
KOMUNICIRANJE Z IGRALCI

Pripravi: Jani Ivan Sajko, trener PRO



APRIL 2020

Napotki trenerjem za lažjo komunikacijo z otroki

Trenerji lahko le s pravilno komunikacijo vplivamo na svoje igralce, zato je ta izrednega pomena in mora biti ozaveščena. Ker pa poučujemo različne starostne skupine naj bo tudi komunikacija prilagojena otrokovemu razvoju. Dobro je vedeti, kdaj moramo biti na kaj pozorni in česa se ne smemo posluževati. V nadaljevanju boste prejeli nekaj osnovnih, a ključnih informacij. Poznati moramo značilnosti otrok nove generacije.

To je generacija Z (nasledniki milenijcev) – otroci rojeni nekje po letu 1995, ki jih lahko imenujemo tudi e-generacija ali generacija »digitalnih modrecev«. Nekaj pomembnih značilnosti, ki bi lahko pomagale pri poučevanju: Za njih je značilno, da so se rodili med pametnimi telefoni, tablicami, ipd. in so za razliko od milenijcev to tehnologijo odkrili sami brez navodil. So samostojni pri učenju in se za vsako vprašanje obrnejo na internet oz. potrebujejo dodatno razlago in pojasnilo. Povezanost s spletom jim je pomembna toliko kot zrak in voda. Imajo zelo slabo koncentracijo, ki je v povprečju osem sekund. Njihov inteligenčni kvocient je višji od prejšnjih generacij, raziskava Univerze v Stanfordu je pokazala, da je to zaradi kulturnega ali generacijskega prenosa.¹ Zmožni so opraviti več opravil hkrati, obvladajo 4D-razmišljanje, zato se hiper zavedajo okolice. So realisti. Hitreje odraščajo in so celo preveč zreli za svoja leta.

Kdaj trener komunicira z igralci?

- Na treningu, kjer prenaša informacije in je njegova naloga poučevanje.
- Pred tekmo, ko poda osnovne napotke in jih usmerja.
- Med tekmo, kjer bi jih trener naj samo usmerjal in popravljal.
- Med polčasom, kjer se uporabljajo samo napotki za popravljanje prej podanih usmeritev.
- Po tekmi, ko je njegova naloga igralcem pomagati ustvarjati rutino (enak pristop). Pomisliti je potrebno s kakšnimi občutki gredo igralci s terena (ne glede na izid).
- Na individualnih razgovorih z igralci in starši/zastopniki, kjer skrbi za ustvarjanje odnosa, pri identifikaciji, pri poučevanju ter prenosu in spoznavanju vrednot.

Pomembna je paraverbalna komunikacija, saj s pravilnim tonom in telesno govorico podkrepimo besedno komunikacijo in s tem dosežemo lažje razumevanje zahtev.

Starostne skupine

Dotaknili se bomo otrok med 6. in 12. letom starosti, ki jih razdelimo v 3 skupine, in sicer 6 do 8, 9 do 11 in 11 do 12 let. Zapomnimo si, da otroci do 12. leta še niso sposobni abstraktnega razmišljanja in razumevanja strokovnih izrazov. Le te je potrebno postopoma vpeljevati v trening z ustrezno razlago in prikazom.

Lastnosti komunikacije otrok **6 do 8 let:**

- ✓ Trener navodila razstavi na dele, tako da jih bodo otroci razumeli.
- ✓ Postavlja vprašanja »Kako?« in »Zakaj?«, da preveri, če je vse razumljivo. Če ni, je potrebna dodatna, bolj jasna razlaga. Če otroci razlage ne razumejo postanejo nezainteresirani, zato je potrebno na primeren način prenašati informacije.

¹ <https://si.aleteia.org/2018/04/19/generacija-z-poznate-znacilnosti-mladih-rojenih-med-letoma-1995-in-2010/> (dne, 14. 4. 2020)

- ✓ Govor mora biti jasen, kratek in brez napak.
- ✓ Otroci so v tej starosti sposobni sodelovati v skupinskem pogovoru.
- ✓ Sarkazma ne razumejo, zato ga ne uporabljamo.

Lastnosti komunikacije otrok **9 - 11 let:**

- ✓ Otroci že prepoznajo ključna navodila v govoru.
- ✓ Razumejo širši pomen (glagole, ki so vzročno posledični) in sami prepoznajo oz. iščejo zaključke.
- ✓ Razumejo kritiko in pojasnjevanje ter so sposobni to tudi uporabiti.
- ✓ Sarkazem ni učinkovita metoda komuniciranja (še vedno ga ne razumejo).

Lastnosti komunikacije otrok **11 - 12 let:**

- ✓ Prepoznajo in razumejo sarkazem (vendar se ga izogibamo).
- ✓ Poskušajo razumeti daljša in obsežna navodila, jih tudi izvajajo, vendar ne vedno na pravi način. Potrebni so popravki skozi vaje z dodatnimi razlagami.
- ✓ Otroci prepoznajo, ko jih drugi ne razumejo ter jim poskušajo dodatno obrazložiti.

Uspešna komunikacija ima svoje zakonitosti

Ko trenerji prenašamo informacije na otroke je nujno, da postavljamo vprašanja in s tem ugotovljamo ali so informacije razumeli. Po potrebi jih dodatno razložimo. Nikoli ne sklepamo o njihovem razumevanju (ne „beremo“ tujih misli). Ko komuniciramo z igralci, je nujno, da poznamo naš namen oz. cilj – kaj želimo z govorom doseči (aktivacija ali umiritev). Spustimo se na **njihovo višino**, saj komunikacije ne moremo začeti, dokler ne vzpostavimo očesnega stika. Uporabljamo razumljive besede. V želji, da bi otroku dali čim širši nabor besed, včasih uporabljamo nerazumljive. To pripelje do dveh situacij: 1. da nas otrok ne posluša, ker nas ne razume; 2. da postane zmeden, ker kljub volji in želji ne more ponoviti ali razumeti določenih besed. Če želimo podati več informacij jih **predajamo postopoma**, ker obstaja omejeno število informacij, ki jih lahko otrok sprejema, predela in razume. Povemo samo to, kar je v **danem trenutku** pomembno.



Zakonitosti komuniciranja z otroki

- 1** Vzpostavimo očesni kontakt z igralci, šele nato pričnemo s komunikacijo. Spustimo se na višino igralca.
- 2** Poznati moramo namen komunikacije oz. govora (motivacija - aktivacija, umiritev, prenos navodil, ipd.).
- 3** Tvorimo jasne in kratke stavke. Uporabljamo razumljive besede.
- 4** Informacija za informacijo - postopnost. Iskanje povratnih informacij o razumevanju.

Za uspešno komunikacijo v skupini je potrebno postaviti pravila komunikacije znotraj skupine. Vsak trener si naj postavi svoja pravila. Tukaj primer:

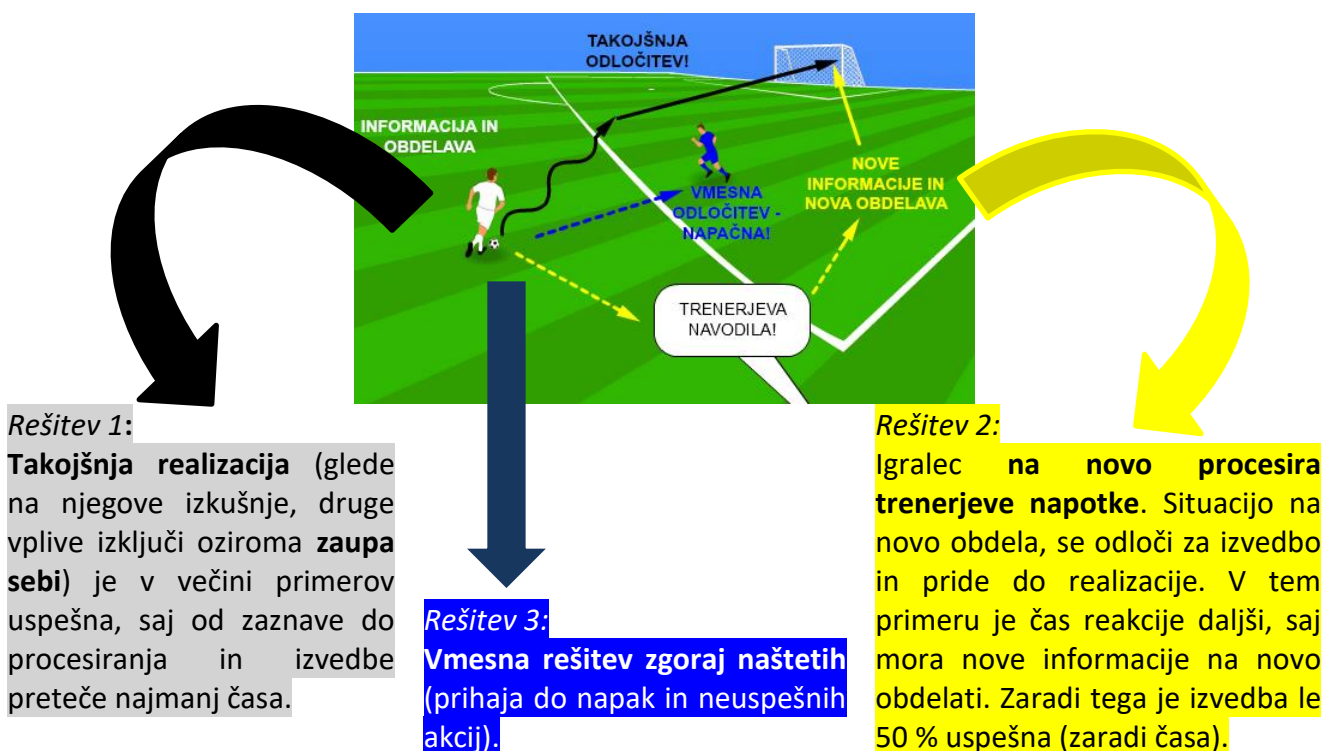
1. *Ko eden govori so ostali tiho in ga poslušajo.*
2. *Če želi kdo spregovoriti med govorom, dvigne roko in počaka.*
3. *Ne kričimo.*
4. *Smo iskreni.*
5. *Če molčimo, pomeni, da se strinjamo.*

Splošni nasveti dajanje napotkov

- Navodila so kratka in jasna.
- Podajanje informacij je afirmativno (preverjati prenos in razumevanje).
- Napotki in navodila naj bodo usmerjena na proces dela.
- Naglasite pomembne informacije in uporabljajte otrokom razumljive besede.
- Potrebno je biti natančen (PRAVILNO: »Jure pospravi klobučke.« – NAPAČNO: »Pospravite stvari.« - določimo točno kdo kaj pospravi).
- Na tekmi je potrebno VODITI in **ne** komentirati.

Kako poteka proces prenosa informacije?

Otrok **prepozna** oz. zazna situacijo (percepcija) – **obdela** podatke glede na že znane informacije, ki jih je pridobil na treningih in tekmah. V tem trenutku **prejme dodatne** informacije (s strani trenerjev, velikokrat tudi staršev in/ali gledalcev). Takrat se lahko zgodijo naslednje rešitve:



Navdih za članek je predavanje magistricе psihologije ge. Šučurović, na seminarju v organizaciji GNK Dinamo Zagreb.