

## W KIERUNKU WARTOŚCI PODMIOTOWYCH<sup>1</sup>

Sport, a przede wszystkim jego wymiar wyczynowy jest ujmowany przez teoretyków kultury fizycznej jako obszar realizacji wartości związanych ze zwycięstwem i osiągnięciem najlepszego wyniku – człowiek pozostaje w ich cieniu. Pozycja przedmiotowa człowieka służy realizacji nadrzędnych wartości sportowych.

Sport szkolny jest obszarem szczególnej troski zarówno praktyków jak i teoretyków kultury fizycznej, bowiem przypada mu trudna rola pogodzenia celów sportowych z celami pedagogicznymi, skupionymi na człowieku i jego rozwoju. Wyjątkowa jest zatem funkcja trenera, na którym spoczywa odpowiedzialność nie tylko za wyniki sportowe ucznia, lecz przede wszystkim za kształt i rozwój jego osobowości.

To, czy trener pogodzi cele wychowawcze ze sportowymi w dużej mierze zależy od mniej lub bardziej świadomych założeń dotyczących własnej funkcji i roli w procesie wychowawczym, roli ucznia, i koncepcji relacji, jaka powinna łączyć trenera i wychowanka.

Z. Żukowska wyróżnia dwie formy współpracy trenera z wychowankiem. Trener może być osobą, która kieruje niedoświadczonym zawodnikiem, może jednak wybrać rolę towarzysza, którego obecność wspiera zawodnika w samodzielnych decyzjach. Żukowska podkreśla, że te dwie odmienne formy relacji trenera z zawodnikiem wymagają odmiennych metod współpracy między nimi<sup>2</sup>.

Dobór metod pracy trenera i umiejętność ich stosowania jest kolejnym

---

1 Czyli o zastosowaniu metody pedagogicznej Video Interaction Training (VIT) w procesie szkoleniowym drużyny ekstraklasy koszykówki Szkoły Mistrzostwa Sportowego.

Artykuł napisano w ramach badań statutowych DS.- 77 (temat: *Pedagogiczne dyscypliny kultury fizycznej w świetle antropologii filozoficznej*) finansowanych przez Ministerstwo Nauki i Informatyzacji.

2. Z. Żukowska, *Wpływ sportu na osobowość młodzieży*, (w:) Z. Krawczyk (red.), *Sport w społeczeństwie współczesnym*, Warszawa 1973, s. 212.

czynnikiem, który wpływa na równoczesną realizację wartości sportowych i pedagogicznych. W doborze owych metod, w świadomym ich wykorzystywaniu trener powinien mieć oparcie w osobie pedagoga sportu, w jego wiedzy z zakresu pedagogiki i psychologii. Pedagog sportu może wspierać trenera w jego wysiłkach tak, by w procesie wychowawczym zachowana była równowaga między realizacją wartości sportowych i pedagogicznych.

J. Kosiewicz przypisuje pedagogowi sportu dwie podstawowe funkcje. Pierwszą z nich jest określenie koncepcji pedagogicznych, które mogą być wykorzystane w pracy trenera w celu: podnoszenia kwalifikacji zawodnika, mobilizowania zespołu sportowego i poszczególnych jednostek, wpływania środkami pedagogicznymi na organizację pracy w klubie, celem osiągnięcia jak najlepszych wyników. Druga funkcja pedagoga sportu związana jest z ochroną zawodnika przed postępującą reifikacją, uprzedmiotowieniem w trakcie dążenia do osiągnięcia jak najlepszych rezultatów<sup>3</sup>

Kompetencje pedagoga sportu, pozwalają mu na stworzenie warunków, w których wychowanek będzie chroniony przed nadmierną eksploatacją, przed bezwzględny podporządkowaniem wymogom sportu wyczynowego. W ten sposób może on zabiegać o wszechstronny rozwój osobowości wychowanka i łagodzić negatywne skutki zaangażowania sportowego<sup>4</sup> Jednakże rola pedagoga sportu jest niełatwa, bowiem z jednej strony powinien on wspierać proces, w którym zawodnik osiąga jak najlepsze wyniki, z drugiej - korygować te działania, które są sprzeczne z założeniami i wartościami pedagogicznymi<sup>5</sup>

Pomimo tego, że teoretyczne postulaty mają swoje głębokie uzasadnienie, prognozy (uwzględniające realia, w których funkcjonują szkoły) dla pedagogów sportu nie są łaskawe. Przypuszcza się, że wobec braku środków finansowych i czasu (który zostanie poświęcony doskonaleniu umiejętności maksymalizujących wyniki), dla pedagoga sportu miejsca w szkołach mistrzostwa sportowego, w szkołach sportowych i klubach - nie będzie<sup>6</sup>

Wobec powyższego, warto przyrzeć się innym rozwiązaniom, które uwzględniają ograniczenia finansowe oraz czasowe zawodników i trenerów, a jednocześnie nie rezygnują z realizacji celów przypisanych pedagogowi sportu. W roku szkolnym 2002/2003 w żeńskiej drużynie koszykówki Niepublicznego Liceum Ogólnokształcącego nr 71 Szkoły Mistrzostwa Sportowego PZKosz. w Warszawie, grającej w ekstraklasie, proces szkoleniowy został wsparty nie przez pedagoga sportu, lecz przez instruktora metody pedagogicznej Video Interaction Training<sup>7</sup>

3. J. Kosiewicz, *Filozoficzne aspekty kultury fizycznej i sportu*, Warszawa 2004, s. 268.

4. Tamże, s. 269.

5. Tamże, s. 269.

6. Tamże, s. 271.

7 W latach osiemdziesiątych zespół holenderskich psychologów i pedagogów pracujących

## O metodzie *Video Interaction Training* (*Wideotreningu Komunikacji*)

Metoda *Video Interaction Training* (VIT) kształtuje umiejętności, które umożliwiają nawiązanie z drugim człowiekiem relacji opartej na poczuciu autonomii, kompetencji i godności. U podstaw metody VIT leży założenie, że udane relacje międzyosobowe stanowią fundament współpracy, budują aktywną postawę wobec rzeczywistości i silną motywację do nauki. VIT swym działaniem obejmuje przede wszystkim umiejętności, które wpływają na komunikację indywidualną, bowiem to ona ma decydujący wpływ na wytworzenie przyjaznego klimatu pedagogicznego. Wideotrening wskazuje także na zasady kierowania grupą, a także kwestie związane z organizacją lekcji i efektywnym wykorzystaniem metod nauczania czy treningu. Zakres i zastosowanie metody VIT są dostosowane do indywidualnych potrzeb i umiejętności trenera, rodzaju pomocy potrzebnej zawodnikowi lub grupie. W ramach metody VIT wykorzystywany jest materiał filmowy, który po przygotowaniu przez instruktora VIT jest następnie oglądany wspólnie z trenerem.

Trenerzy nie zawsze uświadamiają sobie, że ich styl komunikowania się ma wpływ na zachowanie zawodników. Materiał filmowy pozwala w sposób obiektywny zrozumieć rolę dialogu w procesie prowadzenia drużyny. Przebieg treningu wideo komunikacji składa się z czterech etapów.

Etap pierwszy to, prezentacja metody, czyli krótkie wprowadzenie do jej założeń teoretycznych i zapoznanie z procesem szkoleniowym. Po wprowadzeniu następuje ustalenie problemów i celów, jakie chce osiągnąć trener danej dyscypliny sportowej, (co chciałby zmienić w prowadzeniu drużyny lub zawodnika, co ma być udoskonalone, jakie efekty chciałby osiągnąć, np. skuteczne wydawanie poleceń).

---

z dziećmi i młodzieżą opracował nową, niezwykle skuteczną metodę wsparcia rodziny mającej trudności w wychowaniu dzieci. Metoda ta opiera się na analizie materiału wideo nakręconego podczas codziennych sytuacji domowych (np. wspólnych posiłków, zabaw, rozmów). Ogromna skuteczność metody wywołała duże zainteresowanie ze strony rządu holenderskiego i w efekcie obligatoryjne wprowadzenie *Video Interaction Training* (VIT) w większości placówek zajmujących się pomocą dzieciom i młodzieży w Holandii. Prężnie rozwijająca się metoda znalazła szybko zastosowanie także w szkolnictwie, szpitalnictwie, służbach socjalnych i administracyjnych. Wysokie walory metody spowodowały, że znalazła ona swoich zwolenników poza granicami Holandii. Obecnie istnieje już międzynarodowa sieć (SPIN VIT INTERNATIONAL) jednocząca trenerów VIT m.in. z: Holandii, Szkocji, Niemiec, Polski, Węgier, Słowacji oraz Stanów Zjednoczonych. W Polsce, pierwsza oficjalna prezentacja metody VIT odbyła się 5 maja 1995 roku.

Obecnie krakowska Fundacja Plus w Krakowie samodzielnie czuwa nad dalszą implantacją metody VIT w Polsce oraz utrzymywaniem wysokiego poziomu wyszkolenia trenerów prowadzących treningi wideo komunikacji. Na terenie Warszawy istnieje kilka placówek wykorzystujących Wideotrening komunikacji, m.in. Oddział Neonatologii i Intensywnej Terapii Noworodków Instytutu Matki i Dziecka, Ośrodek Wczesnej Interwencji przy ul. Pilickiej, Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna nr 1 przy ul. Świętokrzyskiej.

Etap drugi, to sfilmowanie trenera wraz z zawodnikami przez 10–15 minut, podczas rutynowych sytuacji treningowych. Trener może sam wybrać dowolny moment treningu (np. wprowadzenie nowych elementów taktycznych do gry, analiza sytuacji meczowych, odprawa).

Etap trzeci, związany jest z opracowaniem materiału filmowego do wspólnego przeglądania. Osoba prowadząca trening komunikacji wybiera fragmenty nagrania, w których komunikacja pomiędzy trenerem i drużyną lub zawodnikiem przebiega w pozytywny sposób. Fragmenty odnoszą się do ustalonych wcześniej celów i mają wesprzeć trenera w jego pracy.

Etap czwarty, to wspólna analiza nagrania. Wybrany materiał filmowy, zawierający momenty pozytywnych kontaktów oraz dobrych interakcji, jest wspólnie analizowany przez trenera i prowadzącego wideotrening. Trener na swoim własnym przykładzie zapoznaje się z właściwie rozegranymi sytuacjami i najczęściej sam (lub przy pomocy instruktora VIT) odkrywa, które zachowania powinien pielęgnować i w jaki sposób mogą one wzbogacać relacje w drużynie oraz w indywidualnej pracy z zawodnikiem. Technika wideo pozwala na zatrzymanie kadru lub obejrzenie fragmentu w zwolnionym tempie. W ten sposób trener może zaobserwować, jak reagują na jego polecenia zawodnicy, jakie są efekty stosowanych przez niego metod. Może on również zaobserwować, który z zawodników potrzebuje pomocy w wypełnianiu trudnych zadań lub w nawiązywaniu kontaktów społecznych.

Etap piąty, to kolejne nagranie treningu, które następuje po upływie tygodnia (ale nie dłużej niż dwa tygodnie). Proces ten jest powtarzany, a kończy się z chwilą osiągnięcia zakładanych celów. Zwykle wideotrening komunikacji trwa od trzech do sześciu miesięcy.

Warto zauważyć, że VIT nie jest czasochłonny dla trenera. Filmowanie odbywa się podczas rutynowej pracy, a omawianie zajmuje od ok. 30 do 60 minut, raz na dwa tygodnie. O ile trening komunikacji nie jest czasochłonny, to wymaga on jednak dużego zaangażowania i aktywnego udziału ze strony trenera.

## **VIT w szkole mistrzostwa sportowego**

Podczas rozmowy poprzedzającej pierwsze filmowanie, trener określił swoje oczekiwania wobec zastosowania metody VIT. Koncentrowały się one na podniesieniu efektywności i skuteczności wydawanych przez niego poleceń (po których zawodniczki szybko i poprawnie wykonują postawione im zadania). Jednakże w ramach metody VIT wykonanie polecenia przez zawodnika lub ucznia jest jedynie skutkiem udanej komunikacji, opartej na podmiotowym traktowaniu drugiego człowieka. Podmiotowym, czyli przede wszystkim uwzględniającym jego wolny wybór, kompetencje i indywidualne predyspozycje. VIT bazuje na założeniu, że to trener lub nauczyciel jest mo-

deratorem klimatu panującego podczas spotkań z wychowankami, on kreuje wzór komunikacji i zachowania w grupie. Dlatego też instruktor metody VIT omawia zachowanie trenera, jego predyspozycje i mocne strony, koncentruje się na nim, nie na zawodnikach. Nie jest to łatwe przeżycie i doświadczenie dla trenera, lecz owocuje umiejętnością obserwowania siebie i swoich zachowań, ich analizy i korekty. W efekcie trener po szkoleniu VIT w dużej mierze może samodzielnie i świadomie modelować swoje zachowanie.

Analiza pierwszego nagrania pokazała, że do silnych stron trenera należą:  
dzielenie uwagi na poszczególne zawodniczki;  
kontakt wzrokowy podczas wydawania poleceń;  
jasne i wyraźne wydawanie poleceń;  
chwalenie zawodniczek.

Do umiejętności wymagających udoskonalenia należało:  
wydawanie poleceń z dużej odległości od zawodniczek i w momentach, w których nie zakończyły one wcześniej wykonywanego zadania;  
wydawanie wieloznacznych komunikatów (np. oznaki niezadowolenia lub ironii wraz z poleceniem wykonania zadania);  
poświęcanie w równym stopniu uwagi elementom niepożądanym i oczekiwanym (demonstracja postaw i zagrań pozytywnych i negatywnych taktycznie).

Podczas wspólnego omawiania materiału ustalono elementy, które trener zmieni podczas kolejnego treningu, które ułatwią wymianę informacji i obustronne zrozumienie:

wstrzymanie się z wydaniem kolejnego polecenia do czasu zakończenia przez zawodniczki ćwiczenia (tak, by wyeliminować hałas i pozwolić na przygotowanie się do przyjęcia nowego zadania);  
skrócenie odległości pomiędzy trenerem a grupą przed wydawaniem polecenia;  
zajęcie miejsca, które umożliwi kontakt wzrokowy z zawodniczkami, co ułatwia koncentrację na omawianych oraz demonstrowanych przez trenera elementach;  
wyeliminowanie z demonstracji czynności niepożądanych (prezentacja jedynie zachowań oczekiwanych).

Wymienionym elementom (ich utrwaleniu i udoskonaleniu) poświęcone były kolejne dwa nagrania. Analiza nagrania trzeciego skupiona była na aktywizacji zawodniczek, kształtowaniu ich poczucia kompetencji, samodzielności i samoobserwacji. Nagrany materiał filmowy pozwolił zauważyć trenerowi, że większość komentarzy i uwag pochodzi od niego. W efekcie ustalono, że kolejny etap szkolenia będzie poświęcony kształtowaniu umiejętności związanych z umożliwieniem zawodniczkom samodzielnych komentarzy wykonywanych przez siebie elementów gry i samodzielnego wyciągania z nich wniosków.

Kolejne dwa nagrania pokazały, że zawodniczki chętniej i szybciej przyjmowały własne uwagi (również krytyczne), co miało istotny wpływ na przyswajanie i zapamiętywanie nowych zadań. Zauważono również, że oddanie inicjatywy zawodniczkom zaowocowało ich koncentracją, rozwiązywaniem pojawiających się problemów i udaną współpracą, a nie jednostkowymi dążeniami.

Podczas analizy nagrania szóstego skoncentrowano się na klimacie pedagogicznym wypracowanym przez trenera. Podczas wspólnego omawiania ustalono, że większą uwagę trener zwróci na te momenty, w których podkreśla akceptację podopiecznych, szacunek, zrozumienie, co przejawia się na poziomie komunikacji uśmiechem, pochwałą, wyrażeniem swego zrozumienia.

Dzięki zabiegom i zmianom dokonanyom podczas treningu VIT atmosfera w zespole zmieniła się na swobodniejszą i bardziej sprzyjającą wypełnianiu trudnych zadań, stawianych młodym koszykarkom.

Wartym podkreślenia jest również fakt, że od szóstego nagrania, równolegle, wideotrening komunikacji wspierał trenera także podczas meczów ligowych. Praca skoncentrowana była wokół zwięzłego, szybkiego, jasnego i spokojnego wydawania poleceń podczas przerw technicznych.

Podsumowując można stwierdzić, że VIT może pozytywnie wpłynąć na:

- wgląd w zachowanie grupy i role, jakie w niej odgrywają jej poszczególni członkowie;
- zwiększanie efektywności trenera w realizacji celów sportowych i wychowawczych;
- wsparcie trenera podczas wprowadzania zmian, rozwiązywania konfliktów oraz sytuacji stresowych, w których czuje się niepewnie;
- organizację struktury treningu;
- wytworzenie przyjaznego i bezpiecznego klimatu pedagogicznego;
- budowanie współpracy w zespole;
- rozwój samoobserwacji u trenera.

Wideotrening komunikacji może również być pomocny w rozwiązywaniu istotnych problemów we wczesnym ich stadium:

- trudności w kontakcie pomiędzy zawodnikami lub trenerem;
- przyjęcia nowego zawodnika w drużynie;
- zaburzeń zachowania zawodnika lub drużyny (konfliktu);
- wprowadzenia do drużyny nowego trenera.

### **Spostrzeżenia i uwagi trenera**

Zastosowanie wideotreningu komunikacji uświadomiło i utrwaliło we mnie wiele elementów związanych z pracą pedagogiczną trenera - często niezauważanych i niedocenianych. Z praktycznego punktu widzenia, dzięki nagraniom wideo, na własnych przykładach, mogłem przekonać się, jak ko-

rzystnie wpływają na lepsze zrozumienie poleceń, większą efektywność pracy szkoleniowej: gesty, ruchy, sposób mówienia, umiejętności odpowiedniego ustawiania się podczas wydawania komunikatu i wybór właściwego dla niego momentu.

Trening VIT pomógł mi w większym stopniu zrozumieć problem aktywizowania zawodniczek, tak, by to one rozwiązywały trudne sytuacje treningowe, czy meczowe. Łatwiej jest mi prowadzić zespół, który sam rozwiązuje wiele spraw boiskowych.

Często zapominałem, że zawodniczki same wiedzą, co mają robić, jakie błędy popełniają i co pozytywnego wnoszą do swojej gry. Swoją rolę widzę teraz w wydobywaniu od nich tej wiedzy. Zarówno wydobywanie wiedzy jak i kierowanie zespołem odbywa się w sposób niezauważalny dla zawodniczek. Dzięki takim warunkom trenujący mają przekonanie, że sami rozwiązują problemy i zagrożenia. Wcześniej kierowanie oparte było na autokratycznym stwierdzaniu i nakazywaniu.

Oczywistym faktem jest, że zawodniczki widząc moją pracę nad udoskonaleniem relacji z nimi, pozytywnie odbierały trudy i wysiłki włożone w szkolenie.

VIT wpłynął na mnie jako trenera, przyczyniając się do rozwoju osobistego oraz ukazał wiele ważnych aspektów niezwykle istotnych w pracy pedagogicznej trenera. Jestem bardzo zadowolony, że mogłem uczestniczyć w tym przedsięwzięciu.

## **Zakończenie**

Trening VIT sprzyja budowaniu relacji w zespole, opartych na wzajemnym poszanowaniu autonomii, wolnego wyboru, wzmacnia zdolności autoobserwacji, autokorekty i buduje poczucie kompetencji u trenera i zawodników. Trening komunikacji w szkole mistrzostwa sportowego wzmacnia pozycję trenera jako osoby wspierającej zawodników w samodzielnym rozwoju, budzącej ich indywidualne predyspozycje i zdolności. Zwiększenie skuteczności i efektywności zawodników nie jest celem bezpośrednim w pracy instruktora VIT. Jest wtórnym efektem zabiegów koncentrujących się wokół budowania i rozwijania indywidualności i predyspozycji każdego zawodnika.

Podnoszenie umiejętności komunikacyjnych daje możliwość zwrócenia większej uwagi i uwzględnienia sfery emocjonalnej pomiędzy zawodnikiem i trenerem sfery, w której nawiązuje się nić przyjaźni pomiędzy uczniem i nauczycielem. Przyjaźni, która jak zauważył Platon jest podstawą nauczania.

Widok trenera, który się rozwija, uczy, szuka nowych rozwiązań stanowi wzór dla drużyny. Trener, który w swej pracy dąży nie tylko do osiągnięcia wysokich wyników sportowych wychowanka, lecz stwarza mu odpowiednie

warunki do rozwoju jego osobowości i talentów - rozwija predyspozycje, które będą owocowały dłużej niż na okres kariery sportowej.

Wydaje się, że powstanie i skuteczność metody *Video Interaction Training* jest skutkiem deficytu obecnego w naszej współczesnej europejskiej kulturze. Deficyt ten dotyczy umiejętności świadomego budowania więzi międzyludzkich. W ciągłym pośpiechu, presji obowiązków gubimy z oczu człowieka, tracimy sprawność komunikacji, która uwzględnia jego potrzebę akceptacji, autonomii i kompetencji. Koncentracja na zadaniach i celach przysłania człowieka, który je realizuje, stawia go w pozycji przedmiotowej. Rzecz wymaga badań, dociekań i obserwacji, bowiem środowiska związane ze sportem łatwo ulegają owym mechanizmom. Należy podkreślić, że w ramach metody VIT szczególna waga jest przypisana umiejętnościom i ich zastosowaniu. Proces uświadamiania i poznawania ich znaczenia i konsekwencji odbywa się często już poza spotkaniami z instruktorem VIT i nierzadko trwa długie lata.

Mamy nadzieję, że przedstawiony materiał zachęci trenerów i nauczycieli wychowania fizycznego do zwrócenia większej uwagi na elementy komunikacji podczas prowadzonych zajęć. Wierzymy również, że z czasem pokazy i treningi metody VIT będą obecne w dydaktyce Akademii Wychowania Fizycznego tak, jak to ma miejsce w przypadku Wydziałów Pedagogicznych i Psychologicznych Uniwersytetu Jagiellońskiego i Uniwersytetu Warszawskiego.

## Piśmiennictwo

1. Basiaga-Pasternak J., *Psycholog w drużynie*, „Charaktery” 2001, nr 7.
2. Broszury i informatory *Fundacji Plus* w Krakowie.
3. Kosiewicz J., *Filozoficzne aspekty kultury fizycznej i sportu*, Warszawa 2004.
4. Srzednicka U., Ślęczek K., *Wideotrening komunikacji w szkole*, (w:) *Wideotrening komunikacji (Video Interaction Training) - materiały szkoleniowe*, VIT SPIN Polska, Kraków 2001.
5. Żukowska Z., *Wpływ sportu na osobowość młodzieży*, (w:) Z. Krawczyk (red.), *Sport w społeczeństwie współczesnym*, Warszawa 1973.