

KLÍČOVÉ PRINCIPY PRO SPORTOVCE

Když vyhráváte, setkáte se asi s větší tolerancí vůči napjatým vztahům. Všichni mají ze sebe i spoluhráčů lepší pocit. Větší počet proher, nefér rozhodčí a rozzlobení trenéři s velkou pravděpodobností zvýší netrpělivost a frustraci vůči druhým. Pokud máte pocit, že se váš tým rozpadá zevnitř (trenéři a hráči na sebe křičí z postranní čáry), vzrůstá pocit, že při zápase či závodě nemáte šanci na úspěch.

Popište zkušenosti s tím, kdy jste měli pocit, že jste součástí opravdu skvělého týmu, který měl společnou vizi, opravdu jste dřeli a v týmu vládly výborné vztahy. Jaké nehmamatelné prvky podle vás pomohly tuto atmosféru vytvořit?

PRVKY ROZDĚLENÉHO TÝMU

| | |
|--|--|
| NEDOSTATEK VIZE | Lidé nevědí, kam jdou a proč. Vítězství nestačí. |
| PÝCHA A EGO | Chci uspět víc, než si přeji úspěch svého týmu. |
| SLABÉ VEDENÍ | Vedoucí týmu dávají matoucí nebo proti-chůdné pokyny a není zde rovnováha mezi požadavky a postojem zájmu a péče o lidi. |
| NEÚCTA | Lidé nejsou ochotni pochopit osobnostní a kulturní rozdíly a vyjít jim vstříc. |
| KRITICKÝ A NEGATIVNÍ DUCH | Povýšenost a destruktivní činy a slova zabíjejí ducha. |
| NEDOSTATEK DEFINICE ROLÍ | Není jasně komunikováno, že všichni členové týmu v něm hrají důležitou roli, ať už je to „hvězda“, trenér nebo zraněný hráč. |
| SPOLUHRÁČI, KTEŘÍ JSOU ZÁROVEŇ PROTIVNÍ | Tvrký boj o pozice se ve vztahu změní v situaci, kdy jeden vyhrává a druhý prohrává |
| NENÍ MÍSTO PRO UPŘÍMNOU KOMUNIKACI | Očekává se, že zmlknete a budete poslouchat, i když je zjevné, že se věci začínají narušovat. |
| NEDOSTATEK DŮVĚRY | Nemůžete důvěřovat druhým: musíte se postarat sami o sebe. |

Vztahy:
Jednota
v týmu

TIPY PRO BUDOVÁNÍ JEDNOTY TÝMU

| | |
|---|---|
| VYTVOŘTE VIZI PRO JEDNOTU. | Pomocí verbální a vizuální komunikace. Sepište a vyjádřete individuální a týmové cíle, které budou podporovat celek. |
| KOMUNIKUJTE OČEKÁVÁNÍ JEDNOTY. | Vyučujte důstojnost a úctu. Připravte lekce týkající se dobré komunikace. |
| VYTVÁŘEJTE ATMOSFÉRU JEDNOTY POMOCÍ LÁSKY A PŘIJETÍ. | Budte oporou při úspěchu, selhání, v těžkých chvílích i výzvách. Vytvářejte kulturu nebo postoj podpory a vykazatelnosti. |
| BUDUJTE JEDNOTU MIMO SPORT. | Naplánujte odpočinkové hry, jídlo u někoho doma, zábavné večery, týmové výlety, aktivity pro budování týmu. |
| BUĎTE PŘÍKLADEM JEDNOTY. | Budte vzorem zranitelnosti před ostatními členy týmu. Říkejte si navzájem pravdu a projevujte milost. |
| POŘÁDEJTE SETKÁNÍ JEN PRO HRÁČE. | Trenéři nebudou přítomni. Hráči si společně proberou problémy. Mezi hráči se mohou objevit vůdčí osobnosti. |

Otázky k zamyšlení

Co mohu jako sportovec nebo trenér udělat pro to, abych přispěl k jednotě týmu? Dokážete identifikovat jednu nebo dvě oblasti, které je potřeba okamžitě řešit? Jaké cíle, které vám pomohou budovat jednotu týmu, si můžete stanovit hned teď a pro další sezónu?