

Jakou moc má trenér aneb vidina zlaté medaile

Profese sportovního trenéra a kouče je **bezpochyby velmi náročná**, klade na trenéra obrovské množství dovedností a schopností, kterými by měl disponovat. Nejtěžším úkolem však nejčastěji bývá „koučování“, neboli vedení sportovce či týmu v zápase (ve většině sportovních her). Trenér má v tomto případě obrovskou, **skutečně zásadní moc ovlivnit**, jakým směrem se bude vývoj utkání odebírat, přesněji řečeno, jaký výkon bude hráč či tým podávat.

Já se dnes na základě toho, co jsem nejen dnes (9.12.2012) před pár hodinami viděla, zaměřím na tu stinnou stránku trenérový moci, a to je negativní ovlivnění výkonu svěřence či týmu.

Určování a ovlivňování **taktiky** a regulace **psychického stavu** hráče jsou dvěma základními úkoly každého trenéra, resp. **měly by být!** Trenér v rámci regulace psychického stavu hráče může daného sportovce nabudit, zvyšovat jeho motivaci, „napumpovat“ ho svou energií a pozitivním myšlením či zklidnit a zaměřit jeho pozornost na dílčí úkoly. Bohužel však může na něj také přenést svou nervozitu, nerozhodnost, nejistotu, napětí, neschopnost racionálně myslet a rozhodovat se a negativně tak ovlivnit nejen výkon hráče ale i ten svůj.

Ptáte se proč? Ve chvíli, kdy se **necháme plně ovládnout emocemi**, které plynou z obrovské touhy vyhrát na jedné straně a velkého **strachu z neúspěchu** na straně druhé, **nejsme schopni racionálně myslet**. A když k tomu dojde u trenéra, není pak schopen např. správně přečíst hru soupeře, včas změnit taktiku svého týmu, ve správný okamžik vystřídat hráče či vzít time-out, nedokáže rozpoznat, zda je potřeba regulovat psychický stav (naladění) hráče a jakým směrem má tato regulace probíhat (pokud je hráč v euforii, apatický či nervózní, nemá smysl mu udělovat taktické pokyny, jelikož je stejně vůbec nevnímá a pak jedná unáhleně či příliš opatrně). Trenér, který je pod vlivem emocí, se také začne chovat jinak, než je u něj běžné. Mění zajetý postup (např. pořadí hráčů) bez udání důvodu, nesmyslně střídá úspěšné hráče ven a ty méně úspěšné či nepřipravené vrací do hry, **stává se spíše fanouškem, který nemá věci pod kontrolou** a „jen“ přihlíží tomu, jak mu a jeho hráčům „utíká zápas mezi prsty“. Není schopen hru zastavit, pozměnit tempo, strategii, vybudit hráče, dodat jim odvalu a vytrvalost, sám propadá beznaději a může na ostatní působit dojmem, že vlastně ani on nevěří ve vítězství. Následkem toho je tzv. „prokaučovaný“ zápas a neúspěch celého týmu. A to vše jen díky **tlaku na výsledek, vidině zlaté medaile**, která by už po několika letech mohla přijít, zvláště pak, když je to Mistrovství světa, před domácím publikem a loučení se svou trenérskou kariérou...

Toto by se skutečně stávat nemělo! Trenér má být profesionál, má tam být pro své hráče, ne oni pro něj a stejně tak, jak vyžaduje po svých hráčích, aby se soustředili na své úkoly a na svůj výkon, tak i on by se měl soustředit na ty své a měl by pracovat na svých dovednostech.



*Otázkou zůstává: **Jsem já jako trenér ochoten a schopen přijmout vědomí této obrovské moci (i té potencionálně negativní), kterou mám? Jsem já jako trenér schopen a ochoten se nad tímto zamýšlet a pracovat na této své profesní stránce?***

Možná někteří z vás v tomto textu poznali průběh dnešního finále MS nejmenovaného sportu, možná někteří z vás se mnou souhlasí a určitě mnozí z vás na mě právě nadávají. **Se vši úctou k panu trenérovi**, který má ve své kariéře bezpočet významných úspěchů a titulů a je uznávanou osobou na mezinárodním sportovním poli, musela jsem tento článek napsat. Ne proto, abych někoho urážela a poukazovala na nedostatky, ale proto, abych podpořila další trenéry k zamyšlení, k odhodlání udělat krok dál, krok k lepším výkonům nejen svých svěřenců, ale sama sebe, abych využila daného příkladu za účelem ponaučení se a vyvarování se podobným chybám. Snad se mi to alespoň částečně podařilo.

Mgr. Veronika Baláková
2012

9. 12.

www.sportpsychology.cz

