

ТРЕНЕР КАК ЛИДЕР ГРУППЫ

ТРАДИЦИОННЫЕ СТИЛИ УПРАВЛЕНИЯ

Обзор традиционных стилей управления дает рисунок 2

Рисунок 2



В чем, с точки зрения учеников, заключаются недостатки работы тренеров, инструкторов и преподавателей физкультуры?

- Недостаточный обмен информацией
- Различное восприятие специфических ситуаций
- Имеющаяся информация не находит выхода в практике, нет развития знаний
- Недостаточная эмпатия тренеров, инструкторов и учителей физкультуры

Ожидания и надежды учеников по отношению к тренерам, инструкторам и учителям физкультуры:

- Возможность постоянного диалога
- Спокойствие, оптимизм и чувство уверенности
- Мотивация
- Умение чувствовать каждого ученика
- Компетентность в своей области

Новый стиль управления – надобность и причины:

1. Концепция социальной практики дефинирует обучение как потребность развивать себя в контексте процесса социальной деятельности (а не бездумное запоминание информации, исходящей от учителей, руководителей, лидеров)
2. Предмет изучения заключается в активности, которая рождается здесь и сейчас.

NB!

КОУЧИНГ (ОТ АНГЛ. COACHING)

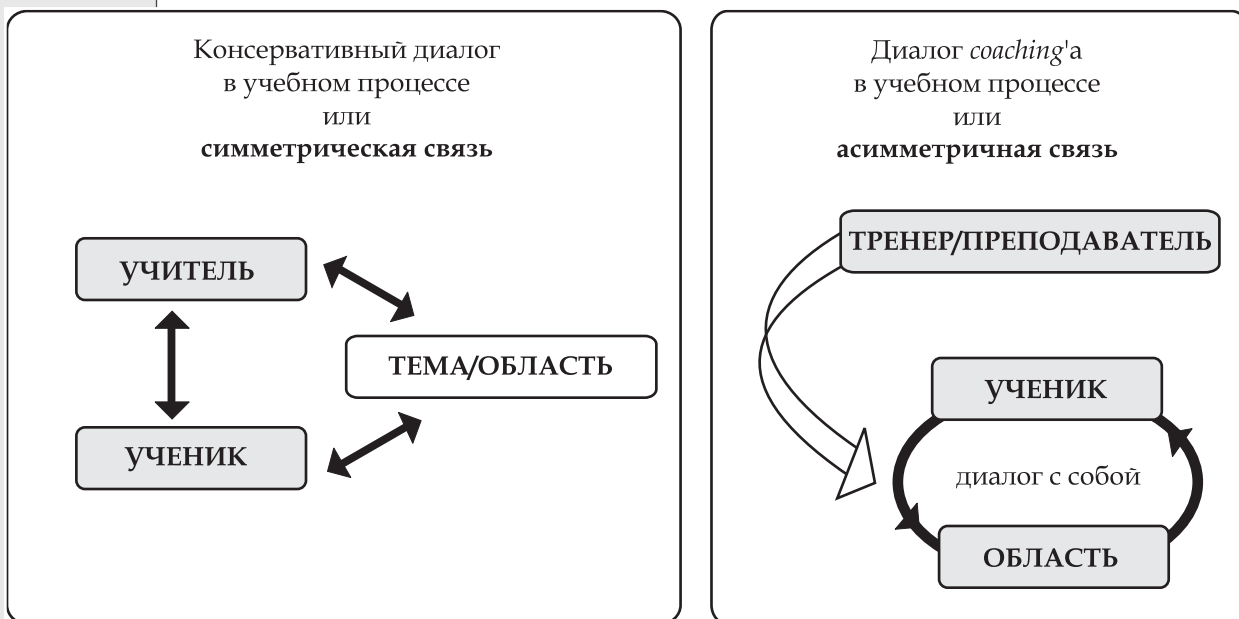
Основные принципы коучинга иллюстрирует рисунок 3.

Лидер/тренер – участник среды обучения, а не единственный властитель

Ученик/спортсмен – активный и знающий участник процесса, цели которого направлены на развитие в какой-то определенной области

Знания/спортивный уровень как результат – это опыт конкретного ученика. В зависимости от результата ученик так или иначе видит себя в обществе (то есть общество является зеркалом, в котором он отражается). Эта картина субъективна и зависит от конкретной ситуации.

Рисунок 3



ДЕФИНИЦИЯ КОУЧИНГА:

Коучинг не допускает бессмысленных приказов, а также ситуаций, когда тренер заставляет что-то делать.

Необходимая часть коучинга – ориентация руководителя на личностный рост ученика/группы учеников, а также интерес к развитию учеников, их поддержка и направление.

Коучинг – это обучение, основанное на:

1. восприятию-настроению-ощущению
2. обобщению накопленного опыта.

Основой для деятельности является адекватная передача информации, полученной из окружающей среды.

Итак: коучинг – это стиль управления, который не является обучением или инструктированием в традиционном значении этих слов. Коучинг – это непосредственное участие в процессе развития другого человека.

Этапы движения коучинга к чувственному восприятию должны быть следующими:

1. Вживание в ситуацию
2. Понимание ситуации и ее специфических факторов.
3. Интенсификация передачи своих желаний и знаний исходя из ситуации
4. Полное приобщение своих знаний/умений
5. Осознанный подход к нужности обратной связи и осознанное понимание компонентов данной области помогает более ясно почувствовать свои действия/движения

Первое требование к коучингу, как развитию компетенции: **вызвать в человеке такой интерес, который приведет к внутреннему диалогу (то есть умение запустить механизм внутренней мотивации)**

Второе требование к коучингу как развитию компетенции: **направление появившегося диалога в зависимости от объективных знаний**

ПЕРЦЕПТИВНАЯ СТОРОНА КОУЧИНГА

Возможность найти положительное решение ситуации с перцептивной стороны коучинга состоит в следующем: если сосредоточить свое внимание на тех факторах окружающей среды, которые актуальны в данный момент, к этому прибавится также физическая и духовная готовность действовать (с нахождением именно тех ответных реакций, которые будут наиболее уместны). Перцептивная сторона коучинга – это «сырье» для обобщения полученного опыта.

ОБОБЩАЮЩАЯ СТОРОНА КОУЧИНГА В ПРОЦЕССЕ ОБУЧЕНИЯ

Согласно концепции цикла развития, обучение наиболее эффективно тогда, когда оно основано на опыте «здесь и сейчас», причем когда после постановки подобной проблемы следует анализ. Вслед за анализом следует обобщение, и после этого – последний компонент цикла развития – контроль. Вслед за этим идет следующая постановка проблемы «здесь и сейчас». После чего цикл повторяется снова и снова.

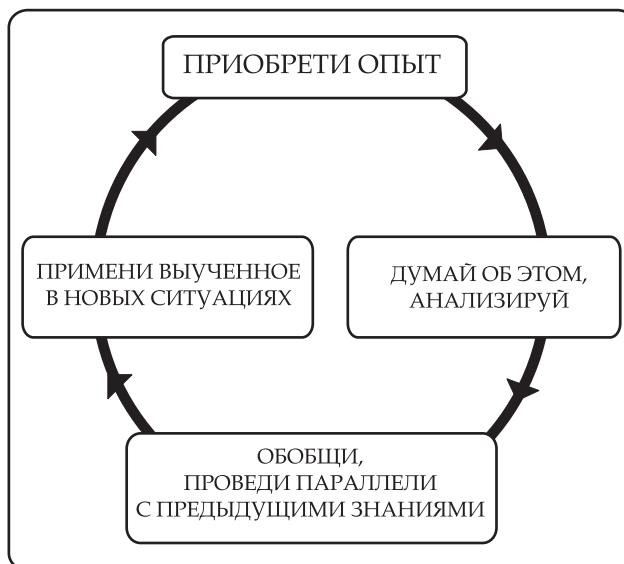


Рисунок 4

ТРЕБОВАНИЯ К УСПЕШНОМУ КОУЧИНГУ

Обычно люди привыкают к тому, что лидер либо дает однозначный совет, инструкции и требования, либо его отношение к подопечным достаточно фамильярно. Третья возможность – сама сущность коучинга – часто в современной педагогике воспринимается неправильно или же коучинг вообще неизвестен.

Первым шагом коучинга является создание диалога, а для этого требуется создание психологического контакта. Для создания психологического контакта необходимо создать:

- доверительную атмосферу
- атмосферу взаимного уважения

В работе, ориентированной на коучинг, возможно использовать техники, среди которых основными являются фокусирование, слушание и постановка вопросов. Так как лучшим критерием эффективности является обратная связь, при овладении перечисленными техниками очень важно иметь руководителя, который сможет при помощи обратной связи сообщать о потенциале или о недостатках.

1. Упражнения на фокусирование в связке с физическими упражнениями.

При выполнении упражнений на фокусирование используются также элементы идеомоторных тренировок. Фокусирование тесно связано с особенностями вида спорта.

Фокусирование на сложности: многие движения поначалу могут быть сложными и особое к ним внимание может помочь спортсмену лучше сосредоточиться на своем выступлении.

Фокусирование на дыхании: во многих видах спорта при выполнении движений следует скоординировать ритм движения с ритмом дыхания.

Фокусирование на специфике частей тела: при совершении движений следует концентрироваться на каких-либо частях тела, что помогает избежать вредных влияний.

Суть коучинга для тренера заключается в трех точно определенных техниках:

- фокусирование
- слушание
- представление вопросов

Наиболее характерной чертой коучинга (и в то же время одной из самых слабых черт многих тренеров) является техника постановки вопросов вместе с тремя ее формами

NB!

Фокусирование на последовательности движений: внимание концентрируется на определенных фазах движения бедер, рук, и т.д.

Фокусирование на факторах окружающей среды: фокусирование только внутрь себя может привести в какой-то момент к негативной реакции. В таком случае фокусирование на внешних факторах может дать положительный эффект. С одной стороны это встряхивает, а с другой – может улучшить технику (например, вслушивание в скрип снега может помочь лыжнику почувствовать технику движения)

2. Слушание

В диалоге невербальное общение столь же важно, как и вербальное. То есть следует обращать особое внимание на умение тренера слушать. Основа активного слушания состоит в том, что тренер живо интересуется тем, понимает ли спортсмен сказанное, а спортсмен, в свою очередь, чувствует себя в процессе общения эмоционально свободным и раскрепощенным.

С помощью техник слушания развивается самосознание спортсмена, что помогает ему самому понимать и чувствовать ситуации или задания и воспринимать их как побуждение к дальнейшему саморазвитию.

Пути достижения эффекта про-активного слушателя:

- Слушание выражается и через невербальные сигналы (жестикауляция, мимика)
- Повторение слов и фраз спортсмена
- Перефразирование сказанного
- Суммирование сказанного спортсменом
- Оценка мыслей и соображений, высказанных спортсменом
- Вынесение на обсуждение своих мыслей и взглядов

3. Представление трех основных вопросов, ориентированных на решение ситуации в тренерстве:

- Шкала оценки
- Вопросы возможности чуда
- Вопросы исключений

Основная идея тренерства представляет интерес при решении различных трудных ситуаций и задач, которые появляются после этого.

Шкала оценки предполагает привычку каждый раз оценивать свое выступление по определенной шкале. Оценивать можно, например, по шкале от 0 до 10 – в отдельности каждый компонент (физические возможности, технические возможности, комбинации движений, психологическая подготовка и так далее, соответственно со спецификой той или иной деятельности). Причем, каждая оценка должна быть обоснована. После составления шкалы следует поставить следующие задания, а также выяснить, что нужно сделать для того, чтобы баллы на той или иной шкале были выше.

С помощью таких шкал поднимается мотивация спортсмена к движению дальше, его не надо будет заставлять. Задачей тренера будет лишь правильно направить спортсмена и управлять, основываясь на свои знания и опыт. Это и будет означать диалог «тренерства»

Вопросы возможности чуда характеризует направленность на будущее и конкретность. Вопросы возможности чуда (например: что нужно сделать, чтобы, проснувшись завтра утром, ты стал чемпионом мира) заставляют человека мыслить в нужном направлении, а также побуждают действовать в нужном направлении. Такая позиция также помогает диалогу тренерства развиваться и совершиться чуду. По этой причине на надо заставлять спортсмена, стоит лишь направлять его.

Вопросы исключения направлены на ближайшее будущее или настоящее и их действие выражается через остроту самих исключений. Все ситуации в жизни содержат в себе исключения. С помощью соответствующих вопросов на первый план выносятся ситуация и мысли сосредотачиваются на наиболее важной

области. В свою очередь, открываются новые перспективы возможных решений, что помогает развивать диалог тренера и спортсмена.

КОУЧИНГ: ПЛЮСЫ И МИНУСЫ

Плюсы:

- Вдохновляющее и мотивирующее общение, с помощью которого открывается потенциал человека
- С помощью вопросов тренер стимулирует ученика самого искать ответы на свои вопросы
- Обучение учению, а не только приобретению знаний и выполнению приказов. Это приводит к знанию и возникновению ответственности.

Минусы:

- Скептикам отход от традиции кажется неверным
- Боязнь личной ответственности

Итак: при использовании коучинга, тренеру нужно понять и осознать, что действовать следует «здесь и сейчас». Так же надо следить за тем, чтобы поведение не стало ни фамильярным, ни авторитарным, а было бы гибким. Гибкость в данном контексте означает зарождение у подопечного желания обратиться к т.н. «помощи эксперта»

Вопросы для повторения:

1. Перечислите традиционные стили управления
2. Опишите симметричное и асимметричное отношение к учебному процессу
3. Назовите три основных техники в диалоге коучинга
4. Перечислите три основных формы постановки вопросов в коучинге
5. Каков ключевой фактор коучинга, благодаря которому этот метод перестает быть традиционным?

Blank area for writing answers to the questions.