

# Adrian Piórko

---

## Etos trenera wschodnich sztuk i sportów walki

---

Idō - Ruch dla Kultury : rocznik naukowy : [filozofia, nauka, tradycje wschodu, kultura, zdrowie, edukacja] 4, 149-154

---

2004

Artykuł został zdigitalizowany i opracowany do udostępnienia w internecie przez Muzeum Historii Polski w ramach prac podejmowanych na rzecz zapewnienia otwartego, powszechnego i trwałego dostępu do polskiego dorobku naukowego i kulturalnego. Artykuł jest umieszczony w kolekcji cyfrowej [bazhum.muzhp.pl](http://bazhum.muzhp.pl), gromadzącej zawartość polskich czasopism humanistycznych i społecznych.

Tekst jest udostępniony do wykorzystania w ramach dozwolonego użytku.

Mgr Adrian Piórko jest absolwentem Akademii Wychowania Fizycznego w Krakowie. Tytuł magistra otrzymał w 2001 roku po obronie pracy na temat „Wpływ wschodnich sztuk walki Oyama karate na rozwój osobowości młodzieży”. Pracę magisterską pisał pod kierunkiem znakomitego krakowskiego profesora Andrzeja Szyszko-Bohusza.

Adrian Piórko jest praktykiem sztuk walki (1 DAN Oyama karate) oraz byłym mistrzem Polski w knockdown karate (tytuł uzyskany w Czeladzi w r. 2001).

ADRIAN PIÓRKO  
AWF Kraków

## Etos trenera wschodnich sztuk i sportów walki

Słowa kluczowe: pedagogika holistyczna, rozwój duchowy, osobowość, trener, style kierowania w sporcie, trening sportowy, wychowanie w treningu sportowym, samodoskonalenie

*Tylko trener potrafiący wpływać na motywację zawodników oraz posiadający łatwość komunikowania się z nimi odniesie sukcesy w pedagogicznym procesie, jakim jest trening sportowy.*

Kurs podstawowy FISA<sup>1</sup>

### 1. Trener jako propagator założeń pedagogiki holistycznej

Jak podaje A. Szyszko-Bohusz współczesna epoka cywilizacji naukowo-technicznej obok wielkich osiągnięć w zakresie rozwoju nauki, niesie z sobą również zjawiska niebezpieczne, a nawet groźne. Ich głównym źródłem są trzy kryzysy cywilizacyjne: kryzys etyczny, kryzys pedagogiczny oraz kryzys ekologiczny [Szyszko-Bohusz 1997, s. 7–20]. Nigdy wcześniej człowiek nie wymagał tak ogromnej uwagi, opieki i ochrony jak teraz. Ludzkość bowiem znalazła się blisko krawędzi totalnej zagłady i zniszczenia. Zagrożenia wojną termonuklearną; nowe konflikty zbrojne wybuchające w różnych częściach świata; ogólny terroryzm i narastające podziały wśród ludzi – to w niewielkim skrócie obraz aktualnej sytuacji, w jakiej znalazła się cała ludzkość. Nakreślona powyżej sytuacja współczesnej cywilizacji skłania do refleksji: jaką rolę powinien spełniać trener coraz bardziej popularnych dyscyplin sportowych jakimi są wschodnie sztuki walki? Kim powinien być dla młodego człowieka? Jakie cele, zadania powinien realizować? A. Szyszko-Bohusz pisze o najważniejszym, nadrzędnym celu każdego adepta sztuk walki, którym nie jest jedynie osiągnięcie mistrzostwa sportowego w zakresie sprawności fizycznej, ale przede wszystkim **rozwój duchowy**, doskonalenie poziomu etyki, uwrażliwienie na każdą niesprawiedliwość oraz krzywdę zadaną pojedynczej jednostce oraz całej ludzkości. Zatem każdy trener sztuk walki powinien brać pod uwagę rozwój duchowy swoich wychowanków jako zadanie najistotniejsze, priorytetowe. Takie podejście do jednostki zakłada pedagogika holistyczna, dotycząca dogłębnego rozwoju i odnowy całego człowieka [ibidem]. Kładzie ona ogromny nacisk na atmosferę psychiczną oraz wzajemne ustosunkowanie się do siebie nauczycieli i uczniów. Dominujące znaczenie w kształtowaniu osobowości młodego człowieka przypisuje wzajemnym stosunkom opartym na zaufaniu, życzliwości oraz twórczym poszukiwaniu prawdy [ibidem].

Współczesna epoka cywilizacji technicznej, niesie z sobą ogólny rozpad podstawowej komórki społecznej, jaką jest rodzina. Przyczyn zaburzeń w jej prawidłowym funkcjonowaniu jest wiele. Na uwagę zasługują te, które oddziałują destrukcyjnie na jakość atmosfery wychowawczej rodziny i są to między innymi: powierzchowna bądź zadna wiedza rodziców o wychowaniu dzieci; błędne metody wychowania; coraz większa swoboda młodzieży w ró-

<sup>1</sup> Federation Internationale des Sociétés d' Aviron – Międzynarodowa Federacja Towarzystw Wioślarskich.

żnych dziedzinach życia. Istnieje zatem konieczność zapewnienia młodzieży dojrzałej, dostosowanej do wymogów czasu pedagogiki, uwzględniającej całościowość uwarunkowań oddziałujących na młodzież. Taka właśnie jest pedagogika holistyczna. Tu staje niezwykle zadanie przed trenerami wschodnich sztuk walki, których głównym celem powinna stać się kreacja osobowości młodego człowieka, z uwzględnieniem jego rozwoju duchowego.

Trener jako nauczyciel i wychowawca, powinien dążyć do przekazania wychowankom prawdy, zgodnej z aktualnym poziomem jego wiedzy [ibidem]. Prawdy tej nie mogą zniekształcić jakiegokolwiek względy natury osobistej, politycznej, ideologicznej itp. Podstawowym zadaniem trenera powinno być zatem obdarzenie swoich wychowanków całościowością zdobytej przez siebie wiedzy oraz usuwanie wszelkich przeszkód, sporów hamujących wszechstronny rozwój ich osobowości [ibidem].

Trener jako propagator założeń pedagogiki holistycznej, powinien dążyć do stworzenia głębokiego kontaktu psychicznego i zrozumienia między nim a wychowankiem. Kontakt ten warunkuje bowiem trenerowi możliwość roztoczenia nad trenującymi wszechstronnej opieki, obejmującej podstawowe sfery osobowości (sferę fizyczną, sferę emocjonalną). Należy stworzyć taki klimat emocjonalny między trenerem a wychowankiem, aby zostały przełamane wszelkie bariery obcości, nieufności, lęku, formalizmu.

Osobowość trenera powinna emanować mocą i energią twórczą oraz głęboką życzliwością do wszystkich trenujących. Owa życzliwość i pozytywna energia powinny być tak potężne, aby zdolne były przezwyciężyć wszelkie szkodliwe wpływy i kontakty, którym bezustannie podlega osobowość dzieci i młodzieży. Trener, w świetle założeń pedagogiki holistycznej, winien dążyć do wszechstronnego rozwoju całej osobowości trenujących, przygotowania ich do myślenia; działania samodzielnego, własnego i twórczego [ibidem].

Zdaniem A. Szyszko-Bohusza, w obecnej epoce, pełnej niekontrolowanego pośpiechu, totalnego zagrożenia ludzkości katastrofą nuklearną oraz spłylenia najważniejszych wartości humanistycznych – pedagogika holistyczna, będąca synonimem pokoju wewnętrznego, radości i twórczej energii – ma szczególnie doniosłe znaczenie. Tu staje niezwykle zadanie przed trenerami sztuk walki, którzy winni propagować jej założenia i wcielać je w swoją trenerską pracę. Takie holistyczne, całościowe podejście do trenujących, da im możliwość pełnego rozwoju osobowości oraz dobre przygotowanie do samodzielnego myślenia i działania.

## 2. Czy istnieje jeden wzorzec idealnego trenera?

Trener czy instruktor sztuk walki winien być wychowawcą młodego człowieka; ma „stworzyć” to, czego w nim nie ma, stworzyć wewnętrzną siłę organizującą, stworzyć wolę samowychowania [Berdel, Kawalec 2003, s. 94]. Niestety takich tendencji jest zbyt mało w pracy trenerskiej obserwowanej na gruncie europejskim.

Młodzi nadal pozostają twórcami swojego życia i ponoszą za nie największą odpowiedzialność. Rzeczywistość stała się dla młodych ludzi tak bardzo skomplikowana, że – jeden bardziej inny mniej – wszyscy potrzebują swoistej „tyczki”, która by ich podtrzymywała w chwilach zmęczenia lub wtedy, kiedy grozi im wypaczenie. Rolę tę musi podjąć trener, instruktor, nauczyciel itp.

Podstawową rolę trenera, z której wypływają wszystkie inne, jest rola kierownika procesu treningowego. Styl kierowania ma ogromny wpływ na efekty i osiągnięcia sportowe zawodników. Ma również istotne znaczenie dla stosunków między trenerem a zawodnikiem. Styl kierowania można utożsamiać z określonymi wymiarami osobowości trenerów [ibidem]. Należy się zastanowić nad tym, czy istnieje jeden typ, jeden wzorzec idealnego trenera; jakie wymiary osobowości, jakie cechy posiadają wybitni trenerzy. **Idéalnego trenera nie ma.** Wśród trenerów z największymi osiągnięciami, można wyróżnić całą plejadę najrozmaitszych typów osobowości o różnym wykształceniu oraz stosujących różne metody szkolenia

i kierowania zawodnikami. Nie są to ludzie bez pewnych wad czy słabostek. Wysokie osiągnięcia w pracy zawodowej uzyskują dzięki wybitnemu rozwojowi i wykorzystaniu swoich zalet, pewnych cech i właściwości. Oczywiście u każdego trenera mogą one być bardzo zróżnicowane [Czajkowski 1996, s. 118]. Istnieje możliwość wskazania pewnego zestawu cech, którymi odznaczają się najwybitniejsi trenerzy. Należy sądzić, że właśnie one znajdują się u podstaw ich wielkich osiągnięć.

Trenerzy są to ludzie niezwykle energiczni, czynni, przebojowi, a przy tym cechuje ich duża potrzeba uznania, jak również:

- ogromna pewność siebie, wiara w swoje siły, poczucie własnej wartości;
- **twórcze nowatorstwo**, wprowadzanie innowacji;
- **bardzo dobre opanowanie techniki**;
- **umiejętność przekazania swoich teorii, doświadczenia praktycznego, umiejętności technicznych**;
- **duże umiejętności i zamilowanie pedagogiczne, umiejętność przekazywania wiedzy, zapala swoim uczniom**;
- **wysokie poczucie obowiązku i wielka pracowitość** [Czajkowski 1994, s. 114].

Trenerzy stosują wiele stylów kierowania w sporcie i oddziaływania wychowawczego. Najczęściej wyróżnia się dwa krańcowe typy: **władczy** (dyktatorski) oraz **współpracujący** (demokratyczny). Obserwacje pracy trenerskiej wskazują, iż systemem bardziej skutecznym i bardziej wychowawczym jest styl współpracujący. Wybór danego stylu kierowania przez trenera w dużej mierze zależy od jego osobowości oraz jego poglądów [Czajkowski 1996, s. 118]. Niełatwo zaakceptować taką rolę – rolę kierowania i przewodzenia. Często bywa tak, że gdy człowiek wyjdzie sam na szczyt, wciąga drabinę za sobą. Nie potrafi tolerować ambicji ludzi młodych, a każdego podwładnego traktuje jak potencjalnego rywala. Tacy ludzie kurczowo trzymają się swoich pozycji jak najdłużej i zamiast wychowywać następców, nieustannie walczą z konkurencją. Jest to mylny sposób kierowania innymi [Berdel, Kawalec 2003, s. 97–98].

Trener i jego styl kierowania mają ogromny wpływ na osobowość młodego człowieka. Ludzie, szczególnie młodzi, nie cierpią nudy i bezczynności. Zazwyczaj są zadowoleni z kierowania, które potrafi ich nauczyć jak cieszyć się treningiem, obowiązkiem. Trener winien wychowywać tych, którzy jego treningom podlegają, rozwijać ich osobowość, poszerzać możliwości, inspirować ich.

Jak podaje Z. Czajkowski można przyjąć, że obecnie, a w każdym razie w najbliższej przyszłości, tylko ci trenerzy będą odnosić sukcesy, którzy będą dobrze znać nauki podstawowe oraz – co jest niezmiernie ważne – będą z tych nauk w praktyce korzystać [Czajkowski 1994, s. 83]. Trener powinien korzystać z różnych nauk, zarówno przyrodniczych, jak i społeczno-humanistycznych. Brak wiedzy w zakresie nauk podstawowych prowadzi często do poważnych błędów w jego pracy, a niez znajomość psychologii i pedagogiki chyba najbardziej ujemnie i najszybciej odbijają się na jakości i skuteczności szkolenia [ibidem]. Większość trenerów rzadko wykorzystuje wiedzę z psychologii czy pedagogiki i często nie docenia jej znaczenia. Może być tak dlatego, że w sporcie najbardziej widoczny jest ruch, walka. Siłę, szybkość, poprawność ruchu dostrzega się łatwo, natomiast trudniej zauważyć kierunek i treść motywacji czy cech osobowości trenujących. Podkreślić należy, że ważne są wszystkie nauki podstawowe (nie tylko psychologia czy pedagogika) i ze wszystkich należy korzystać.

Jedną z ujemnych stron współczesnego sportu jest traktowanie zawodników w sposób przedmiotowy, instrumentalny. Tracą oni niejako swoją podmiotowość i stają się wykonawcą poleceń trenera, wtłoczeni w system produkowania wyników. Obecnie znaczenie współzawodnictwa, pogoń za rekordami, widowiskowość, reklama nabrały wielkiego i chyba przesadnego znaczenia [ibidem, s. 107]. Zwycięstwa, medale, sława stają się najwyższym

celem, a zawodnik traktowany jest instrumentalnie. W takim podejściu brak zupełnie więzi uczuciowych trenera i zawodnika; aspektów wychowawczych i psychologicznych treningu i walki sportowej; właściwej motywacji i radości [ibidem, s. 108].

W nakreślonej powyżej sytuacji nie ma mowy o pedagogicznym i wychowawczym podejściu trenera do zawodnika. Taki układ nie rokuje długotrwałych sukcesów zawodników i nie przekazuje im humanistycznych wartości sportów walki. Dlatego niezmiernie ważnym obowiązkiem trenera jest kształtowanie samodzielności zawodnika, jak i pielęgnowanie tych humanistycznych wartości.

**Trening sportowy** powinien przygotować do udziału w zawodach i osiągania jak najlepszych wyników, ale także do życia i pracy w społeczeństwie. Dla osiągnięcia obu celów potrzebne jest wyzwolenie inicjatywy sportowca, jego właściwej motywacji, czynnej postawy oraz – co jest ogromnie ważne – ukształtowanie umiejętności dokonywania wyborów i podejmowania decyzji [ibidem, s. 110]. Trzeba wyszkolić i wychować zawodnika tak, aby mógł samodzielnie myśleć, podejmować decyzje i walczyć. Jeśli chcemy, by wartości humanistyczne sportów walki nie były tylko czczą deklaracją, to musimy zrobić wszystko, by zawodnika traktować podmiotowo, rozwijać jego osobowość, pomagać mu w samourzeczywistnieniu *m.in.* poprzez udział w treningach oraz dokonywanie wyborów. Inaczej sporty walki nie spełnią zadań uspołecznienia młodych ludzi i przygotowania ich do życia. Samodzielność, inicjatywa, spostrzegawczość, odpowiedzialność podejmowanie decyzji ważne są w treningu, w walce sportowej jak i w życiu społecznym [ibidem, s. 112].

Łatwo zauważyć, iż zawód trenera jest wprost niezwykły. Ma on bowiem ogromne możliwości oddziaływania na młodzież (daleko większe niż np. nauczyciel w szkole czy oficer w wojsku) choćby z powodu atrakcyjności działalności sportowej oraz z faktu, że jest to działalność dobrowolna. Niezwykłość zawodu trenera polega również na tym, że w związku ze swoimi obowiązkami zawodowymi pełni niejako wiele różnych ról społecznych. Oczywiście, trener jest głównie i przede wszystkim nauczycielem – wychowawcą [ibidem, s. 99].

Wychowanie stanowi stały czynnik składowy treningu, powinno ono przenikać cały proces szkolenia, tworząc jedność z nauczycielem, doskonaleniem i kształtowaniem. W zakresie oddziaływania wychowawczego, kształtowania odpowiednich postaw oraz poglądów, motywowania – trener musi pamiętać o kilku faktach. Po pierwsze, samo uprawianie sportu – bez odpowiedniego oddziaływania wychowawczego – nie kształtuje „samoczynnie” wartościowego człowieka. Niestety sport może również sprzyjać kształtowaniu postaw i cech negatywnych, społecznie szkodliwych [ibidem, s. 99]. Po drugie, w oddziaływaniu wychowawczym można i należy stosować rozmaite środki i sposoby dostosowane do wieku oraz poziomu zawodników i ich cech osobniczych, przy czym pamiętajmy, że najlepiej działa przykład osobisty. Ponadto, należy rozwijać różne społecznie wartościowe i skuteczne zabiegi motywacyjne, ze szczególnym naciskiem na motywację wewnętrzną. Wychowując zawodnika należy dążyć do kształtowania u niego poczucia niezależności, aktywnej postawy, odpowiedzialności za swój udział w treningu i wyniki sportowe oraz umożliwić mu dokonywanie wyborów [ibidem, s. 102–103]. Trener czy instruktor sztuk walki będący zarówno nauczycielem jak i mistrzem i wzorem, pełni istotną rolę w procesie wychowania młodego człowieka. Uczni naśladowe go, powtarzając jego ruchy technik i form walki. Tym bardziej jest on podatny na wpływ osobowy nauczyciela, który jest tu ekspertem i z którym uczeń się identyfikuje.

Należy zaznaczyć, iż inna jest rola nauczyciela w sztukach walki a inna w sportach walki. „Trener sportów walki – wg Fredersdorfa – czuje się odpowiedzialny za fizyczne kształtowanie uczniów, kieruje trening w zawodach, uwikłany jest w grupowe dynamiczne procesy między sportowcami, zwłaszcza wobec „mistrzów sportu”. Natomiast

mistrz sztuk walki czuje się fizycznie i moralnie odpowiedzialny za każdego pojedynczego ucznia – przedstawia uczniom cele „drogi” i możliwości pełnej samointegracji. Sensei (nauczyciel) buduje stabilne związki ze swoimi uczniami, uczy i wychowuje, pełni funkcję ojcowską – wprawdzie z samostojnym autorytetem fachowości i duchowej mocy, ale koniecznie z ambiwalentną postawą przywódcy” [Cynarski 2000, s. 69].

Kalina wprowadza kategorię „prawdziwego Mistrza”. „Ma to być człowiek rozwinięty wewnątrz (duchowo, moralnie), który ukształtował swoją zdolność samoobrony i łączy w sobie walory filozofów, pedagogów i wojowników, przeciwstawiających się złu w jego różnych postaciach” [Kalina 1991, s. 85].

Celem powyższej publikacji nie jest ukazanie różnic pomiędzy trenerami wschodnich sztuk walki a sportów walki, choć ich role różnią się zasadniczo. Starałem się nieco uogólnić problem „idealnego trenera”, wskazując na te cechy i właściwości, które winien reprezentować każdy z nich. Zarówno trener sportów walki, jak i sztuk walki winien uwzględnić nie tylko rozwój fizyczny trenujących, ale przede wszystkim powinien dążyć do ich samodoskonalenia, do osiągnięcia przez ćwiczących cielesnej i duchowej jedności.

## BIBLIOGRAFIA

1. Barankiewicz J. (1992), *Poradnik nauczyciela wychowania fizycznego*, Wojewódzki Ośrodek Medyczny, Kalisz.
2. Berdel B., Kawalec A. (2003), *Relacje interpersonalne w kulturze fizycznej. Trener – zawodnik* [w:] Cynarski W. J., Obodyński K. [red.], *Humanistyczna teoria sztuk i sportów walki. Koncepcje i problemy*, Rzeszów.
3. Cynarski W. J. (2000), *Filozofia sztuk walki. Ontologia i aksjologia azjatyckich sztuk walki*, „Rocznik Naukowy Idō – Ruch dla Kultury”, t.1., Rzeszów, s. 69.
4. Cynarski W.J., Berdel B. (2000), *Warsztat pracy instruktora sztuk walki, jako nauczyciela kultury fizycznej*, „Rocznik Naukowy Idō – Ruch dla Kultury”, t.1., Rzeszów, s. 128–130.
5. Cynarski W.J., Obodyński K. (2003) [red.], *Humanistyczna teoria sztuk i sportów walki. Koncepcje i problemy*, Rzeszów.
6. Czajkowski Z. (1994), *Poradnik trenera*, Warszawa.
7. Czajkowski Z. (1996), *Psychologia sprzymierzeńcem trenera*, Warszawa.
8. Czajkowski Z. (2000), *Wiedza, umiejętności, osobowość i praca trenera*, „Człowiek i Ruch – Human Movement”, nr 2.
9. Fechner P., Ruciński M. (1985), *Karate-do. Pokonać samego siebie*, Warszawa.
10. Gnitecki J., Pasternak W., Szyszko – Bohusz A. (1997) [red.], *Świat, Edukacja, Wszechświat*, Poznań.
11. Grabowski H. (2000), *Co koniecznie trzeba wiedzieć o wychowaniu fizycznym*, Kraków.
12. Kalina R. M. (1991), *Przeciwdziałanie agresji. Wykorzystanie sportu do zmniejszenia agresywności*, PTHP, Warszawa.
13. Kalina R.M. (2000), *Teoria sportów walki*, COS Warszawa.
14. Kalina R.M., Jagiello W. (2000) [red.], *Wychowawcze i utylitarne aspekty sportów walki*. AWF Warszawa.
15. Mika S. (1975), *Wstęp do psychologii społecznej*, PWN Warszawa.
16. Miłkowski J. (1985), *Karate*, MON, Warszawa.
17. Pawlak J. (1973), *Wybrane zagadnienia teorii treningów sportów walki*, PFS, Warszawa.
18. Skurska J (1996), *Karate – droga doskonalenia*, Łódź.
19. Sterkowicz S. (1999) [red.], *Czynności zawodowe trenera w sportach walki*, Kraków.
20. Sterkowicz S. (2001) [red.], *Czynności zawodowe trenera i problemy badawcze w sportach walki*, AWF Kraków.
21. Szyszko-Bohusz A. (1989), *Pedagogika holistyczna*, PAN, Ossolineum, Wrocław.
22. Tokarski S. (1989), *Sztuki walki. Ruchowe formy ekspresji filozofii Wschodu*, Glob, Szczecin.
23. Zukowska Z. (1973), *Sport w życiu młodzieży współczesnej*, „Sport Wyczynowy”, s. 12–15.

**The ethos of the combat sports' trainer. Trainer as a propagator of some guidelines on holistic pedagogy**

**Key words: holistic pedagogy, spiritual development, personality, trainer, styles of conduct in sport, sports training, education through sports training, self-development**

The main aim of the article is to present the role of the trainer and his/her work taking under consideration different aspects: his/her personality, training and educational skills as well as his /her basic tasks and aims.

In this article there are not too many details concerning all aspects of trainer's work. The author tried to present mainly those issues of trainer's work which are crucial for the trainees' personality development. Special emphasis is put on its role in the holistic conceive of the trainees.

The major part of the article is devoted to the ideal model of the combat sport's trainer. The author shows that there is not one, ideal model of a good trainer but gives the set of features which are characteristic of those who are the most talented and distinguished ones.