivu) si cu o exprimare modesta, impun un grad ridicat de respect. Ca si concluzie am putea spune ca o comunicare buna, poate duce la cresterea performantei sportivului sau colectivului, fiind una din principalele elemente ale performantei si ca o buna comunicare antrenor sportiv face ca drumul spre inalta performanta sa fie mai usor si placut de parcurs.