

## JUF 004 - KOR - problem czy wyzwanie? Rozmowa z Łukaszem Panfilem.



Jak Uczyć Futbolu  
[www.EkstraTrener.pl](http://www.EkstraTrener.pl)

Opis odcinka: [www.EkstraTrener.pl/004](http://www.EkstraTrener.pl/004)

**Przemysław Mamczak:** To jest podcast „Jak Uczyć Futbolu”, odcinek czwarty.

JINGIEL

**Przemek:** Witamy w czwartym odcinku podcastu „Jak Uczyć Futbolu”. Po raz kolejny odcinek będzie przeprowadzony w formie wywiadu. Po raz kolejny mamy dzisiaj zaproszonego gościa, ale o gościu już za chwilę, bo najpierw chcielibyśmy w zasadzie podziękować wam za bardzo pozytywny odbiór tych pierwszych odcinków. Nie spodziewaliśmy się, że aż z takim fajnym w środowisku odbiorem się spotkamy, bo komentarze, które gdzieś tam zostawialiście, które też w rozmowach prywatnych nam przekazywaliście, są naprawdę bardzo motywujące i myślę, że musimy tutaj ze swojej strony podziękować za nie - napędza nas to do dalszej pracy i ilość pobrań, ilość odsłuchań ostatniego odcinka z Andrzejem Gomołyskim motywuje do dalszego działania. No i dzisiaj mamy kolejny temat, kolejny interesujący na pewno szerokie grono trenerów, tematy związane z KORem czyli Komitetem Oszałałych Rodziców, a naszym gościem jest Łukasz Panfil. Mamy tutaj długą notkę biograficzną, rektor Wyższej Szkoły Zarządzania i Coachingu, koordynator studiów podyplomowych, wykładowca, o sobie mówi po prostu Belfer, witamy Cię Łukasz...

**Łukasz Panfil:** Witam serdecznie.

**Przemek:** A witają się z wami tradycyjnie...

**Paweł Szymański:** ...Paweł Szymański...

**Przemek:** ...i Przemysław Mamczak. To Łukasz, może dopowiedz jeszcze dwa zdania o sobie bo tak troszkę wszystko skróciłem...

**Łukasz:** Przede wszystkim dzięki wam za zaproszenie. Bardzo lubię taką formułę podcastową i uważam że ciągle za mało tego w naszym kraju jest więc fajnie, że wyszliście z taką inicjatywą. Jeśli chodzi o mnie, to większość rzeczy, którymi się zajmuję powiedziałeś. Jeszcze oprócz tego co powiedziałeś mogę dodać, że prowadzę bloga „Młody Zawodnik bez Tajemnic”, organizuje webinary dla trenerów, dla rodziców związane z aspektami głównie rozwoju i wspierania młodych zawodników, bo ten temat jest mi najbliższy. Generalnie zajmuję się edukacją dla sportu. Tak jak słusznie zauważyłeś lubię mówić o sobie Belfer i czuje się dumny z bycia Belfrem, ale nie tylko jako wykładowca, ale przede wszystkim jako organizator edukacji. Strasznie wierzę z jednej strony w pracę u podstaw, a z drugiej strony bardzo mocno wierzę w kompetencje ludzi, bo uważam, że pomijając wszystko, wszystkie projekty, instytucje, to i tak w kompetencjach ludzi tkwi ta największa siła i największa szansa dla rozwoju piłki nożnej, polskiego sportu. Jestem również autorem książki „Sportowy Wojownik”, za chwilę będę autorem kolejnej książki, ale być może powiemy o tym sobie

później. Dwa lata temu założyłem platformę e-learnigową "UpYourLevel", ale wszystko to, jak słyszycie, związane jest z tworzeniem edukacji dla sportu wartościowej, tak aby osoby, które chcą podnosić swoje kompetencje mogli to robić.

**Przemek:** Tak. Dwie kwestie dla tych, którzy po raz pierwszy może nas słuchają, informacja, że na stronie [www.ekstratrener.pl/004](http://www.ekstratrener.pl/004) znajdziecie wszystkie linki, o których Łukasz mówił, bo tych linków jest sporo, ale jak najbardziej polecamy. Sami jesteśmy uczniami Łukasza, studentami Łukasza i korzystamy też z tych e-learningowych systemów, webinary i nie tylko. Paweł myślałeś kiedyś, że będziesz ze swoim rektorem nagrywał podcast?

**Paweł:** Do tej pory w to nie wierzę, ale również bardzo się cieszę, że mamy przyjemność dzisiaj rozmawiać.

**Łukasz:** To pokazuje, że edukacja może być bardzo przyjemna, że te relacje mogą być fajne. Nie musimy tego traktować, jak się niestety w naszym kraju w dużej mierze traktuje edukację, zwłaszcza na poziomie studiów, że to jest nudne, że jest ta bariera. Wykładowcy są po jednej stronie barykady, a studenci po drugiej. To absolutnie nie musi tak wyglądać. Jeżeli wprowadzimy odpowiednie normy, odpowiednie zasady, szanujemy się wzajemnie, to jak najbardziej te relacje mogą być przyjemne. Nie tylko wartościowe, ale też przyjemne.

**Przemek:** Jasne, tak szczerze mówiąc, my nie wiedzieliśmy zapraszając Cię tutaj, że ta książka się pojawi. To jest w ogóle ciekawy zbieg okoliczności, bo my jeszcze z miesiąc temu, kiedy z Pawłem rozmawialiśmy o czym z Tobą będziemy rozmawiać, bo tych tematów naprawdę jest sporo. Myślę, że zresztą siedzimy już 2h i rozmawialiśmy o różnych tematach, co chwile przeskakując z jednego na drugi.

**Łukasz:** Reformowaliśmy piłkę nożną.

**Przemek:** Dokładnie. Było tych tematów sporo, ale jakoś tak weszliśmy w temat rodziców. Uznaliśmy, że ten temat jest ważny, będzie ważny i nad nim warto się skupić. Fajnie, że połączymy to klamrą i opowiemy na końcu o Twojej książce, którą niebawem wydasz, ale może na początek powiedz jak to z tymi rodzicami jest. Dlaczego oni są faktycznie problemem polskiej piłki i nie tylko chyba polskiej?

**Łukasz:** Ja zacznę od tego, że dla mnie nie są problemem. Przedstawiając mnie, czy zapowiadając webinar powiedziałeś o tym KORze, dla mnie KOR czy problematyka KORu jest rzeczywiście problemem, który należy rozwiązać, ale też pamiętajmy, że to nie dotyczy wszystkich rodziców. Ja wręcz uważam, że to dotyczy małej grupy rodziców, która niestety w wielu wypadkach zaczyna dominować i wtedy przyjmuje to taki obraz, jakby wszyscy rodzice byli źli i tak zaczynam trochę szufladkować wtedy rodziców. Ja uważam, że jest jak w każdej grupie społecznej, jakby porównać rodziców do grupy studentów. W grupie studentów też jest paru słabych, destrukcyjnych, paru bardzo mocnych, a zdecydowana większość jest średnich z normalnym podejściem i uważam, że dokładnie tak samo jest z rodzicami. I pytanie jest takie, kto zacznie w takiej grupie dominować? Jeżeli pozwolimy na to jako trenerzy, organizatorzy, belfrzy, by dominowali Ci destrukcyjni, no to wtedy faktycznie jest źle, bo ten obraz jest negatywny. Jeżeli natomiast doprowadzimy do tego, by Ci destrukcyjni mieli mniej do gadania, będą tłamszeni przez nas, będą przez nas edukowani, też Ci inni, Ci pozytywni rodzice będą pilnowali tego żeby aż tak się nie wychylali, to wcale nie będziemy o

aż tak dużym problemie mówili, dlatego ja jeśli chodzi o rodziców, raczej bym słowa problem nie używał. Oni są na pewno szalenie ważni, na pewno trzeba z tymi pewnymi problemami, barierami sobie radzić, ale nie w kategoriach problemu. Ja dlatego się zająłem tematyką rodziców, pomaganiem rodzicom we wspieraniu dzieciaków, bo uważam, że tam jest szalony potencjał. Możemy przyjąć i tak faktycznie jest, że najważniejszą osobą w rozwoju sportowym dziecka jest trener, ale większość czasu, większość możliwości jest po stronie rodzica. To ten odpowiednio podchodzący rodzic może zapewnić dziecku to, że się fajnie rozwinie w duchu sportowym, ale również jako człowiek. Dlatego ja w relacjach pracy z rodzicami nie koncentrowałbym się na rozwiązywaniu problemów, które nazwałęś KORem, ale na szukaniu tych pozytywnych stron, dawaniu tego pozytywnego przekazu i pokazywaniu jak rodzice są ważni w rozwoju swoich dzieciaków czy we wspieraniu tego rozwoju.

**Przemek:** Okej, gdybyśmy mieli tak zdefiniować problem - dużo o tym powiedziałaś, ale jak twoim zdaniem, z perspektywy psychologii, krzyki oraz presja ze strony rodziców oddziałują na dziecko?

**Łukasz:** Bardzo negatywnie. Jakakolwiek presja zwłaszcza ze strony rodziców jest czymś negatywnym, bo tak jak trener wywierający presję na dzieciakach, na wyniku - o tym też się dużo mówi, to też niestety działa przeciwskutecznie, bo te dzieci za bardzo są wtedy nastawione na wynik jako jedyną ważną rzecz, a przecież dobrze wiemy, że wynik jest oczywiście ważny, ale nigdy nie jest ważniejszy od samych starań się o to żeby się rozwijać, żeby bawić się, żeby dochodzić do tego wyniku. Bardziej koncentrując się na drodze, aniżeli na rezultacie. Tak samo jest w przypadku rodziców i rodzice często chcąc dobrze, bo de facto kibicując swoim dzieciakom chcą dobrze, chcą żeby wygrało, a przez to, że nie mają pewnej świadomości, a sport jednak kojarzy im się ze sportem jaki widzimy w mediach - tym profesjonalnym, gdzie wynik jest rzeczą najważniejszą i kluczową. Mają takie przeświadczenie, że faktycznie muszą być dobre wyniki też na poziomie dziecka i młodzieżowca, żeby później wyniki sportowe były w przyszłości. Poza tym, to jest to, o czym ja kiedyś w artykule napisałem. Rodzic zawsze pełni trzy role w stosunku do swojego dziecka. Zawsze jest rodzicem - szalenie ważna rola, która powoduje, że nigdy nie będzie w pełni obiektywny wobec swojego dziecka. Musimy to zrozumieć i uszanować, bo to jest całkiem naturalne. Jest też kibicem, bo każdy z nas jest kibicem. Ja się śmieję, że mogę o analizie gry, o sporcie profesjonalnym obiektywnie rozmawiać, ale kiedy zaczynam mówić o Manchesterze United, który bardzo lubię, to już ten poziom obiektywizmu nieco się zmniejsza, bo pojawiają się dodatkowe emocje i już ta rozmowa jest zupełnie inna. A tym bardziej jest tak z rodzicami, którzy w przypadku tego dzieciaka chcą żeby się rozwijało, żeby strzelało bramki, żeby jego zespół wygrywał cały czas, a często nie mają świadomości jak wiele złego przez to mogą zrobić chcąc dobrze. Będę to często podkreślał: chcą dobrze! I trzecia rola jaką rodzice pełnią to taki ekspert. Każdy z nas jest ekspertem piłki nożnej, bo wszyscy Polacy są ekspertami i teraz zobaczcie... Problem jest wtedy, kiedy taki rodzic czy grupa rodziców, którzy są rodzicami, kibicami i ekspertami zacznie dominować, zacznie się wzajemnie kumulacja, złączą się wszyscy nakręcać i wtedy właśnie mamy te krzyki, bo do jednego rodzica dołączają kolejni, kolejni i to się wszystko nakręca. Powinniśmy oczywiście nad tym pracować, ale te takie najbardziej skrajne przypadki bardzo skrajnie też rozwiązywać. Natomiast głównie powinniśmy się nastawić na uświadamianie rodziców. Pokazanie im ile złego to powoduje. Te dzieciaki przez to, że oni się nastawiają na wynik i kibicują w oparciu o to wygrywanie, o to krzyczenie powoduje, że to dziecko zaczyna się bać, zaczyna odczuwać presję i my też musimy uświadamiać jako organizatorzy sportu,

nauczyciele, trenerzy, musimy uświadamiać rodzicom, że w wieku 13 lat co najmniej połowa dzieciaków rezygnuje ze sportu. To nie jest problem, tak jak powiedziałeś tylko w Polsce, na całym świecie z tym walczą. Jednym z głównych powodów jakie się podaje... Ja unikam mówienia, że to nowa technologia jest powodem, bo dziesięciolatki też mają dostęp do nowej technologii, ale mimo wszystko wolą przyjść do was na trening. Natomiast w wieku trzynastu lat dzieci rezygnują ponieważ jednym z powodów jest presja, którą wywołują często trenerzy oraz rodzice. Jest bardzo prosty mechanizm, gdzie podczas gdy dziecko wychodzi na mecz rodzic zamiast powiedzieć "wygraj" czy "strzel jak najwięcej bramek", wystarczy powiedzieć "daj z siebie wszystko", "kocham Cię", "baw się dobrze". A jak wróci z meczu nie pytać go jak wynik, tylko zapytać "jak się bawiłeś", "co wam się udało, a co nie", powtórzyć jeszcze raz "kocham Cię", że jestem z Ciebie dumny niezależnie od wyniku. To są te metody, sygnały. My szukamy czasami jakichś narzędzi, a często wystarczy tylko pozytywny komunikat - tylko rodzice muszą to wiedzieć, a skąd mogą to wiedzieć? Rodzice czerpią często swoją wiedzę na bazie mediów, tego co usłyszą od trenera, no i właśnie pytanie jaki przekaz da im trener. I w zasadzie tyle. Ewentualnie czasami jeszcze bazując na własnym doświadczeniu. Oczywiście jest gro rodziców, którzy kiedyś uprawiali sport, my mówimy czasami, że to są ich niespełnione ambicje, które chcą spełnić, natomiast ja bym tak nie demonizował. Uważam, że zdecydowana większość rodziców to są rodzice normalni, czyli ani przesadnie zaangażowani w jedną ani w drugą stronę i z nimi bardzo dużo można zrobić. Fajnie, że się mówi dużo o KORze, ale fajnie w tym sensie, że w ogóle ten temat jest poruszany. Ja się bardzo cieszę, bo ja się tematyką edukacji rodziców zajmuję już parę lat i wcześniej patrzyli na mnie jak na wariata, mówili gdzie tam rodzice - to jest nieważne, oni nie przychodzą na treningi, ich rola w sporcie nie jest tak istotna. Teraz mówi się strasznie dużo, ale niestety mocno negatywnie. Z jednej strony to jest dobrze, ponieważ poruszamy temat, a te negatywne tematy powodują duże emocje, no ale ja bym szukał jednak tych pozytywnych, konstruktywnych rozwiązań co zrobić żeby było lepiej.

**Przemek:** Sporo tematów, a spróbujmy może się tak zabawić... Ja się wcielę w rolę rodzica bo liczymy na to, że spora grupa rodziców będzie nas słuchać. Gdybym ja Ciebie teraz zapytał: No dobrze trenerze, ale co z tego, że tą presją dziecko odczuwa, skoro będąc później piłkarzem będzie musiał sobie z tą presją poradzić?

**Łukasz:** Ale to równie dobrze moglibyśmy powiedzieć, że w przyszłości będzie sobie radziło z problemami finansowymi, więc już teraz powinniśmy wytwarzać problemy finansowe albo stres związany z pracą, więc już teraz powinniśmy wszędzie szukać stresu. Absolutnie nie. Sama gra jest na tyle obciążająca dla wielu dzieciaków, że już dodatkowej presji wcale nie musimy wywierać. Tutaj chodzi o zachowanie złotego środka, bo jasne, że trzeba przyzwyczajać dzieciaka, ale pytanie czy przyzwyczajanie dziesięciolatka tylko dlatego, że tą presję będzie odczuwał w wieku dorosłym, to nie jest dla mnie żaden argument. Poza tym trener, który dobrze pracuje ze swoim zespołem sam wie, kiedy tą presję w odpowiedni sposób wywrzeć i rodzice nie są akurat do tego potrzebni. Rodzice mają na trybunach być kibicami wspierającymi, takimi pozytywnymi, na dobre i na złe, ale absolutnie nie wywierającymi presji. Prawdziwy kibic to jest ten co wygrywam, przegrywam jest ze mną i rodzic w stosunku do dziecka powinien taki być. Ja uważam, że presja jest okej, ale tą presję powinniśmy wywierać poprzez dawanie coraz trudniejszych wyzwań, żebyśmy stosowali tą metodę małych kroków, żeby podnosić ten poziom, żeby dziecko czuło, że się rozwija oraz żeby za szybko dziecko nie obrosło w piórka. Sam mecz powoduje sytuację stresową, ale dodatkowo już nie potrzeba ze strony rodzica dodatkowych emocji. Profesjonalny zawodnik

ma presję związaną z kibicami, ze stresem, z kontraktami, ale nie ze strony rodziców, a rodzice mają ten strasznie mocny emocjonalny związek, więc nie powinni tej presji dodatkowo wywoływać.

**Paweł:** A czy dałbyś jakieś wskazówki, bo wiadomo, że to byłaby idealna opcja, kiedy rodzic by nie dawał żadnych wskazówek dziecku, albo nie wywierał presji na nim takiej, jak mówienie: "strzel jedną bramkę lub dwie to będziesz super zawodnikiem". Jeżeli dziecko przychodzi do trenera i mówi, że taki jest cel, to co wtedy trener powinien zrobić, jak zareagować, żeby jednak ten poziom napięcia u dziecka troszeczkę zniwelować?

**Łukasz:** Przede wszystkim zacząć od rozmowy z rodzicami i powiedzieć im właśnie to o czym mówimy. Widzicie... Dlatego ta rola rodziców jest tak duża, bo trenerzy pracują z dziećmi na treningach i pewne rzeczy ustalają - co jest ważne, a co nie jest ważne i dziecko to przyjmuje, bo trener ma autorytet, ale to dziecko wraca do domu, gdzie otrzymuje inne sygnały i które są silniejsze? Stety, niestety dużo silniejsze są te z domu... Czy jest etos pracy lub czy są te wartości, o których mówiliśmy. Dlatego ta rozmowa z rodzicami jest kluczowa. Powiedziałem przedtem o tych komunikatach zupełnie innych: nie mówię dziecku żeby wygrał, tylko żeby bawił się dobrze. To wyznaczenie miłości jest o tyle ważne, takie naturalne, emocjonalne pokazanie dziecku, że na dobre i na złe ja jestem twoim rodzicem i ciebie wspieram. Dla mnie najważniejsze jest to, żebyś poszedł i dobrze się bawił, żebyś się rozwijał, czy ty strzelisz bramkę czy nie strzelisz bramki... Jak strzelisz oczywiście super, ja się będę z Tobą cieszył, ale jak nie strzelisz bramki to też jest super, bo Ty masz się dobrze bawić sportem. Okej, przychodzi dziecko i mamy pokusę by rozwiązać to z dzieckiem. Tylko my wtedy wchodzimy w konflikt o tyle, że rodzic powiedział jedno - ja mówię dziecku coś innego. I jest problem, bo dziecko idzie do rodziców i mówi, ale trener powiedział coś innego. W ten sposób wywołujemy nie chciałbym powiedzieć konflikty, ale zaburzenie komunikatu. Musimy współpracować z rodzicami właśnie w takich aspektach. Idę do rodziców i mówię jakie komunikaty przekazujemy dziecku. Co jest ważne... Czy to strzelanie bramek jest faktycznie ważne, czy nie jest ważne? Ja tak rozumiem właśnie edukację rodziców, poprzez uświadamianie. Nie robienie wykładów, nie pisanie książek, chociaż te mają w tym pomóc, ale raczej pokazywanie im, jaka jest ta rola współpracy.

**Paweł:** A czy masz może jakąś wskazówkę? Bo fajnie, że o tym powiedziałeś, natomiast czasem się zdarza tak, że mimo tego, że Ty powiedzmy trzy razy pójdziesz do rodziców, przedstawiś im argumenty na to, żeby właśnie takich rzeczy nie używali, a oni jednak mimo wszystko przychodzi kolejny mecz i takie rzeczy robią. Czy masz może tutaj jeszcze jakieś "złote rozwiązanie" czy jednak nadal rozmowa, rozmowa, rozmowa i długofalowy proces?

**Łukasz:** Ja wiem, że większość chciałaby tutaj usłyszeć, że jest jakaś super metoda, super narzędzie. Dla mnie super metodą, super narzędziem jest rozmowa. Są skrajne przypadki destrukcyjnych rodziców, gdzie nie da się pewnych rzeczy zmienić, ale to trener musi już wtedy pamiętać, że nie na wszystko ma wpływ. Trener też świata nie zbawi. Teraz jest pytanie co trener robi? Ja wychodzę z założenia, że trener pracuje z grupą piętnastu dzieciaków, czyli ma też relacje z piętnastoma rodzicami - mniejsze lub większe i w równym stopniu trener musi zapewnić fajną zabawę, rozwój, bezpieczeństwo i tak dalej całej grupie. Nie można doprowadzić do sytuacji, gdzie jedno dziecko czy też jeden rodzic rozwala całą grupę, bo to jest nie fair w stosunku do innych. Więc w skrajnych wypadkach, gdzie pierwsza rozmowa nie wyjdzie, druga rozmowa nie wyjdzie, trzecia rozmowa nie wyjdzie, a ma to

wpływ negatywny na grupę czy też na tego dzieciaka, no to powinna być trochę ostrzejsza rozmowa z rodzicem. Trener jednak jest tym liderem, który ustala zasady gry. Rodzic, mówiąc brutalnie, zawsze może pójść do innego trenera lub do innej szkółki. W takim wypadku może lepiej. I dla trenera, i dla dzieciaka, i może też dla rodzica. Być może rodzic będzie bardziej usatysfakcjonowany w innej szkółce. Nie rozwiąże to problemu prawdopodobnie, a być może rozwiąże, bo jeżeli pójdzie do innego trenera w innym klubie, a ten trener powie to samo, co Ty powiedziałaś, no to być może rodzic powie: okej, no może coś w tym jest. A jeżeli jest uparty, to nie powie, ale powtarzam nie wszystkie problemy jesteśmy w stanie rozwiązać. Ja jestem zwolennikiem jednak komunikacji, że dobra, słuszna rozmowa przynosi duże efekty, bo rodzice nie są w dużej mierze negatywnie nastawieni ponieważ chodzi o ich dziecko. Oni chcą jak najlepiej dla swojego dziecka. Im trzeba pokazać, że to co wy robicie to jest dla ich dziecka dobre. To, że mają nie wywierać presji, to nie jest dlatego, że Paweł Szymański jako trener powiedział sobie, że wywieranie presji jest kiepskie, bo mu to przeszkadza. Tobie to najmniej przeszkadza - to ich dziecku przeszkadza. Teraz jeszcze ma naturalną potrzebę ruchu, bo ma dziewięć, dziesięć lat, jedenaście, ale zaraz będzie miał trzynaście i nie będzie mógł patrzeć na piłkę nożną. To trzeba rodzicom pokazywać.

**Przemek:** Powiedziałaś, tzn. wszyscy tutaj skupiamy się na tej presji, na tych emocjach negatywnych, ale też chyba problemem jest to, że rodzice próbują sterować własnymi dziećmi z trybun. Nie dają im szukać własnych rozwiązań, a krzyczą "strzelaj", "podaj", "lewa", "cofnij", "wróc". To jest też kiepskie i z tym chyba najtrudniej sobie poradzić, bo o ile tej presji jak rodzice nas słuchają, to powiedzą "nie no, nie ma takiej presji, że opieprzam tego syna, za to że przegrał, ale bardziej wytykam mu błędy, bo staram się mu pomóc. Jak mu krzyknę "cofnij Marek!", to Marek wróci na obronę i zapobiegnie stracie bramki, a jeżeli tego nie zrobię, to może tego nie widzieć, bo się dopiero piłki uczy. Jak w tym kontekście byś wytłumaczył ten wątek?

**Łukasz:** To jest szerszy problem, bo to jest ten problem, który dotyczy usamodzielniania. Cały czas uważam, że w piłce nożnej dzieci i młodzieży głównie chodzi o to, żeby zapewniać tą motywację wewnętrzną, radość, no i właśnie tą samodzielność. To nie jest problem tylko sportu i jest też jedna ważna kwestia, bo też często trenerzy mają z tym problem. My chcemy dobrze. My podpowiadając dziecku, jak się zachować na boisku chcemy dobrze. Tylko zapominamy o tym, że za dużo mu podpowiadając, jeżeli uniemożliwimy mu samodzielnie podejmować decyzje, to go krzywdzimy. My tłumaczymy sobie to tak, że jak mu podpowiem, to on nie popełni błędu i się lepiej rozwine. Prawda jest zupełnie przeciwna. Właśnie chodzi o to, żeby on popełniał błąd, żeby wyciągnął z tego błędu wnioski, żeby wiedział jaki ten błąd ma wpływ na różne rzeczy - porozmawiać z nim wtedy i nie ma żadnego problemu, że on popełni piętnaście lub sto błędów podczas treningu czy meczu. Nie wiem czy jest to dobra analogia, ale nawet tak przekładając to na życie dorosłe i pracę z pracownikami. Jack Welch, jeden z najlepszych menedżerów w XX wieku mówi, że jak robił rekrutacje na menedżerów do swojej firmy, to bardzo mocno zwracał uwagę na to, czy menedżerowie popełniają błędy. Dla niego nie było problemem to, że menedżerowie jego popełniali błędy. On wolał takich, co popełniają błędy, ale wyciągają z nich wnioski i nie spada ich zaangażowanie, bo on wiedział przynajmniej, że oni pracują i się angażują. Dla niego pracownik, który nie popełniał błędów nie jest żadnym pracownikiem. Tylko mówię, to może być słaba analogia, ponieważ mówimy o życiu dorosłym, gdzie jest większa efektywność. W przypadku dzieciaka, niech on jak najwięcej tych błędów popełnia. Skoro Klinsmann mówi, że pozwólmy tym dzieciakom grać.

Mówi to zarówno do trenerów, jak i rodziców, ponieważ trenerzy też mają tendencje niestety do tego, żeby podawać, żeby podpowiadać. To jest czasami trochę kuriozalna sytuacja, bo trenerzy krzyczą "nie podpowiadajcie", a sami zaraz idą i mówią "tutaj lewa, prawa" i robią dokładnie to samo. To jest tylko kwestia skali. Rodzice, którzy przychodzą na trybuny, to nie jest reprezentatywna grupa i widzicie... Trener podpowiada, a krzyczy na rodzica, żeby nie podpowiadał. Powiedziałeś, że ty się stawiasz w rolę rodzica, to teraz ja się stawiam w tą rolę i mówię: "ale trenerze, czemu ja mam nie podpowiadać? Trener mówi, że to jest złe, a robi dokładnie to samo". Możesz odpowiedzieć oczywiście "bo ja jestem ekspertem", ale chyba sam w to nie uwierzysz. Sam nie uwierzysz w to, że masz prawo mówić rodzicom, żeby nie podpowiadali. Brak usamodzielniania dzieciaków jest chyba generalnie największym problemem dzisiejszych czasów. Nie dość, że dzieciaki mają dostęp do najnowszych technologii, która załatwia za nich tysiąc problemów. One przez to już nie muszą czytać książek - wystarczy, że w google sobie pewne rzeczy wpiszą, to jeszcze jak idą na trening, to też jest im wszystko podawane. Idą na lekcje do szkoły i też nie ma uczenia samodzielności. W domu nie ma uczenia samodzielności, no i potem patrzymy na tą młodzież, która wchodzi teraz na rynek pracy, która w sporcie ma funkcjonować w wieku dorosłym. Ona jest mało samodzielna, a w życiu, w sporcie... no trzeba być samodzielnym. Rodzicom trzeba to podkreślać, ale znowu to jest pokazanie rodzicom, dlaczego to jest złe. To nie jest zakazywanie im robienia tego. Nie rób tak, bo to jest złe dla Twojego dziecka. Tu i teraz dla sportu, ale też w przyszłości on po prostu nie będzie samodzielny. Też pokazanie mu niech popełni błąd. Jaki jest problem, że on popełni błąd? W tą stronę bym poszedł. Podsumowując: trener po pierwsze powinien zacząć od siebie, a jeżeli sam tego faktycznie nie robi, bo jest świadomym trenerem i nie podpowiada za dużo, czyli pozwala na samodzielność, to w drugiej kolejności powinien porozmawiać z rodzicami i powiedzieć dlaczego nie powinni tego robić.

**Przemek:** W tym aspekcie też mamy sporo do poprawy, bo nie wiem czy oglądałeś finały Pucharu Tymbarku, gdzie tamci trenerzy (oczywiście nie wszyscy) pokazali się według mnie z bardzo słabej strony. Jeżeli to jest nasz flagowy produkt i puszczamy to w telewizji, gdzie oglądalność była rekordowa, to niestety pokazujemy słaby przykład. Ja się odniosę jeszcze do Twojego ostatniego artykułu w Asystencie Trenera "Długofalowy rozwój młodego piłkarza", tam odniosłeś się do tego, że najważniejsze jest edukowanie rodziców i kluczowym aspektem jest takie pierwsze zebranie. Powiedz może kilka krótkich punktów, jakie informacje trener powinien zawrzeć i jakie informacje powinny być kluczowe?

**Łukasz:** To co powiedziałeś o Tymbarku, to tylko potwierdza, że jeżeli mówimy o edukacji rodziców, to powinniśmy zacząć od edukacji trenerów. Pierwsze zebranie jest bardzo ważne. To jest ten etap, gdzie wszyscy przychodzą i się zapoznają. Wszyscy są grzeczni, wszyscy są mili, wszyscy słuchają, wszystko jest okej. To jest bardzo dobry moment, ponieważ wszyscy co przyszli, z zasady są pozytywnie nastawieni. Mają duże nadzieje, różne oczekiwania i trener przez to, że ma taki dobry klimat, ma świetną możliwość do tego, żeby siebie przedstawić, powiedzieć jaką ma wizję, powiedzieć co jest dla niego ważne, jakie ma podejście do tej presji, jakie ma podejście do usamodzielniania. Kolejny punkt to jest powiedzieć rodzicom, jakie zachowania są pożądane, a jakie nie. Dać nawet parę wskazówek co powinni mówić w domu, a czego nie. Na tym pierwszym spotkaniu powinniśmy to określić. Pewne założenia treningowe, rozwojowe, ale to jest aspekt, który najmniej powinien rodziców interesować, aczkolwiek warto im o tym powiedzieć, że będę się opierał na tym - jestem ekspertem i zaufajcie mi, że zrobię to dobrze. Bardziej jednak to

pierwsze spotkanie potraktowałbym jako ustalenie wzajemnych reguł gry - co wolno, czego nie wolno, ale również zaznaczyłbym, co ja będę robił, a czego nie będę robił, czego możecie ode mnie oczekiwać, a czego nie możecie oczekiwać. Gdzie jest pole do dyskusji, np. w kwestii zachowania dzieciaków, motywowania ich, tego co mają w domu robić - zadania domowe. Oczywiście są też elementy, które nie podlegają dyskusji, tj. ustalanie składu meczu, ile minut kto zagra. Tutaj rodzice nie mają prawa wchodzić w dyskusje, tylko trener musi o tym zakomunikować. Jak zrobimy to wszystko, to potem jeżeli jesteśmy świadomym, racjonalnym trenerem, który przestrzega tych zasad, mamy prawo je później egzekwować. Na tym etapie docierania, które będzie, my możemy pokazać, że ustaliliśmy pewne reguły gry. Wy zaczynacie je łamać - ja nie łamię. Problemy będą zawsze, ale najważniejsze jest to, żeby większość rzeczy ustalić, żeby można było się na czymś oprzeć. Najgorzej jest kiedy na pierwszym spotkaniu potraktujemy rodziców jako tych, którzy przychodzą z dzieckiem i mają opłacić składkę i mają podpisać regulamin, żebyśmy mieli zabezpieczenie czegokolwiek. Regulamin jest ważny, ale zawsze jest rzeczą wtórną. Jeżeli nie ustalimy pewnych, zdrowych relacji, to samo podpisanie dokumentu nic nam nie daje. Dlatego uważam, że to pierwsze spotkanie jest takie ważne i fajne. Ten klimat jest jeszcze pozytywny. Jeżeli nie ustaliłem tych zasad wcześniej, to później będzie już bardzo ciężko. Na pierwszym spotkaniu można zrobić tą scenkę, którą Ty wcześniej zainicjowałeś, czyli "dlaczego mam nie wywoływać presji, skoro ona przecież będzie im towarzyszyła w seniorskiej piłce?" I ja wtedy mogę od razu odpowiedzieć im jako trener "nie, bo to, i to, i to o czym mówiliśmy wcześniej". Większość rodziców to przyjmie. To, że będą później konflikty, to już rola trenera, lidera, który będzie je na bieżąco rozwiązywał. To tak jak w życiu. Tylko uważam, że zmniejszy się wtedy ta ilość zdecydowanie, a przynajmniej mamy się do czegoś odnieść.

**Przemek:** Czyli pierwszy punkt: presji mówimy nie. Drugi punkt: nie kierujemy zawodnikami - dajemy im myśleć, popełniać błędy i podejmować własne decyzje. Trzeci punkt?

**Łukasz:** Związany z?

**Przemek:** Z tym zebraniem. Staram się to wszystko zebrać do kupy co powiedziałeś...

**Łukasz:** Okej, myślałem, że punktowo wymienilem.. Na pewno własna wizja, na pewno wartości jakie chcę kształtować, moje podejście do sportu, czy moim celem głównym będzie kształtowanie mistrzów, czy po prostu dobra zabawa, rozwój przez sport i tak dalej.. To czego oczekujemy od rodziców i co też damy od siebie oraz zakazane zachowania, o których wspomniałeś przed chwilą.

**Przemek:** I pamiętajmy o tym, że kluczem czy najważniejszą sprawą są dobre relacje. W tym artykule na junior.sport.pl też pisałeś o tym, że dobre relacje to sprawa najważniejsza. Tutaj mam nawet wynotowane, że relacje na linii trenerzy - rodzice też pozostawiają wiele do życzenia.

**Łukasz:** Zawsze punktem zapalnym jest to dziecko - niestety. Doprowadzamy do sytuacji gdzie mówimy o negatywnych relacjach na linii trener - rodzice, a cierpi na tym dziecko, które powinno zyskiwać na tym. Może to jest trochę idealistyczne podejście, ale w większości dziedzin życia relacje, komunikacja, docieranie się wspólne jest bazą i tutaj też jest duże pole do manewru zdecydowanie.



**Paweł:** Powiedzieliśmy o komunikacji rodzica z trenerem i tym pierwszym zebraniu, a czy mógłbyś powiedzieć jak zbudować taką pozytywną relację pomiędzy trenerem, a zawodnikami wchodząc od razu do drużyny?

**Łukasz:** Trzeba zrobić dokładnie to samo co z rodzicami, tylko oczywiście innym językiem, inną formułą, ale też powiedzieć co chcemy razem osiągnąć. Starać się zbudować z tej grupy zespół, ale nie zespół stricte sportowy co zespół dzieciaków, które się lubią i mają razem spędzać czas oraz się rozwijać. Natomiast przede wszystkim pokazać im, że ja jestem trenerem dla nich i jestem na nich skoncentrowany. Jest to fajne podejście, które mi się strasznie podoba, ten Elite Center Coaching, czyli to bycie trenerem skoncentrowanym na zawodniku, a nie na trenerze. Zdarzają się trenerzy, którzy są skupieni bardzo mocno na swoim programie, swoich poglądach, jednak należy pamiętać, że to ta grupa jest istotna. Jeżeli przyjmujemy taki punkt widzenia skoncentrowany na zawodnikach, niezależnie od tego czy oni są dobrzy czy źli, czy mają potencjał czy nie, czy są grubi, chudzi, po prostu na dzieciakach, to zupełnie inny jest ten sposób komunikacji, motywowania. Dużo więcej można z nimi wtedy zrobić. Mówię to na doświadczeniach z dziećmi, młodzieżą, z dorosłymi, studentami i prezesami. Zawsze jest tak samo. Jeżeli przyjmujemy strukturę, że nie ja jestem po drugiej stronie gdzieś tam barykady i najważniejsze jest to, że bym ja się realizował jako belfer, nauczyciel, trener, ale to wy jesteście najważniejsi, to wtedy możemy indywidualizować, wtedy możemy motywować, wtedy możemy rozwiązywać różne problemy dużo łatwiej, wtedy te dzieciaki czują, że my faktycznie jesteśmy dla nich. Tutaj zdecydowanie podszedłbym tak samo jak do rodziców, po prostu zbudował zespół, w którym oni są najważniejsi, a ja jestem po to żeby im pomóc. Oczywiście też ich uczyć i pokazywać, że ten sport to nie jest tylko sport, w którym każdy z Was będzie Lewandowskim - oczywiście nie możemy im podcinać skrzydeł i mówić, że na pewno nie będziecie, bo cały czas tą motywację powinniśmy jednak podtrzymywać, żeby chcieli się starać i tak dalej, ale z drugiej strony im pokazywać, że ten sport pomoże im za funkcjonować w życiu. Ten sport to nie tylko bycie piłkarzem, ale może też bycie trenerem, analitykiem i tak dalej...

**Przemek:** Mówimy o warunkach treningowych, o zebraniach, o takim przygotowaniu do meczu lub turnieju. Gdybyśmy przeszli teraz na rozgrywki w których się dużo dzieje i jak sobie z tym radzić? Może jakieś pojedyncze problemy, Paweł, postaramy się znaleźć?

**Paweł:** Ja mam takie jedno pytanie odnośnie zachowania wobec sędziego zarówno rodziców, jak i dzieci. Czy masz tutaj jakieś wskazówki? Oczywiście pewnie powiesz, że rozmowa i uświadamianie, że to nie ma żadnego pozytywnego wpływu kiedy negujemy sędziego. Natomiast może jeszcze jakieś inne, konkretne wskazówki do tego, żeby jednak nie odnosić się do tego, bo to w zasadzie nic nie zmienia, a często pogarsza jeszcze atmosferę pomiędzy rodzicem - trenerem i dzieckiem, kiedy się tam niewłaściwych słów używa...

**Łukasz:** To są dwa wymiary tego problemu. Niezgadzanie się z decyzjami trenera to jest jedno, a dwa używanie już w ogóle jakiś słów niecenzuralnych to zdecydowanie skrajny problem. Faktycznie powiem tak, że to jak się zachowujemy na rozgrywkach i tak jest konsekwencją tego jak pracujemy z zespołem wcześniej i jak sobie układamy z nim relacje - to po pierwsze. Dwa to zachowanie typu głośne sprzeciwianie, ale nie do końca zrozumiałem Paweł, czy tu chodzi o rodziców czy o dzieciaki?

**Paweł:** Zarówno to i to, bo często się zdarza, że rodzic już wcześniej wywarł jakąś małą presję...

**Łukasz:** A potem już idzie lawina i dzieciak też to podejmują...

**Paweł:** Tak jest.

**Łukasz:** Dlatego znowu trzeba zacząć od rodziców. Ja uważam, że te najbardziej skrajne powinny być wręcz tępione i powinno być w regulaminie napisane, że my w swoim klubie nie życzymy sobie tego, by takie rzeczy miały miejsce. Jeżeli mówimy na początku, że jest ten regulamin ważny, to regulaminy są po to, żeby móc wyciągnąć konsekwencje. Jeżeli ktoś łamie regulamin no to sorry - do widzenia. W takim razie w tym klubie dla dzieciaka nie ma miejsca przez zachowanie rodzica i teraz rodzicu zdaj sobie sprawę czy poprzez swoje zachowanie chcesz odbierać dziecku możliwość gry. To, że będą takie sytuacje się zdarzały to jest normalne ponieważ sport wywołuje emocje. To, że dzieciaki będą miały tendencje do tego żeby się nie zgadzać z sędziami... My musimy pracować z tymi dzieciakami. Pokazywać im, że to tak nie jest, że ten sędzia jest bardzo ważny bo dzięki niemu możemy grać. On nam pomaga w sensie organizowania czasu. Tak jak w przypadku dzieciaków powinniśmy kształtować tę postawę, to w przypadku rodziców byłbym bardzo rygorystyczny, tzn. jeżeli po jednej lub dwóch rozmowach by to nie wyszło, ja bym się posłużył nawet najbardziej skrajnym przypadkiem. Pamiętajmy o jednej rzeczy... Rodzic patrzy z perspektywy swojego dzieciaka, a Wy jako trenerzy musicie zadbać o radość wszystkich dzieciaków więc nie może być tak, że jeden rodzic przez to, że ma jakieś tam swoje dziwne... Nie wiadomo co za bardzo... Chce sobie dać upust emocjom, krzyknie na tego, automatycznie potem dzieciaki idą, a potem trener może sobie mówić, że nie krytykujcie sędziego, a dziecko powie "Ale tata też to robi... i kolejny tata też to robi, czyli nie ma w tym nic aż tak złego...". Tym bardziej trener musi się wtedy bardzo mocno postawić i pokazać, że pilnuje tego. Innej wskazówki nie widzę. Jeżeli nie rozmowa, nie uświadamianie, no to co? W skrajnym przypadku nawet odwołanie się do regulaminu i powiedzenie "not in my house" jak to mówią niektórzy.

**Przemek:** A co z taką osobą, która powiedzmy lideruje u nas w tym takim lokalnym KORze, dla której użycie wulgaryzmu nie jest problemem i na co dzień w domu też się takim językiem posługuje. Nie chcę tutaj generalizować, ale powiedzmy taka osoba prosta, która od rana do wieczora jest w pracy, wieczorem przychodzi wyciąga z lodówki piwo. Mówimy tutaj nie o złym człowieku, ale o osobie, która potem w niedzielę pojawia się na naszym meczu i najgłośniej ze wszystkich krzyczy, a w momencie kiedy gdzieś tam jego syn w akcji sam na sam zostanie faulowany, a sędzia tego nie gwizdnie to z trybun idzie "wiązanka". Co z taką osobą? Jak tu reagować? Tylko wyeliminować z grupy?

**Łukasz:** Nie, najpierw porozmawiać i pokazać negatywne strony takiego zachowania. Natomiast jeżeli to jest taki przykład jaki domyślam się, że jest, gdzie ta rozmowa niewiele daje no to odsunąć. Ja jak pracowałem z dziećmi jak jeździliśmy na obozy, to na studentów w momencie, w którym ktokolwiek przeklął podchodziliśmy do niego i mówiliśmy, że ma tak nie robić. Ja też mogę przeklinać, ale robię to w swoim otoczeniu, natomiast nie w obecności dzieciaków. Dla mnie przeklinanie przy dzieciakach jest czymś skrajnie nieodpowiedzialnym. Jeżeli rodzic stwierdził, że w swoim domu przekleństwa są dopuszczalne, to my o tyle świata nie zbawimy, że my możemy mu powiedzieć raz, że nie wolno tutaj przeklinać, ale on nam

odpowie "odczepcie się ode mnie... To jest moje dziecko, mój dom i tyle". Stety czy niestety ma rację, natomiast w momencie kiedy przeklinanie ma wpływ na nas oraz inne dzieci, to absolutnie nie możemy na to pozwolić i w tym wypadku skrajny przypadek.

**Przemek:** Skrajny przypadek, ale zadam Ci teraz trudne pytanie z tego wynikające. A co z tym dzieckiem? Mówimy o eliminowaniu z grupy, ale nie eliminujemy rodzica tylko dziecko, które dajmy na to... Odwrotnie. Jest super chłopak, który się świetnie zachowuje, ambitny, zawsze słucha trenera, ale ma takiego ojca na trybunach. No i teraz eliminujemy z grupy w duecie...

**Łukasz:** Przemek w pełni się z Tobą zgadzam i to uważam za największy problem. Dlatego zrobiłbym wszystko żeby z tym rodzicem wcześniej porozmawiać. Dla mnie skrajny przykład gdzie wiemy, że wkurzamy się, że szanse są nikłe, ale i tak starałbym się rozwiązać. Rozmową z nim, rozmową z innymi rodzicami, którzy mogliby z nim porozmawiać. Często można wykorzystać przeciw innych rodziców do rozmowy. Przecież jak innych trzech tatusiów, takich bardziej świadomych z nim porozmawia, to jest zupełnie inaczej. Kiedy powiedzą "stary wyluzuj" to jest zupełnie inny wydźwięk niż jak podejdziesz trener, zwłaszcza młody i zacznie się wymądrzać. Ja zdecydowanie tych metod bym spróbował wiele głównie z perspektywy tego dziecka. Głównie rodzicowi trzeba pokazać, że jego zachowanie jest destrukcyjne dla jego dziecka. Jeżeli on odejdzie to dziecko na tym straci. Tylko znowu... Brutalne życie pokazuje, że i tak nie rozwiążemy tego problemu bo tworzenie konfliktu na linii dziecko - rodzic też jest złe. To jest jednak jego tata. Trener nie może doprowadzić do sytuacji, żeby dziecko znienawidziło ojca przez to, że ojciec tak, a nie inaczej się zachowuje. My musimy pracować tutaj bardziej dobrym przykładem, komunikacją, ewentualnie tym wpływem innych rodziców. KOR dla mnie nie jest dominującą grupą rodziców. To jest odłamek, który w pewnych sytuacjach zaczyna dominować, a my musimy spowodować, żeby nie dominował. To jest rola trenera i innych rodziców. Problematiczna sytuacja, ale nie zawsze na wszystko mamy wpływ. Najgorsze jest zamiecenie problemu pod dywan, bo to w ogóle nie rozwiązuje sytuacji ani dziecka, ani rodzica, ani reszty dzieci i rodziców, którzy widzą, że takie zachowanie jest akceptowalne i dopuszczalne, przez co może dojść do jeszcze większego problemu.

**Przemek:** Tak, skupmy się na kolejnym problemie. Na takiej sytuacji, którą łatwo będzie sobie wyobrazić. Jestem trenerem, gram mecz, a kibice drużyny przeciwnej bardzo głośno dopingują, kierują tymi zawodnikami, padają niewybredne słowa z ich strony. Jak Ty jako trener reagujesz na to? Zakładam, że zwracasz im uwagę, ale robisz to przez trenera drużyny przeciwnej, czy sam bezpośrednio podchodzisz do nich?

**Łukasz:** Rozumiem, że zakładamy, że ten trener nie ma takiej świadomości i nie zwraca na takie rzeczy uwagi. Stety czy niestety trzeba iść najpierw do trenera, aczkolwiek nie wiem czy bym się nie pokusił jednak o rozmowę z takim rodzicem. Nie publiczną dysputę, ale gdzieś na boku powiedzieć co o tym sądzę. Jednak głównie bym przez trenera reagował. Znowu świata nie zmienimy. Powinniśmy wpływać na to, na co mamy wpływ, natomiast ciężko żeby być trenerem, który będzie pouczał, czy rozwiązywał problemy wszystkich trenerów którzy przyjechali na turniej, bo też nie o to do końca chodzi. My możemy piętnować takie rzeczy...

**Przemek:** No właśnie pytanie czy ten trener tego tak nie odbierze bo podchodzisz do niego i on ci powie "kim Ty jesteś żeby mnie pouczać?"

**Łukasz:** No, ale nie Przemek... Ty podchodzisz i nie mówisz "słuchaj, Twój zawodnicy, Twój rodzice, zwróć na to uwagę... "nie, stary słuchaj". Zobacz. Nie uważasz, że to jest problem? Ja też miałem w drużynie takiego rodzica i też taki problem, ale chyba zgodzimy się z tym, że nie powinno tak być? Zobacz jaką to atmosferę powoduje. Za chwilę inni rodzice zaczną krzyżeć. Zobacz te dzieciaki... W większości trenerzy gdzieś tam się znajdują, to jest jedno środowisko, więc jeżeli trener ma się obrazić za to, że ja chcę z nim porozmawiać o tym, że jest gdzieś trudna sytuacja, to trzeba się zastanowić czy ten trener powinien być jeszcze trenerem. Ty nie będziesz go przekonywał do tego, ale to nie jest tak, że wszyscy trenerzy staną po jego stronie i powiedzą "Przemek przyszedł i się tutaj wymądrza". Nie, ty się nie wymądrzasz. Ty przychodzisz jeżeli to jest faktycznie mocno problematyczne, jeżeli Twój rodzice zwracają już na to uwagę, jeżeli dzieciaki to słyszą. Zamiatać nie możemy, ale skrajnie w drugą stronę, tak jak zbawiać świata za innych też nie możemy. Nie widzę problemu, żeby podejść do trenera i powiedzieć, że miałem ten sam problem, ale poradziłem sobie z nim w ten i ten sposób i może to jest właśnie fajne. Może właśnie on powie "Przemek kurde dzięki. Miałem z tym problem, a faktycznie u Ciebie jest spokój i powiedziałeś mi właśnie jak to zrobiłeś".

**Przemek:** To podsumujmy to tak bardzo idealistycznie, bo Ty jesteś idealistą i wszyscy, którzy Cię znają to potwierdzą. Obowiązkiem trenera w tej sytuacji jest zareagować, a zignorowanie problemu to jest jednak błąd nie tylko tego trenera, który ma tego faktycznie nieświadomego rodzica, ale też twój błąd jako osoby, która pozwala na to żeby z boku było takie zachowanie.

**Łukasz:** Uważam, że tak. Funkcja trenera, nauczyciela to jest szalenie ważna funkcja. Wzięcie odpowiedzialności za rozwój, za wychowanie nie, bo rodzice zajmują się wychowaniem. Trenerzy nie powinni wychowywać dzieciaków. Trenerzy powinni stworzyć warunki do tego, żeby te dzieciaki mogły się fajnie rozwijać w obszarze sportu. To nie jest tylko prowadzenie treningów, ale też wpływanie na pozytywne postawy, więc uważam, że tutaj trener powinien zareagować.

**Przemek:** Mieliśmy jeszcze jedną taką sytuację o której Paweł wspominał. Jeśli chodzi o turniej całodniowy, gdzie mecze odbywają się co ileś minut i w przerwach dzieci podchodzą do rodziców, którzy często im w jakiś sposób źle doradzają albo nakręcają ich wręcz negatywnie. Co wtedy? Czy zagospodarować im ten czas czy odizolować ich od rodziców?

**Łukasz:** Ja bym nie izolował. Często się mówi o tym czy rodzice powinni przychodzić na mecz, turniej. Moim zdaniem powinni. Aha, ale Ty pytałeś o izolację podczas turnieju gdzie rodzice są na trybunach tylko po prostu dzieci żeby do nich nie szły?

**Przemek:** Tak, tak.

**Łukasz:** Aha, to okej. Jeżeli wiemy, że tak może być, a nie mamy też czasu w trakcie turnieju żeby rozwiązywać takie problemy to oczywiście, że tak. To trener wie jakie ma relacje z rodzicami. Trener wie dokładnie czy rodzice to będą robili czy nie. Jeżeli z nimi

rozmawiał i nie daje to efektu to pewnie, że tak, ale nie zrobisz tego na zasadzie izolacji, że dzieci są tu, a rodzice tam tylko Ty jako trener musisz z nimi wtedy spędzać ten czas.

**Przemek:** Tak, Łukasz też kipsisz emocjami, ale chyba taką właśnie pracą u podstaw i tą edukacją trzeba zacząć?

**Łukasz:** Musimy. My oczywiście możemy szukać złotych środków, ale nie ma złotych środków. W pracy z ludźmi, w pracy z dziećmi nie ma złotych środków - to jest po pierwsze. Po drugie, nikt za nas pewnych problemów nie rozwiąże. Instytucje, kluby, zarządy, PZPN nie rozwiążą za nas problemów, które mamy w relacjach. Jestem idealistą, który mocno swoim życiem kieruje w oparciu o te zasady, o których mówię, tj. komunikacja, relacje, itd. Ja po prostu wiem, że dla mnie to się sprawdza. Natomiast idealistą jestem dlatego, że jeżeli takie podejście będziemy stosować, to dużo łatwiej nam będzie te problemy rozwiązywać. Wierzę mocno w to, że przestaniemy mówić o rodzicach w kontekście problemu. Rodzice mają ogromny wpływ i mogą bardzo mocno pomóc trenerem tylko przy odpowiednim podejściu. Stąd edukacja, stąd uświadamianie. Trzeba też trochę zrozumieć rodziców, ale absolutnie nie tych z KORu. Gro rodziców jednak nie ma świadomości, nie ma czasu, nie ma wiedzy, mają też dużo problemów różnych na głowie i oni nie przyjdą na webinary, oni nie czytają artykułów. Oni bazują na tym co my im powiemy na tym pierwszym zebraniu lub podczas luźnego spotkania. To jest ta moja optyka i ten mój punkt widzenia.

**Przemek:** Od tego zaczęliśmy i na tym skończymy. Książka. Nad tym pracujesz, końcowe etapy już chyba tej pracy i pokazałeś przez te 45 minut, że wiedzę na temat współpracy na linii trener - rodzic, czy rodzic - zawodnik masz. Jak w takim razie będzie wyglądała Twoja nowa książka: "Rodzic Sportowego Wojownika, czyli sport uczy życia" i jak będzie powiązana z tą poprzednią "Sportowy Wojownik"?

**Łukasz:** Książka będzie taką kwintesencją tego o czym tutaj dzisiaj powiedzieliśmy. To jest też kwintesencja tego czym się zajmuję i co robię od lat. Kilka lat temu jeszcze chciałem organizować webinary, szkolenia dla rodziców, ale zdałem sobie sprawę, że to nie jest to, czego rodzice potrzebują. Zdałem sobie sprawę, że tu dużo więcej może zrobić trener, który będzie rozmawiał, a ja chcę pomóc właśnie takimi rzeczami jak "Sportowy Wojownik", którego napisałem dla dzieci, ale tak de facto dla rodziców. To jest książka, która zmusza dziecko, a wręcz mobilizuje do tego żeby rozmawiać z rodzicem na pewne tematy związane ze sportem. Tam jest te 50 zasad, w których dowiadujemy się, że sport uczy życia. Tylko ta książka "Sportowy Wojownika" przeznaczona jest dla dziecka i rodzica. Jeżeli rodzic się nie zaangażuje w tą książkę, jeżeli trener w tym dodatkowo nie pomoże, to dziecko straci motywację. To jest cały sekret tej książki. Ona nie jest drogą na skróty. Sekretem tej książki jest właśnie to, żeby wszyscy się w nią zaangażowali, a wtedy przyjdzie efekt. Wiem, żeby te efekty były, to trzeba pójść krok dalej i teraz trzeba pomóc rodzicom jak lepiej korzystać z książki "Sportowy Wojownik" i to będzie jedna z części "Rodzic Sportowego Wojownika, czyli sport uczy życia". Po drugie w książce chcę pokazać, że sport ma o wiele więcej wartości niż wygrywanie, strzelanie goli. To jest przygotowanie do życia. Chcę pokazać rodzicom, że sport pomoże dzieciom lepiej się uczyć, lepiej organizować sobie czas, wchodzić w lepsze relacje z innymi, czyli wszystko co w życiu jest potrzebne, dlatego ten podtytuł "Sport uczy życia". Po trzecie chcę dać to o co wy dzisiaj też mnie pytaliście, chcę dać konkretne wskazówki rodzicom, jak radzić sobie w konkretnych sytuacjach. Tam nie będzie teorii, rodzice nie mają na to czasu. Sam sobie myślę teraz, że chciałbym się bardzo nauczyć

jakiegoś języka obcego, ale przy ilości obowiązków i stresu, które mam to mimo tego, że jestem strasznie ambitny, to nie usiądę do tej książki i nie będę jej czytał. Musiałbym dostać coś prostego i dlatego mają być w książce takie wskazówki, konkretne jak sobie radzić z takimi sytuacjami o których mówiliście w prosty i łatwy sposób. Ta książka ma być dla rodziców, ale ma pomóc też trenerom w tym o czym dzisiaj rozmawialiśmy. Taką nowatorską częścią tej książki będzie to, że ona zacznie się od takiego rozdziału odnośnie pokonywania barier. Chcę taki trochę kontrakt zawrzeć z rodzicami, czyli dostrzec to, że nie macie czasu, że macie dużo stresu pokazując wam metody jak sobie lepiej gospodarować czas, jak sobie radzić ze stresem i wy zaczniecie je stosować, dzięki czemu zaoszczędzicie trochę więcej czasu, zaczniecie się mniej stresować, to wy się zobowiązujecie do tego, że wykorzystacie ten czas żeby przeczytać tą drugą część książki. Nawet te piętnaście minut dodatkowe spędzicie z dzieckiem, np. wychodząc z nim na spacer. Kiedyś napisałem artykuł "Jeżeli chcesz, żeby Twoje dziecko było lepszym piłkarzem, wyjdź z nim na rower". To jest konkretna rola, która mogą zrobić. To uczy koordynacji, wsparcia dla dziecka. No i taka technologiczna nowinka, gdzie każda książka będzie zakończona QR kodem, który to przeniesie was do artykułów, wywiadów dla tych co będą chcieli zgłębić temat. To samo ze Sportowym Wojownikiem jakiego napisałem. Tam jest to 50 zasad...

**Przemek:** No właśnie może opowiedz, bo nie wszyscy "Sportowego Wojownika" mieli w ręku. Tam jest te 50 zasad i może opowiedz krótko o tym, w jaki sposób dziecko tych zasad się uczy.

**Łukasz:** Książka też właśnie dla dzieciaków jak się rozwijać przez sport. To jest narzędzie, gdzie znajdziemy 50 zasad, które podzieliłem na: trening sportowego wojownika, sportowy wojownik na meczu, głowa sportowego wojownika, sportowy wojownik w domu i odżywianie sportowego wojownika, czyli te 5 aspektów życia młodego człowieka, które są istotne dla jego rozwoju, a w których sport może mieć duży wpływ i w drugą stronę, które też mają duży wpływ na sport, bo to jak dziecko się odżywia będzie miało wpływ na to, jak będzie w sporcie funkcjonował, to jak spędza czas w domu też będzie miało wpływ na sport. Jeżeli nie będzie trenowało w czasie wolnym, nie będzie się ruszało to automatycznie będzie słabszym sportowcem. Książka - gra, która jest wymagająca. W ścieżce "Sportowego Wojownika" chodzi o to żeby zostać Sportowym Wojownikiem, czyli trzeba zrobić 80 wyzwań związanych z tymi zasadami, żeby zostać Sportowym Wojownikiem, ale ja stwierdziłem, że w dzisiejszych czasach gdzie wszystko jest na skrót, wszystko chcemy na szybko, a to nie jest dobre, a żeby osiągnąć pewne rzeczy trzeba na nie zapracować i to jest ponadczasowa prawda. Chcę pokazać, że oni faktycznie, żeby coś uzyskać muszą na to zapracować. Tylko dzieci nie są w stanie tego zrobić bez zaangażowania rodziców. Książka jednak jest tak zrobiona, że nawet jeśli nie zrealizują tych zadań to sam fakt, że przeczytają je spowoduje dużą jakościową zmianę. Na pewno to nie jest początek drogi związanej z edukacją rodziców, wspieraniem dzieci w rozwoju. Ja chcę też pokazać trenerom, że to co ja robię pomaga trenerom. Tak to wygląda odnośnie książek.

**Przemek:** Super, czyli rodzice mogą już oczekiwać na narzędzia...

**Łukasz:** Zdecydowanie tak. Przepraszam Przemku, ale muszę jeszcze jedną rzecz powiedzieć do rodziców. Tutaj nie chodzi o pouczanie. Nikt nie chce pouczać, dlatego wolałbym unikać tych określeń o problemie. To jest tak jak z konferencjami dla trenerów.

Trenerzy nie jeżdżą tam po to by słuchać prelegenta jak się wymądrza i poucza tylko po to żeby posłuchać i pomóc sobie w rozwoju. O to samo mi w tym wypadku chodzi.

**Przemek:** Na kiedy planujesz premierę?

**Łukasz:** Myślę, że pierwsze informacje pojawią się w drugiej połowie maja, a książka wyjdzie pod koniec czerwca, więc już całkiem niebawem.

**Przemek:** Jasne, a gdzie mogą Cię nasi słuchacze czy rodzice znaleźć? Gdzie znajdziemy więcej informacji o Tobie?

**Łukasz:** Mnie można znaleźć na blogu, na facebooku "Młody Zawodnik bez Tajemnic", na moim profilu "Łukasz Panfil - Edukacja dla Sportu". To są te główne miejsca. Jest też na youtube kanał "UpYourLevel" gdzie znajdziecie liczną liczbę webinarów. Myślę, że te wszystkie linki zamieścimy na stronie.

**Przemek:** Powoli zmierzamy ku końcowi, ale zapomnielibyśmy o konkursie, w którym do wygrania będzie książka "Sportowy Wojownik". Myśleliśmy nad formułą konkursu i wymyśliliśmy, że trener opisuje swój największy problem z jakim miał do czynienia z rodzicem oraz w jaki sposób go rozwiązał. Jak sobie z nim poradził. Najciekawszy problem i odpowiedź nagrodzimy. Ja jeszcze dodam, że możecie pisać zarówno mailowo na kontakt@ekstratrener.pl lub w komentarzu pod wpisem na naszej stronie lub w wiadomości facebookowej lub pod wpisem na facebooku. Pełna dowolność. Do końca maja macie możliwość pisania do nas, a my później wszystko zbierzemy, usiądziemy i wybierzemy zwycięzcę.

**Łukasz:** Ja jeszcze podkreślę Przemek, to co powiedziałeś. Piszcie swoje przykłady i sposoby rozwiązań. Im więcej tych komentarzy będzie, tym więcej z tego wszyscy wyniesiemy, dlatego warto poza nagrodą po prostu to zrobić.

**Przemek:** I nie bójcie się nawet prostych rzeczy. Bo często wydaje nam się, że ta historia musi być nie wiadomo jaka, a być może okaże się, że nagrodzimy po prostu dobrą robotę jaką wykonaliście u siebie w klubie. Paweł masz coś jeszcze do dodania? Tak jakoś przysnąłeś nam w ostatnich minutach...

**Paweł:** Nie przysnąłem, tylko słucham tutaj aktywnie cały czas. Cieszę się, że Łukasz opowiada nam o tej komunikacji z rodzicami. Myślę, że będziemy już chyba kończyć. Ja ze swojej strony wielkie dzięki, że z nami byłeś i mam nadzieję, że wszyscy którzy słuchają tego podcastu będą zadowoleni.

**Łukasz:** Dzięki bardzo.

**Przemek:** Dziękujemy Łukasz. Myślę, że pod kątem współpracy z rodzicami wielka dawka wiedzy dla trenerów. Zaprosiliśmy Cię nieprzypadkowo, bo jesteś w tej dziedzinie ekspertem.

**Łukasz:** A temat jest na czasie...

**Przemek:** A temat jest na czasie i myślę, że jest bardzo dużym problemem, z którym musimy sobie wspólnymi siłami poradzić.

**Łukasz:** Dobrze, że to parę razy zabrzmiało podczas tego podcastu, że rozwiązania czasami są proste. Nie bójmy się ich. Zmiana komunikatu, tego co rodzice mają mówić przed wyjściem, co mają mówić podczas meczu, żeby byli dumni z tego jak gra ich dziecko. Ogromną siłę mogą mieć takie komunikaty.

**Przemek:** Okej, to tyle. Zapraszamy Was na naszą stronę internetową oraz na nasz fanpage facebookowy. Tak jak powiedziałem na wstępie, te komentarze naprawdę są bardzo motywujące. Zachęcamy do tego żeby nas pochwalić albo zganić do tego, jeśli coś jest nie tak, bo ta interakcja na tym poziomie między słuchaczami, odbiorcami jakimikolwiek jest bardzo, bardzo fajna.

**Łukasz:** Nie zawsze musimy klepać się po plecach. Czasem lepiej sobie powiedzieć po to, żeby usprawniać pewne rzeczy. Oczywiście, że tak.

**Przemek:** Okej, to dziękujemy i do usłyszenia.

JINGIEL