

PSIHOSOCIJALNI I ODGOJNI ASPEKTI INTERAKCIJE TRENERA I DJETETA SPORTAŠA

Barić Renata i Horga Smiljka, Kineziološki fakultet, Zagreb

U načinu razmišljanja suvremenog čovjeka sve je više prisutna svijest o nužnosti aktivnog načina življenja i njegovim višestrukim pozitivnim posljedicama. U svakodnevnom smo životu sve više svjedoci popularnosti sporta među djecom i mladima, a sport se promovira i kao jedna od najvrjednijih aktivnosti za djetetov motorički ali i psihološki razvoj. Bavljenje organiziranim oblicima sporta može utjecati na oblikovanje djetetove ličnosti i njegovih moralnih i socijalnih obilježja. Putem sporta dijete oblikuje i usvaja sustav vrijednosti, razvija i uči neke poželjne osobine ličnosti kao što su npr. suradljivost, asertivnost, odgovornost, upornost; usvaja neka pravila ponašanja i komunikacije, mijenja i oblikuje životne navike. Također, brojna istraživanja pokazuju da je bavljenje sportom u negativnoj vezi s nepoželjnim oblicima ponašanja, npr. delinkvencijom (Barnett, Smoll i Smith, 1992).

Masovna primjena sporta kao društvenog fenomena možda je najbolje vidljiva iz zastupljenosti sporta među djecom i mladima. Strukturirani sportski programi dio su svake kulture. U SAD se oko 20 miliona djece u dobi ispod 14 godina bavi nekim sportom, ali statistika kaže da troje od četvero djece koja se počinju sportom baviti u dobi od 6-7 godina od njega odustaju ulaskom u pubertet ili najkasnije do 15. godine (Papalia, Olds i Feldman, 1999), što je fenomen koji se sve češće proučava u okviru znanstvenih istraživanja psihologije sporta. I u Hrvatskoj, također, ogroman broj djece i mladih sudjeluje u nizu sportskih programa u okviru sportskih ili školskih sportskih klubova. Osim što je činjenica da djecu k sportu privlače sami sportski programi, natjecateljski duh i prijatelji, važan razlog bavljenja sportom djece i mladih sportaša jest i specifičan odnos kojeg grade sa svojim trenerom, kao i klima koju trener oblikuje i promovira u sportu. Prije no što se nešto detaljnije razmotri uloga trenera u procesu treninga djece i mladih, u ovom će se radu ukratko prezentirati neka osnovna razvojna obilježja djece i mladih sportaša, te će se osvrnuti na psihološku spremnost djece i mladih za natjecateljski sport.

Razvojne karakteristike djece i mladih sportaša

Kada se govori o dječjem razvoju nužno bi ga bilo razmotriti zasebno s obzirom na karakteristike pojedinih dobnih skupina koje se uključuju u sportske aktivnosti (predškolska dob, rano i srednje djetinjstvo, adolescencija) i s obzirom na pojedini razvojni aspekt (senzomotorički,

kognitivni, emocionalni, socijalni razvoj i razvoj ličnosti). Takav opsežan pregled razvojnih osobitosti djece na koje sport i tjelesna aktivnost mogu djelovati prelazi okvire ovog rada. Zadržati ćemo se samo na nekim osobitostima emocionalnog, motivacijskog, kognitivnog razvoja (čije je razvojne karakteristike vrlo teško razmatrati odvojeno) u periodu srednjeg djetinjstva i početka adolescencije, u kojem odgojni utjecaji interakcije trenera i sportaša najviše i dolaze do izražaja. Drugi je razlog što je najveći broj djece koja se bave sportom upravo iz ove razvojne skupine.

Razdoblje srednjeg djetinjstva obuhvaća djecu u dobi od 6-11/12 godina. Pri tome treba voditi računa da nije moguće jasno postaviti granice između različitih razvojnih skupina, s obzirom na to da prema različitim teorijama dječjeg razvoja postoje preklapanja. Tj. iako većina djece u dobi od 12 godina ulazi u period adolescencije, to nije apsolutno pravilo koje vrijedi za sve i za sve aspekte razvoja. Prema nekim teoretičarima razvoja (npr. psihoanalitičarima) ovaj razvojni period karakterizira razmjerna emocionalna stabilnost, u usporedbi s nekim drugim razvojnim fazama (Horga, 2000). Prema Piagetu, koji objašnjava kognitivni razvoj djece, u ovom periodu dijete se nalazi u fazi konkretnih operacija, a karakterizira ga sposobnost izvođenja mentalnih operacija koje omogućuju logičko rješavanje problema s konkretnim objektima i na česticama znanja koje dijete posjeduje (Vasta, Haith i Miller, 1997). U dobi od 12 godina započinje period formalnih operacija koji uključuje korištenje mentalnih operacija višeg stupnja, logičko rezoniranje u odnosu na apstraktne i hipotetičke događaje, ne samo na konkretne objekte, sposobnost razumijevanja mogućih, ne samo stvarnih događaja i odnosa. U ovom periodu moralni razvoj prati kognitivni, moralna načela postaju fleksibilnija, napušta se apsolutni standard dobro-loše, djeca počinju formirati vlastiti moralni kodeks i zbog tog što postaju kognitivno zreli, mogu sagledavati više različitih aspekata neke situacije, njihove su moralne prosudbe prilagodljivije, te su sposobniji razumjeti različita društvena pravila. To se odražava i na njihove socijalne odnose. Kognitivna zrelost značajan je faktor spremnosti za bavljenje sportom kod djece, a može se definirati kao stupanj zrelosti za učenje (Cecić Erpič, 2005). Mada se, što je najčešće slučaj, ne vodi računa o psihološkim aspektima spremnosti djece za uključivanje u sport, nužno bi bilo uzeti u obzir i taj kriterij. S aspekta kognitivne nezrelosti prerano uključivanje djeteta u sport i previsoki zahtjevi zbog prevelikih očekivanja trenera ili roditelja koji zahtijevaju više od aktualnih kognitivnih sposobnosti djeteta, izazivaju brojne negativne posljedice kao što su doživljaj frustracije, sniženo samopouzdanje i gubitak interesa za sport. Drugi važan faktor kognitivne spremnosti je sposobnost djetetova razumijevanja razloga sportskog nastupa (Brustad,

Babkes i Smith, 2001). Fry i Duda (1997) navode da djeca mlađa od 10-12 godina ne mogu jasno razlikovati koji faktori doprinose sportskom uspjehu (trud, motivacija, težina zadatka, sreća..). Na primjer, jedanestogodišnjaci ne mogu dobro razlikovati trud i sposobnosti kao faktore koji doprinose sportskom uspjehu ili neuspjehu, zbog čega ih mogu pogrešno atribuirati, a što se onda dugoročno može odraziti na njihovu motivacijsku strukturu.

Prema Eriksonu, period srednjeg djetinjstva obilježava težnja za postizanjem vještine, odnosno osjećaj inferiornosti ukoliko se to ne uspije. Djeca u ovoj dobi imaju prirodnu želju i potrebu ostvarivati svoje ciljeve, kontrolirati svoju okolinu, usavršavati postojeće i učiti nove vještine i to iz čiste zabave, njihova je motivacija primarno unutarnja, intrinzična. U ovoj dobi djeca prirodno traže ugodu u aktivnosti, usmjeravaju pažnju na istraživanje i uživanje, ne na rezultate i ishode (Horga, 2000).

Socijalni razvoj u ovom je periodu karakteriziran stvaranjem grupe prijatelja, većinom na osnovi zajedničkih aktivnosti, ciljeva i sličnosti između vršnjaka koji počinju biti sve važniji. Djeca formiraju i pojedinačna prijateljstva, vršnjaci postaju modeli i okvir socijalne kompetencije. Prijateljski se odnosi mijenjaju od dijeljenja igračaka (6-7godina), prema izmjeni mišljenja i dijeljenju emocija (9-10 g). do dijeljenja problema, emocionalne podrške, povjerenja i odanosti (11-12 g) (Horga, 2000). Najvažnije socijalne vrijednosti jesu pomaganje drugima, dijeljenje i suradnja i razvijaju se usporedo s vještinom natjecanja na regularnoj osnovi, uz strogo poštivanje pravila, bez laganja, varanja ili povrjeđivanja protivnika. Ovo posljednje moguće je radi brojnih negativnih socijalnih utjecaja koji mijenjaju dječje bazične potrebe.

Također, razvojnopsihološke studije pokazuju da djeca u dobi od 6 godina ne pokazuju zanimanje za usporedbu s drugima, dok socijalna usporedba postaje važna u dobi od 7. godine na dalje. Na osnovu toga moguće je zaključiti da djeca tek od te dobi postaju spremna za uključivanje u natjecateljski sport, no pod uvjetima njihovih gore navedenih socijalnih vrijednosti (Cecić Erpić, 2005).

S obzirom na razvojne osobitosti, najbolja preporuka za rad s djecom u ovoj dobi bila bi pružati im puno emocionalne podrške i uvažavanja, omogućiti im da zadovolje svoje prirodne potrebe za kompetentnošću i usavršavanjem vještina u okviru fleksibilnog okruženja igre u kojoj bi dijete moglo stvarati i istraživati, postavljati nove ciljeve ili birati između ponuđenih. U protivnom,

ukoliko ne uspije zadovoljiti navedene potrebe javit će se osjećaj inferiornosti, koji dovodi do sniženog samopouzdanja, nezadovoljstva sobom i negativno djeluje na razvoj ličnosti. Također, ukoliko dijete ne zadovolji potrebu za emocionalnom podrškom (npr. zbog hostilnih roditelja, prestrogog učitelja ili hladnog i preoštrog trenera) može se javiti reaktivna agresivnost zbog čega ga vršnjaci mogu i odbaciti. U tom slučaju postoje značajne šanse da dijete uđe u 'začarani krug', tj. da zbog nezadovoljenih potreba razvija neprilagođene oblike ponašanja, čije posljedice ponovno dovode do nezadovoljenja potreba itd.

Uloga trenera u treningu djece i mladih sportaša

Trener ne samo da djeluje na sportski razvoj mladog sportaša, već se njegovo djelovanje odražava i na ostale aspekte djetetova života (Smoll i Smith, 1989). Trener ima vrlo važnu ulogu u oblikovanju psihosocijalnog iskustva djece i mladih sportaša u okviru sporta (Brustad, Babkes i Smith, 2001), a trenerov rukovodeći stil smatra se jednim od najvažnijih faktora koji utječu na formiranje emocionalne atmosfere na treningu (Salminen i Liukkonen, 1996). Kako sport može imati važnu ulogu u razvoju djeteta i mladog sportaša, nužno je da se djeci i mladima u sportu pruži dovoljna količina pozitivnog iskustva jer se tako osiguravaju pozitivni odgojni učinci i smanjuje vjerojatnost odustajanja od sporta. Način na koji će trener strukturirati sportski kontekst, koje će ciljeve postaviti kao prioritetne i na koji način, koje će vrijednosti i stavove promovirati i oblike rukovodećeg ponašanja ispoljavati djelovati će na stupanj privlačnosti sportskog okruženja mladom sportašu. Ako ovi aspekti djeluju na formiranje sportskog iskustva kod mladog sportaša kao pozitivnog, to će djelovati na njegovu motivaciju i izbor da upravo sport bude okruženje u kojem će razvijati i potvrđivati svoje potencijale. Neupitno je da brojni treneri imaju pozitivne i poželjne motive zbog kojih se odlučuju raditi s mladim sportašima, no također je vrlo vjerojatno da mnogi nisu niti svjesni utjecaja koje njihovo ponašanje ima na sportaše, kao niti dojma kojeg ostavljaju. Slaganje trenerova percipiranog ponašanja kako ga vide sportaši i njegovih samoprocjena vlastitog ponašanja bilo predmet istraživanja većeg broja autora. Rezultati tih istraživanja pokazali su slabo slaganje tih procjena i to na način da su treneri sebe uglavnom precjenjivali, tj. doživljavali pozitivnijima u svim segmentima od procjena koje su za te segmente dali mladi sportaši (Chelladurai, 1984; Horne i Carron, 1985; Salminen i Liukkonen, 1996; Barić i Horga, 2003). Smatra se da mladi sportaši svoje percepcije trenerova ponašanja ne oblikuju izravno na osnovi trenerovih postupaka, već da je njihovo iskustvo oblikovano na temelju njihovih percepcija i doživljaja, tj. individualnih interpretacija trenerova ponašanja (Smoll i

Smith, 1984). Kognitivni i afektivni procesi oblikuju značenje koje se pridaje trenerovim postupcima, pa tako mladi sportaš ne reagira samo na informacijski sadržaj i tehničke instrukcije, već i na poruku koju trener latentno šalje načinom na koji ju prenosi, odabirom trenutka u kojem je objavljuje, a djelomično i njezinim sadržajem.

Odnos između trenera i njegovih sportaša uvijek je interaktivan, oba sudionika u odnosu međusobno jedan na drugog djeluju, što utječe na njihovo ponašanje i doživljavanje. Trener svojim ponašanjem može djelovati na oblikovanje nekih aspekata ličnosti sportaša, na njegovu motivaciju i sl., a također može imati i važan odgojni utjecaj vidljiv preko oblikovanja djetetova sustava vrijednosti, razvoja socijalnih kompetencija, navika i pravila ponašanja. Ukratko će se razmotriti svaki od ovih aspekata posebno.

Djelovanje trenerova ponašanja na ličnost i motivaciju sportaša

Kada se razmatra trenerovo ponašanje i njegov utjecaj na mladog sportaša, ono se općenito može podijeliti u dvije široke kategorije: *reaktivno i sponatno ponašanje*, a svaka od ovih kategorija obuhvaća određene obrasce ponašanja koji se javljaju nakon poželjnog ili nepoželjnog ishoda ponašanja sportaša.

Tablica 1: Prikaz trenerova rukovodećeg ponašanja u odnosu na ishode ponašanja mladih sportaša i posljedice

	Reaktivno ponašanje	Spontano ponašanje	Djelovanje na sportaše
na POŽELJNE ishode	potkrepljuje (a) (pozitivno reagira, nagrađuje ili podržava dobru izvedbu, trud, napredak, rezultat) izostanak potkrepljenja (b) (ne odgovara na dobru izvedbu, napredak i sl.)		povećava motivaciju (a,c,d,i,j,k) snižava motivaciju (b-g ako je učestalo, e,f, h)
na NEPOŽELJNE ishode	podrška nakon pogreške (c) uputa nakon pogreške (d) kazna nakon pogreške (e) (negativna reakcija, verbalna ili neverbalna) negativno intonirana uputa nakon pogreške (f) (tehnička instrukcija koja ističe sportaševu pogrešku, kritika, ismijavanje) ignoriranje pogreške ili propusta (g)		povećava samopouzdanje (a,c,k) snižava samopouzdanje (e,f,g) povećava osjećaj kompetentnosti (a,c,d,j)
nevezano	zadržavanje kontrole (h) (trener autonomno odlučuje, ne uvažava mišljenje igrača) komunikacija nevezana uz sport (i) (briga i interes za sportaševe probleme, školu; humor i sl.)	spontane tehničko-taktičke instrukcije (j) spontana podrška (k) raspodjela dužnosti i obaveza (l)	smanjuje osjećaj kompetentnosti (b,e,f,g,h) razvija povjerenje (i,j,k,l)

Iz prethodne tablice vidljivo je da postoje poželjni i manje poželjni obrasci trenerova ponašanja, s obzirom na učinke koje proizvode na planu ličnosti i motivacije mladih sportaša (Barić, 2004). Istraživanja koja su koristila neke od ovih karakteristika za procjenu trenerova ponašanja putem sistema za procjenu trenerova ponašanja - CBAS (Coach Behaviour Assessment System) (Smith i sur., 1977) su pokazala da mladi sportaši najtočnije percipiraju trenerove negativne reakcije na njihove pogreške, kažnjavanje, kao i trenerovo ponašanje koje nije izravno vezano uz sport (Smoll i Smith, 1984). Većina tih obrazaca trenerova ponašanja veže se uz negativne reakcije sportaša i razvoj neprilagođenih obrazaca ponašanja. Djeca već u dobi od 10-11 god. nadalje mogu prepoznati vlastite reakcije i shvatiti njihove uzroke. Najčešće se to povezuje s osjećajem anksioznosti i nesigurnosti koji trener svojim ponašanjem u njima posredno i neposredno izaziva. Kako to rezultira neugodnim stanjem kod mladog sportaša koje prati i niz fizioloških reakcija dominantno simpatičkog tipa, mladi sportaš dobar dio svoje energije troši hvatajući takve signale iz trenerovog ponašanja, kako bi anticipirao njegovu reakciju i poduzeo neke korake kojima bi ispravio svoje propuste i zaštitio se na neki način. Ovo osobito vrijedi kod mladih sportaša čiji treneri njeguju autoritarni stil rukovođenja, ali i kod mladih sportaša s nižom razinom samopuzdanja, bez obzira na trenerov stil. Lee i sur. (1993) pokazali su također da mladi sportaši veliku važnost pridaju trenerovom interesu za njih kao osobe, a jedna od mladim sportašima najpoželjnijih trenerovih osobina jest smisao za humor.

Ukratko se može reći da je poželjno da trenerovo ponašanje bude suportivno, da trener treba voditi računa da gradi tople interpersonalne odnose sa svojim igračima jer to pogoduje razvoju pozitivne motivacijske klime (Balaguer i sur., 2002). Pri tom treba voditi računa da u svom radu koristi pozitivna potkrepljenja, ali i konstruktivnu kritiku koja treba biti popraćena tehničkim informacijama za poboljšanje izvedbe i slijediti odmah nakon pogreške ili propusta, biti usmjerena na pozitivne posljedice koje će uslijediti nakon poboljšanja, a ne na negativne aspekte koje je pogreška proizvela. Također, trener treba izbjegavati kažnjavanje, ismijavanje, vrijeđanje i bilo kakav oblik sličnih negativnih reakcija u radu s mladim sportašima, jer to ima izuzetno nepovoljan utjecaj na razvoj njihova samopoštovanja, na njihovo samopouzdanje i osjećaj kompetentnosti. Važno je također da trener u radu s mladima bude dovoljno instruktivan, tj. da koristi primjerene metodološke postupke i sadržaje u učenju tehničko-taktičkih zahtjeva sporta. Pri tom je važno da njegove upute i objašnjenja budu što je više moguće konkretna, jer to

pozitivno djeluje i na sliku koju igrači stvaraju o svom treneru, ali i na njihovu sliku o ostalim suigračima (Smoll i Smith, 1984).

Odgojni aspekti trenerova rukovodećeg ponašanja

Svaki trener, bez obzira u kojem mu je stupnju to namjera ili nije, odgojno djeluje na svoje sportaše. Ukoliko to čini intencionalno i ukoliko su zadovoljene neke poželjne pretpostavke (npr. adekvatna razina kognitivne zrelosti sportaša, adekvatna motivacijska struktura, pozitivna motivacijska klima u ekipi/klubu i suradljivost roditelja) može se reći da postoje i optimalni uvjeti za odgojno djelovanje na mladog sportaša.

Uz obitelj i školu u kojima mladi sportaš boravi svakodnevno i provodi najviše vremena i sportsko okruženje također može imati značajan odgojni utjecaj. Trener, kao autoritet, uzor i model najutjecajniji je faktor u tom segmentu, koji kroz dijadni odnos sa mladim sportašem i pedagoški djeluje.

Jedan od načina na koji se odgojno djelovanje u sportskom okruženju može promatrati jest preko:

- a) utjecaja na oblikovanje moralnih vrijednosti sportaša
- b) utjecaja na razvoj sportaševih socijalnih kompetencija
- c) utjecaja na razvoj navika, radne discipline i sl.

Oblikovanje moralnih vrijednosti sportaša

Prema teorijama socijalnog učenja moralno rasuđivanje i moralno ponašanje razvijaju se kod djece ovisno o njihovoj socijalnoj okolini i osobnim iskustvima, a za učenje moralnih postupaka odgovorna su dva procesa: potkrepljenje, koje povećava i kazna, koja smanjuje vjerojatnost pojave ponašanja koje se odobrava/ne odobrava (Vasta, Haith i Miller, 1997). Treći važan faktor je učenje opažanjem. Djeca postepeno internaliziraju različita potkrepljenja, posljedice opaženog ponašanja i uče ih koristiti za upravljanje vlastitim ponašanjem.

U tom smislu trener predstavlja model koji ispoljava moralno poželjna ponašanja, ističe neke moralne vrijednosti i upravlja ponašanjima mladih sportaša pomoću sustava nagrada/pohvala i kazni/pokuda. Neka su istraživanja pokazala da postoji niža razina moralnog rezoniranja među mladim sportašima u odnosu na nesportaše (Shields i Bredmeier, 2001), osobito kod dječaka, što se objašnjava egocentričnim svojstvima kompetitivnog aspekta sporta. Ovakav se nalaz povezuje i sa nekim aspektima doživljavanja i ponašanja ko što je npr. povećana tolerancija na agresiju i

veća sklonost ispoljavanja različitih oblika agresivnog ponašanja. Trener u ovom segmentu može koristiti neke od postupaka s ciljem usvajanja prikladnih ponašanja i preuzimanja odgovornosti za slijedenje pravila. Najnepoželjnija je metoda *pokazivanje moći* koja uključuje naredbe, prijetnje ili tjelesnu silu, a najpoželjnija je metoda *indukcija* koja uključuje razgovor u kojem se mladom sportašu objašnjava zašto su neki postupci zabranjeni, te se djetetu ukazuje da je neki postupak mogao dovesti do štete ili neugode drugoj osobi, što izaziva osjećaj krivice (Vasta, Haith i Miller, 1997). Također, putem jasnog i transparentnog sustava pravila ponašanja na treningu i natjecanju koji definira poželjna (npr. različite oblike prosocijalnog ponašanja) i nepoželjna ponašanja (npr. agresivnost) i ističe načela fair-playa, trener može djelovati na razvoj moralnih vrijednosti. Kao i u svakom segmentu odgoja, da bi ovaj utjecaj bio snažniji, nužna je dosljednost i osobni primjer.

Poticanje razvoja socijalnih kompetencija djece sportaša

Socijalna kompetencija podrazumijeva sposobnost iniciranja i zadržavanja zadovoljavajućih odnosa sa vršnjacima i odraslima, te korištenje tih interakcija za unaprjeđenje osobne kompetencije (Katz i McClellan, 1999). Osnovne sastavnice socijalne kompetencije jesu:

- regulacija emocija – sposobnost da se reagira na zahtjeve situacije s rasponom emocija i na način koji je društveno prihvatljiv (npr. obuzdavanje frustracije);
- socijalna znanja i socijalno razumijevanje – odnosi se na poznavanje normi i glavnih socijalnih pravila grupe kojoj pojedinac pripada, odnosno na sposobnost predviđanja tuđih reakcija i preferencija i razumijevanje tuđih osjećaja (npr. usklađivanje vlastitog ponašanja sa ponašanjima drugih, pronalaženje zajedničkog jezika);
- socijalna umijeća – sposobnost prikladnog uključivanja u aktivnost ili razgovor drugih; posvećivanje pažnje drugima;
- socijalne dispozicije – različita opetovana ponašanja ili navike karakteristične za pojedinca (npr. ljubaznost, suosjećajnost; svadljivost).

Trener u ovom segmentu neposredno i posredno djeluje na socijalni razvoj djece sportaša. Jedan od osnovnih uvjeta koji predstavljaju 'plodno tlo' za ovaj tip djelovanja je odnos povjerenja sportaša i trenera, ali i trenenerov autoritet. U takvom okruženju postoje preduvjeti za iskrenu komunikaciju, razvija se međusobno poštovanje i briga za dobrobit drugog. Trener, osobito ukoliko radi u ekipnom sportu, trebao bi razvijati osjetljivost za ovu problematiku budući da ona može imati značajnih reperkusija na grupnu kohezivnost (naročito u segmentu grupne

emocionalne povezanosti), što posredno može djelovati i na sportski uspjeh. Čest je slučaj da u ekipi postoje djeca koja su izuzetno omiljena i neko koje je 'crna ovca'. Omiljena djeca koja posjeduju pozitivne socijalne atribute ('simpatična', 'privlačna'..) izazivaju pozitivne reakcije kod drugih, što doživljavaju kao potkrepljenje pa postaju još ljubaznija, simpatičnija..., imaju priliku prakticirati i dorađivati svoja socijalna umijeća i sve funkcionira po principu pozitivnog zatvorenog kruga koji se sam održava (Katz i McClellan, 1999). Suprotno tome, neomiljena djeca kreću se u negativnom zatvorenom krugu. Trener, kao autoritet i osoba od povjerenja, može znatno pomoći potonjima savjetima kako se ponašati u ekipi, može ukazati i osvijestiti neprikladna ponašanja ili izjave i pomoći podrškom i odobravanjem mladom sportašu da ih uči i nauči prepoznavati, mijenjati i pratiti njihovo djelovanje na osnovi reakcija druge djece. Općenito se preporučuje njegovati izravnu, autentičnu i otvorenu komunikaciju s puno pozitivnih primjera i prijedloga za promjenu nepoželjnih oblika ponašanja, odnosno potkrepljivanja poželjnih. Također je važno poštivanje dječjih osjećaja, uvažavanje individualnih razlika i izbjegavanje 'etiketiranja' (npr. 'nespretnjaković', 'šutljivac') koje može imati znatne negativne i dugoročne posljedice na dječji razvoj i sliku o sebi, jer najčešće djeluje kao 'proročanstvo koje se samo ispunjava'.

Trener bi trebao voditi računa i o djelovanju grupe na socijalni razvoj pojedinca, tj. iskoristiti prirodnu sklonost grupi djece ove dobi i važnost vršnjaka kako bi odgojno djelovao. U tom smislu nužno je djelovati na smanjivanje unutargrupnog suparništva, poticanje kooperativnosti i rada na zajedničkim ciljevima u okviru čega će svi moći vježbati socijalne vještine i usvajati vrijednosti. U takvom ozračju suradnje i uzajamnog podržavanja mladih sportaša trebalo bi biti vrlo jasno što su pravila ponašanja i naglašavati da je pridržavanje tih pravila u interesu svih i u interesu ostvarenja zajedničkih ciljeva. Na taj način mladi sportaši djeluju u predvidljivoj i sigurnoj okolini, što pozitivno djeluje na oblikovanje njihovih osobina ličnosti. Trener svojim primjerom i djelovanjem može kanalizirati i modulirati ove procese, a kolektivne vrijednosti, grupna pravila, vršnjački odnosi i sl. mogu postati zdravo ishodište za razvoj samostalnog, individualnog mišljenja mladog sportaša.

Razvoj navika, radne discipline i odgovornosti kroz sport

Jedno od najčešće prisutnih uvriježenih mišljenja o korisnosti sporta za djecu jest da 'sport gradi karakter', 'sport jača disciplinu i ličnost' i sl. Nešto od toga zasigurno je točno, no u kojoj će mjeri takvo djelovanje biti manifestno ovisi o samom mladom sportašu i brojnim vanjskim faktorima koji sudjeluju u procesu treninga. Odgojno djelovanje u ovom se segmentu očituje u

promjeni i oblikovanju navika mladog sportaša, te razvoj odgovornosti. Naime, sustavni sportski trening traži red, rad i disciplinu, osobito ukoliko se pretendira na razvoj uspješne sportske karijere i sportskih rezultata. To znači predanost sportu i treniranju kao obavezi, razvoj radnih navika i osobne i kolektivne odgovornosti. Mladi sportaš oblikuje vlastiti sustav vrijednosti, što mu najčešće ostaje kao trajna tekovina i transferira se i na ostale segmente njegova života, školu, odnose s prijateljima i sl. Trener bi, najbolje u dogovoru sa sportašima, na početku godine trebao formirati sustav pravila rada i sankcija za neprdržavanje takvih pravila. Participacijom mladih sportaša u ovom tipu odluka osigurava se njihova veća predanost dogovoru, veća individualna, a njome i kolektivna odgovornost. Također, na ovaj način jača i pripadnost grupi, te se znatno smanjuje mogućnost nastanka sukoba zbog nečijeg neodgovornog ponašanja, kao i razvoj negativnih emocija prema treneru ili suigračima zbog eventualnih sankcija. Također, upoznatost roditelja sa sustavom treniga i suradnja s trenerom u ovom, ali i u svakom segmentu, svakako je poželjna.

Zaključak

Ovaj bi rad možda najbolje bilo zaključiti preporukama Europskog udruženja psihologije sporta (FEPSAC) (1996) koji sumira nalaze brojnih dosadašnjih istraživanja dječjeg sporta i daje jednostavne i lako razumljive smjernice kako postupati sa mladim sportašima.

Preporuke su sljedeće:

1. Dječji bi sport trebao biti organiziran i provođen na način da primarno povećava dobrobit djeteta.
2. Kadrovi koji su uključeni u rad u području sporta djece i mladih nužno bi morali razumjeti i prihvatiti da djeca nisu mini-odrasli.
3. Subkultura dječjeg sporta trebala bi biti organizirana prema vlastitom sustavu pravila i natjecanja.
4. Djeci bi trebalo pružiti mogućnost da isprobaju različite sportove, ranu specijalizaciju trebalo bi izbjegavati.
5. Motivacijska klima usmjerena na učenje i suradnju trebala bi biti dominantna, uz naglasak na postizanju osobnih ciljeva, uživanja u učenju i razvoja novih vještina i osjećaja autonomije.
6. Odrasli bi trebali pokazivati brižnost i prihvaćanje djece, te onda kada je to prikladno poticati neovisnost i suradnju u procesima odlučivanja kod djece.

7. Treneri bi trebali redovito kontaktirati sa roditeljima. Za djecu koja su uključena u vrhunski sport roditelji bi trebali biti integralni dio sportaševa tima.
8. Osobe koje su uključene u dječji sport trebale bi imati mogućnost dodatne edukacije o dječjim potrebama, razvojnim osobitostima i pravima.
9. Odrasli koji rade s djecom u sportu morali bi znati prepoznati znakove potencijalnih problema kao što su npr. anksioznost, problemi hranjenja i sl. i tražiti stručnu pomoć ukoliko je to potrebno.

Problematika ovog rada mogla bi se obraditi na mnogo različitih načina i prema različitim aspektima djelovanja trenera, sportske aktivnosti i sportskog okruženja na djecu, tj. mlade sportaše. Buduće bi istraživačke napore trebalo usmjeriti na proučavanje faktora koji djeluju na osipanje djece iz područja sporta, te prema razvoju i primjeni programa koji će doprinijeti poboljšanju interakcije trenera i mladih sportaša.

Literatura:

- Balaguer I., Duda, J.L., Atienza, F.L. & Mayo, C. (2002). Situational and dispositional goals as predictors of perceptions of individual and team improvement, satisfaction and coach ratings among elite female handball teams. *Psychology of Sport and Exercise*, 3(4), 293-309.
- Barić, R. (2004). Klima v športu. (Magistarski rad, Sveučilište u Ljubljani) Ljubljana: Filozofska fakulteta.
- Barić R., Horga, S. (2003). Leadership of coaches-self perception vs. perception of their male and female basketball trainees. U: Selter, Reinhard (ur.), *XIth European Congress of Sport Psychology-proceedings / Copenhagen, Danska* : Institute of exercise and sport sciences, University of Copenhagen, str. 28.
- Barnett, N. P., Smoll F.L. & Smith, R.E.(1992). Effects on enhancing coach-athlete relationship on youth sport attrition. *The Sport Psychologist*, 6, 111-127.
- Brustad, R.J., Babkes, M.L., & Smith, A.L. (2001). Youth in sport: Psychological considerations. V R.N. Singer, H.A. Hausenblas & C.M. Janelle (ur.), *Handbook on sport psychology*. New York: John Wiley & Sons.
- Cecić Erpič, S. (2005). Psihološki vidiki usmerjanja otrok v kakovostni in vrhunski šport. V: JURAK, Gregor (ur.), Jurak, G., Kovač, M., Strel, J., Starc, G., Žagar, D., Cecić Erpič, S., Paulič, O., Bednarik, J., Bučar Pajek, M., Lorenci, B. Športno nadarjeni otroci in mladina v slovenskem šolskem sistemu. Ljubljana: Fakulteta za šport, Inštitut za kineziologijo; Koper: Univerzana Primorskem, Znanstveno-raziskovalno središče, Inštitut za kineziološke raziskave, Založba Annales, str. 37-53.
- Chelladurai, P.(1984). Leadership in sports. U: Silva III, J.M & Weinberg, R.S. (Ur.), *Psychological Foundations of Sport*, Champaign, IL: Human kinetics Publ., str. 329-340.
- Fry, M.D., & Duda, J.L. (1997). A developmental examination of children's understanding of effort and ability in the physical and academic domains. *Research quarterly for exercise and sport*, 68, 331-344.
- Horne, T. & Carron, A.V. (1985). Compatibility in coach-athlete relationships. *Journal of Sport Psychology*, 7, 137-149.
- Horga, S. (2000). Children in sport and physical activity: match or mismatch of needs and demands. U: R. Pišot i V. Štemberger (Ur.), *A child in motion Proceedings*, Ljubljana: Univerza v Ljubljani, 24-38.
- Katz L.G. & McClellan, D.E. (1999). *Poticanje razvoja dječje socijalne kompetencije*. Zagreb: Educa.
- Lee, M.J., Williams, V., Cox, S.A. & Terry, P. (1993). The leadership scale for sport: a modification for use with british children. U: International Pre-Olympic Congress on sport Medicine and Sport science Proceedings, Lillehamer, str. 16.

- Papalia, D.E., Olds, S.W. & Feldman, R.D. (1999). *A child's world. Infancy through adolescence*, 8th Edition. USA, McGraw-Hill Inc.
- Shields, D.L.. & Bredmeier, B.L.(2001). Moral development and behaviour in sport. U: R. N. Singer, H. A. Husenblas & C.M. Janelle (Ur.), *Handbook of sport Psychology*, 2nd Edition, New york: Yohn Wiley & Sons, str.585-603.
- Smith, R.E., Smoll, F.L. & Hunt, E.B.(1977). A system for bihevioral assessment of athletic coaches. *Research Quarterly*, 48, 401-407.
- Smoll F.L. & Smith, R.E. (1984). Leadership research in youth sports. U: Silva III, J.M & Weinberg, R.S. (Ur.), *Psychological Foundations of Sport*, Champaign, Il:Human kinetics Publ., str. 371-386.
- Smoll F.L. & Smith, R.E. (1989). Leadership behaviours in sport: a theoreticalmodel and research paradigm. *Journal of Applied Social Psychology*, 19, 1522-1551.
- Salminen S. & Liukonnen, J. (1996). Coach-athlete relationship and coaching behaviour in training sessions. *International Journal of sport Psychology*, 27, 59-67.
- Vasta, R., Haith, M.M. & Miller, S.A. (1997). *Dječja psihologija*. Jastrebarsko: Naklada Slap.