

«Η γλώσσα κόκκαλα δεν έχει και κόκκαλα τσακίζει!»
Η βία των λέξεων και η παιδική ψυχή.



Στράτος Βραχιώλιας

Ψυχολόγος

Επιστημονικά Υπεύθυνος του

Κέντρου Πρόληψης των Εξαρτήσεων και Προαγωγής της Ψυχοκοινωνικής Υγείας Π.Ε. Έβρου¹

Κάθε δράση συνειδητής μάθησης απαιτεί από το άτομο να είναι ικανό να πληγωθεί η αυτοεκτίμησή του!

Άγνωστος

Όλα όσα ξέρω για τη ζωή τα
έμαθα από το ποδόσφαιρο!



Αλμπέρ Καμύ

Το...αυτοκρατορικό γεράκι!





Τι θέλουν τα παιδιά από έναν προπονητή;

1. Σεβασμό και ενθάρρυνση
2. Να είναι θετικό πρότυπο
3. Ξεκάθαρη και διαρκή επικοινωνία
4. Γνώση του αθλήματος
5. Κάποιον ν' ακούει

(George Washington University, 2014)

«Μαθαίνω ακόμα και από τα παιδιά στην ακρογιαλιά, ίσως γιατί το ποδόσφαιρό μου είναι κάπως παιδικό, διασκεδάζω σαν παιδί»



ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ

- Πως ακούω;
- Πως μιλάω;
- Πως σωμαίνω;



ΛΙΓΗ ΑΝΑΤΟΜΙΑ...

Ο Θεός μας έδωσε:

Δύο αυτιά και ένα στόμα

Δόντια και χείλη



Πως ακούω;



Προς προπονητές:

Οι παίκτες σου δεν θα σου λένε πάντα τι έχουν, ούτε τι σκέφτονται, ούτε τι νιώθουν. Λόγω φόβου, ντροπής, έπαρσης, έλλειψης εμπιστοσύνης, περιορισμένου χρόνου ή απουσίας κατάλληλου χώρου.

Πάντα όμως θα στο δείχνουν!

Εσύ πρέπει να το αναγνωρίζεις και να το διαχειρίζεσαι

Αχιλλέας Υφαντίδης

ΆΚΟΥ ΝΑ ΔΕΙΣ!

- Δεν ακούμε με τα αυτιά αλλά με την καρδιά!
- Το αισθητήριο όργανο της ακρόασης είναι η καρδιά!

12 Μοντέλα Απαντήσεων

1. Δίνει διαταγές
2. Προειδοποιεί, απειλεί
3. Δίνει μάθημα ηθικής
4. Συμβουλεύει, κάνει υποδείξεις, προτείνει λύσεις
5. Επιχειρηματολογεί, πείθει, εξηγεί με τη λογική
6. Ασκεί κριτική, κατηγορεί
7. Γελοιοποιεί, ντροπιάζει
8. Ερμηνεύει, αναλύει
9. Ηρεμεί, παρηγορεί, καθησυχάζει
10. Κάνει ερωτήσεις
11. Αλλάζει τη συζήτηση, κάνει χιούμορ
12. Συγχαίρει, αποδέχεται

«Όσο περισσότερο ανησυχείς για το άτομο,
τόσο περισσότερα θα έχεις ως αντάλλαγμα».



Γιούργκεν Κλοπ

Πως μιλάω;



Όταν σκοράρεις, είσαι «μεγάλος!»
Όταν δεν σκοράρεις, είσαι «χοντρός!»!



Έχει αυστηρά κριτήρια

Απαιτητικός

Γεμάτος εκπλήξεις

Απρόβλεπτος

Ενθουσιώδης

Φωνακλάς

Μπορεί να διαμορφώνει άποψη

Αντιρρησίας

Υπερασπίζεται τις απόψεις του, δεν παραδίδει τα όπλα όταν αντιμετωπίζει δυσκολίες

Πεισματάρης

Ευαίσθητος

Γκρινιάρης

Εκλεκτικός

Ψειρίζει

Διεκδικητικός

Επιθετικός



Αυτοεκπληρούμενη προφητεία!



Τα πουλιά πετούν, τα ψάρια κολυμπούν,
οι άνθρωποι ΝΙΩΘΟΥΝ !



**ΤΑ ΛΟΓΙΑ ΕΝΟΣ ΠΡΟΠΟΝΗΤΗ
ΜΠΟΡΟΥΝ Ν' ΑΛΛΑΞΟΥΝ ΜΙΑ ΖΩΗ!**



- Φράσεις -σφαίρες Προπονητών



Βούλωσέ το!
Κόφτο!
Κοιμισμένε!
Κάνε αυτό που σου λέω!
Είσαι απαράδεκτος!
Τα έκανες σκ...ά!
Άχρηστε!
Άμπαλε!

Τσακίσου φύγε από μπροστά μου!
Χέστα!

Ξέσκισέ τους!
Πάρ'τα πόδια σου!
Μ...μένα!

Μέχρι να σηκώσεις το ένα σου πόδι, βρωμάει το άλλο.
Ξύπνα ρε!

Που ταξιδεύεις ρε;
Εδώ ήρθαμε να παίξουμε μπάλα,
δεν είναι παιδική χαρά!

Τελικά, επικοινωνώ ή
καταγγέλλω;



Συναισθηματικός καθρέφτης



Οι λέξεις μας είναι ντυμένες. Φοράνε
ρούχα που τα λένε συναισθήματα.



2.500 αρνητικά επίθετα
1.000 θετικά επίθετα



ΤΟ ΑΓΟΡΙ ΚΑΙ ΤΑ ΚΑΡΦΙΑ



Η προπόνηση
είναι μια διαδικασία προσωπικής
ανάπτυξης και του...προπονητή!

