

## COMUNICAREA DINTRE SPORTIV ȘI CERCETĂTOR, CONEXIUNI, CONFLICTE ȘI REALITATE

**Ștefan Adrian MARTIN, PhD Candidate,  
University of Medicine and Pharmacy of Tîrgu Mureș**

**Rezumat:** Stabilirea unei legături între cercetător și sportiv reprezintă un element de bază care va influența modularea subiectului de cercetare, cât și a informației de bază. Este importantă identificarea și limitarea percepțiilor proprii față de practica pe care sportivul o deține. Inițierea unei legături bazate pe încredere are posibilitatea de a reduce validitatea subiectului luat în cercetare, datorită tendinței pe care subiecții o dețin în limitarea acțiunilor și întreruperea acestora. Este cert faptul că sportivul, în cele mai multe cazuri, prin percepția individuală, are tendința de a-și limita activitatea într-un moment de intensitate, volum crescut, însă această scădere a nivelului de activitate, este percepută ca fiind o protejare a organismului, în momente de stres fizic/psihic, acțiune care uneori poate fi justificată, însă, alteori nu poate fi justificată, alterând acțiunea, a cărui obiectiv vizează obținere unor date. Modul în care rezultatele sunt gestionate și interpretate depinde de modul în care autorul în cauză percepe rezultatele obținute și totodată modul în care le gestionează. Drept urmare, aspectul precizat trebuie aplicat în modul de cercetare. Stabilirea unei conexiuni între cercetător și sportiv, prin respectarea activității de bază, evitarea conflictelor prin limitarea percepțiilor proprii și atingerea valorilor reale, prin confirmare sportivă, statistică cât și personală, va reprezenta obiectivul unui studiu de cercetare în domeniul medical, și în domeniul sportiv.

**Cuvinte cheie:** cercetător, comunicare, sportiv, performanță

### Introducere

Comunicarea apare ca element definitoriu în activitatea tuturor persoanelor. Este descrisă ca fiind un proces de transmitere a informațiilor, indiferent de forma în care se realizează. Stabilirea unei legături, cât și obținerea unor acțiuni comune, cu efect pozitiv, asupra obiectivului final este reglementată de comunicarea întreprinsă și gestionarea acțiunii propriu-zise. Forma de comunicare aleasă are în vedere formele existente, și utilizarea lor generală cu preponderență, și anume, forma verbală, cât și forma non-verbală de comunicare, ca și mod de interacționare a sportivilor, cât și a colectivului tehnic din jurul său. Din punct de vedere teoretic, traducerea cercetătorului, cât și al sportivului se va realiza prin utilizarea termenilor de emițător, respectiv, receptor. Informația transmisă, este regăsită prin termenul de mesaj, sub „suportul fizic” al canalului de transmitere, identificat formal – structură

ierarhică -, sau informal – fără o structură aparte -. În practica sportivă zilnică, separat de acțiunea de cercetare impusă, modul de interacționare/ comunicare cu sportivii joacă un rol important. Astfel, limbajul în activitatea descrisă, trebuie să aibă în vedere, profesional, o funcție emotivă (de transmitere a sentimentelor/ a trăirilor), funcție conativă (convingere asupra unei informații), și funcție referențială (concentrată pe referent, și pe realitatea mesajului).

În practica sportivă, termenul de performanță este folosit de cele mai multe ori, în dauna termenului de comportament, asociat cu diferite situații. Aceste informații sunt de o importanță aparte în diferențierea nivelului de practică sportivă, asociate cu obiectivele acțiunii sportive (ex. sportivi de performanță care dețin un obiectiv principal stabilit în unitate de timp, față de sportivi amatori cu obiective generale). Orice modificare a comportamentului, este dictată de o acțiune emoțională (psihologică). De altfel, pentru a observa legăturile expuse între cele două tabere distincte, este necesară utilizarea unor mijloace precum: întrebări, interviuri, observarea comportamentului și măsurile psihologice. Toate acestea sunt preluate în descrierea legăturii dintre membrii colectivului tehnic, în diferite acțiuni inițiate cu sportivii. Comunicarea în cercetarea propriu-zisă are în vedere simplificarea mesajului transmis, înțelegerea acestuia de către receptor și utilizarea informației în continuare, spre îmbunătățirea activității de bază. Însă, totodată, pe lângă funcția optimă, se pot întâlni forme de comunicare totală (răspunsul este interpretabil), comunicare parțială (mesajul a ajuns, însă nu există un răspuns), comunicare unilaterală (nu se știe dacă mesajul a ajuns).

Performanța sportivă este reglementată de grupul implicat, conexiunile stabilite și modul în care activitatea se desfășoară. Pentru a ajunge în vârful activității prestate, sunt necesare o serie de cercetări, programări și implementări, care vor milita spre obținerea rezultatului maxim. Din acest punct, este necesară sublinierea unor aspecte relevante, legate de modul în care diferite colective angrenate în activități asemănătoare folosesc comunicarea, ca și formă de îmbunătățire a performanței. Astfel, studii desfășurate anterior, au sugerat faptul că echipele multidisciplinare din jurul unui sportiv câștigător, au comunicat de două ori mai multe mesaje decât echipele multidisciplinare din jurul unui sportiv care a obținut un rezultat slab cota<sup>1</sup>.

Modul în care aceste mesaje sunt transmise diferă. Atitudinile motivaționale au fost regăsite frecvent în sportul de performanță, astfel, sportivul a raportat un grad crescut de interes față de activitatea prestată zilnic. Acțiune îmbunătățită

---

<sup>1</sup> Smith, S. L., Fry, M. D., Ethington, C. A., & Li, Y. (2005). The effect of female athletes' perceptions of their coaches' behaviours on their perceptions of motivational climate, *Journal of Applied Sport Psychology*, 17, 170-177.

și pe baza unui răspuns și a unor critici constructive, pozitive<sup>2</sup>. Aceste informații au posibilitatea de a confirma ipoteza conform căreia, comunicarea reprezintă un element cheie al unității și eficienței de grup în activitatea de performanță<sup>3</sup>. Totodată, trebuie subliniat că întreaga activitatea, conexiune și comunicare vizează partea teoretică a acțiunii desfășurate, ca mai apoi, practica să devină primară (Fig. 1.).

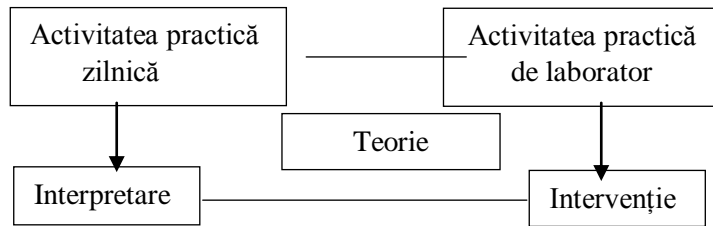


Figura 1. Ciclul de interpretare și aplicare a informațiilor în cadrul cercetării

### Scopul comunicării

Dorim să contribuim la dezvoltarea ramurii de cercetare nutrițională - sportivă concretă, din domeniul medical, în activități practice menite a dezvolta acțiunile impuse în cadrul unor sportivi elită. Totodată, impactul teoretic/practic complex pe care acestea îl au de-a lungul vieții sportive și după aceasta. Debutăm în analiza cercetării prin prezentarea imaginii structurale a sezonului competițional sportiv și momentele de identificare a celor mai importante date existente, menite a îmbunătății activitatea prestată.

### Ciclul sezonului competițional, posibile date abordate

În cadrul general de pregătire al sportivului, există posibilitatea de a colecta spre studierea științifică o serie diferită de date. Cercetarea medicală sportivă are în vedere elemente de biochimie, fiziologie, adaptative, realizate prin metode diferite. Printre acestea, se regăsesc: teste (alegerea unor răspunsuri adevărat-false), chestionare (răspunsuri deschise), interviuri (instruirea individului, evaluarea sa), observații (raport), test de performanță (simulare a raportului), măsurarea performanței (din punct de vedere calitativ și cantitativ), sau autoevaluarea. Aceste domenii de cercetare sunt preluate și abordate diferit de către fiecare sportiv în parte. Există tendința de a evolua

<sup>2</sup> Horn, T.S. (2002). Coaching effectiveness in the sports domain. In T.S. Horn (Ed.), *Advances in sport psychology* (pp. 309–354). Champaign, IL: Human Kinetics.

<sup>3</sup> Haselwood, D.M., Joyner, A. B., Burke, K. L., Geyerman, C. B., Czech, D. R., Munkasy, B. A., Zwald, A. D. (2005) Female Athletes' Perceptions of Head Coaches' Communication Competence. *Journal of Sport Behavior*, Vol. 28 Issue 3, p216-230

liniar, pozitiv, în cadrul unei acțiuni de cercetare, în momentul în care individul/ grupul, luat în discuție, abordează corect și onest aceste acțiuni desfășurate. Totodată, identificarea și convingerea că acțiunile științifice desfășurate îi vor îmbunătăți practica sportivă vor induce o afirmare a datelor obținute și un interes crescut al sportivilor spre consolidarea celor mai bune rezultate.

În cadrul cercetării medical sportive, se observa trei perioade diferite de studiu a activității desfășurate: perioada de pregătire generală; perioada de pregătire specifică; perioada precompetițională; perioada competițională; perioada de tranzit. Fiecare dintre acestea dețin obiective distincte pentru sportiv. Din punct de vedere fiziologic, organismul are parte de un răspuns adaptat în perioadele amintite, acțiune care generează informații utile pe baza unei abordări în detaliu a practicii sportive. Dintre acestea, se amintește procesul de recuperare al individului în urma efortului prestat; pregătirea din punct de vedere energetic pentru o nouă sesiune de activitate, adaptarea în cadrul unei zone de efort, variațiile metabolice, reacția individului la diferite produse administrate etc. Date care fac parte dintr-o arie mult mai largă a testărilor care pot fi întreprinse de către cercetători, spre cunoașterea și adaptarea eficientă, continuă, a mijloacelor necesare îmbunătățirii acțiunilor sportive.

### **Veridicitatea datelor existente în cadrul unei cercetări**

Modul de aplicare a datelor, cât și validitatea acestora este direct influențată de comunicarea interpinsă între cercetător și sportiv. Practic, comunicarea a fost descrisă ca fiind transmiterea/ schimbul de informații, între două sau mai multe persoane<sup>4</sup>. Indivizii angrenați în cercetarea propriu-zisă, și îmbunătățirea performanțelor sportive necesită abilități corespunzătoare de comunicare pentru a transmite informația, protocolul, importanța testărilor întreprinse, cât și pentru motivarea sportivului în activitatea pe care o desfășoară. De altfel, acest aspect reprezintă unul dintre factorii care sunt descriși încă din anul 1981 de către Fuoss D. în lucrarea de specialitate, prezentată și adaptată (Fig. 1.).

---

<sup>4</sup> Fuoss, D. E. & Troppmann, R.J. (1981). *Effective coaching: A psychological approach*. New York: Wiley.

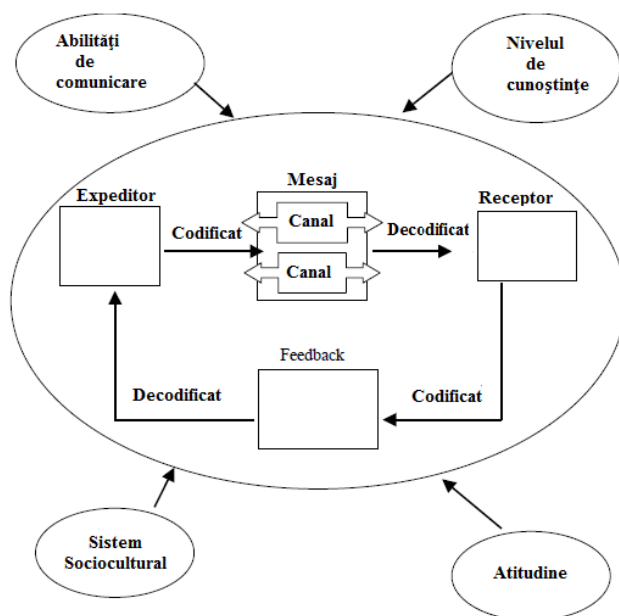


Figura 1. Model circular de comunicare (după Fuoss & Troppmann, 1981)

Modelul prezentat reflectă întru-totul ciclul de comunicare inițiat în cadrul unui proiect de cercetare. O influență puternică este impusă de abilitatea de comunicare, atitudine, nivelul cunoștințelor, cât și sistemul de desfășurare în sine. Abilitatea de comunicare va influența decizia, deschiderea și activitatea sportivului în cadrul cercetării.

Într-o manieră asemănătoare, legată de abilitatea de comunicare, nivelul cunoștințelor, atât la nivel de sportiv, cât și la nivel de cercetător va influența mersul activității. O scădere a cunoștințelor în rândul sportivului, are posibilitatea de a modifica rezultate, pe baza incapacității de a recunoaște importanța testărilor întreprinse. Lipsa onestității, nerespectarea protocolului de lucru, alături de o limitare voită a capacității de lucru, caracterizează atât nivelul scăzut de cunoștințe, cât și atitudinea pe care o deține față de mijloacele științifice de adaptare la efort. Cercetătorul are obligația de a-i explica sportivului, procesul de desfășurare, protocolul de lucru, cât și obiectivul impus, al activității. Aspect care poate genera conflicte și rezultate cu un grad redus de relevanță.

Aceste acțiuni nu constau doar în capacitatea cercetătorului de a transmite informația cât mai corectă, ci și în capacitatea receptorului de a primi această informație și a utiliza-o în practica zilnică. De altfel, din punct de vedere etic, un element important este reprezentat de păstrarea confidențialității datelor pe

care sportivii le înaintează în astfel de activități. Conexiuni atipice se pot întâlni în cazul în care datele proprii ale sportivilor nu sunt respectate. În activitatea sportivă, au existat mereu legături privind posibilitatea cadrului medical de a rezolva o situație medicală descrisă, într-o perioadă scurtă de timp. Sportivii manifestă așteptări crescute spre evoluția lor sportivă favorabilă. Într-o altă ordine de idei, presiuni constante sunt manifestate din partea antrenorului, a managerului și inclusiv a sportivilor, în perioade de recuperare/ pregătire astfel încât practica sportivă a indivizilor să fie una ascendentă<sup>5</sup>. Se preia ideea conform căreia nu personajele unei acțiuni sunt importante, nici situația, ci interacțiunea dintre formele luate în discuție. Din acest punct, trebuie avut în vedere că analizarea oricărei situații trebuie să aibă în vedere două, sau mai multe elemente. Printre acestea se subliniază de cele mai multe ori individul, practica lui, sau/ și condițiile de desfășurare, luând în considerare obiectivul acțiunii desfășurate.

Sub o formă diferită este identificată percepția și atitudinea cercetătorului față de activitatea pe care o prestează. Este de o importanță aparte practica dezvoltată anterior. Totodată, va fi menționat nivelul de cunoștințe referitor subiectului propus. Acesta, va influența direct modul și activitatea de interpretare a rezultatelor. Un nivel de cunoștințe redus, va modifica comunicarea ulterioară cu sportivul care, după caz, va dezvolta, sau nu, interes asupra rezultatelor obținute. Cunoștințele cercetătorului față de parametrii luați în discuție va modifica modul în care interpretarea rezultatelor va fi posibilă. Într-o astfel de manieră se impun diferite legături ca urmare a testărilor întreprinse:

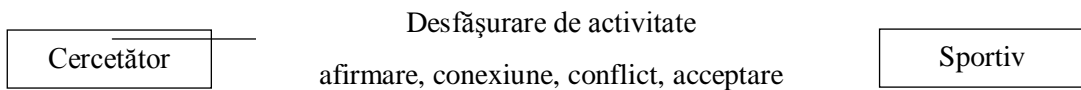


Figura 2. Posibile conexiuni ale activității

Posibilele evoluții dictate de relaționarea cercetător - sportiv, din cadrul procesului științific, pot fi reprezentate de afirmare, conexiune, conflict și acceptare. Fiecare dintre acestea pot fi percepute, și acceptate diferit atât de către sportiv, cât și de către cercetător:

*Acceptare* – Inițierea unei cercetări are în vedere monitorizarea sportivului spre obținerea, și menținerea celor mai bune performanțe sportive. În activitatea sportivă, cercetătorii au privilegiu de a avea în examinare subiecți, a căror

<sup>5</sup> Anderson L C, Gerrard D F, (2005) Ethical issues concerning New Zealand sports doctors, J Med Ethics 31:88–92. doi: 10.1136/jme.2002.000836.

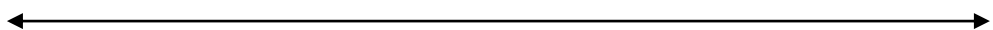
practică zilnică este unică, prin prisma ciclicității efortului desfășurat, a dorinței, și a dârzeniei manifestate pentru a ajunge la cel mai bun nivel în activitatea proprie.

*Conexiune* – Conexiunea este reprezentată de acceptarea unei testări, interpretări și implicit dorința de a avea parte de informații noi despre practica fizică. Astfel de activități, reprezintă acceptarea termenilor impuși, a protocolului de lucru și a acțiunii care va fi desfășurată. De altfel, impunerea procesului de comunicare și relaționare stă la baza acțiunii.

*Afirmare* – Este reprezentată de rezultatele obținute și beneficiul real impus de pe urma unor date relevante. Afirmarea pe baza datelor obținute, reprezintă adoptarea mijloacelor științifice, în practica sportivă ulterioară, spre îmbunătățirea performanței sportive.

*Conflict* – Are în vedere atitudinea sportivului, nivelul de cunoștințe al cercetătorului, însă, în mod special rezultatele obținute, și modul în care acestea reflectă realitatea practicii sportive. Există cazuri în care rezultatele biochimice înregistrate ca urmare a unui efort, sunt negate de către sportiv, pe baza efortului prestat. În astfel de cazuri, legătura de bază dintre sportiv și persoană responsabilă de monitorizare, poate fi negativă.

CONTINUARE ACTIVITATE		ADAPTAREA PARAMETRILOR CA URMARE A TESTĂRILOR DESFĂȘURATE	
Argumente pro	Argumente contra	Argumente pro	Argumente contra
Siguranță	Scăderea performanței	Îmbunătățirea performanțelor	Adaptare la schimbare
Ușurință	Eficiență mecanică	Îndeplinire obiectiv competițional	Modificarea efortului zilnic
Adaptare	Îmbunătățirea datelor de efort	Creșterea șanselor la obținerea unui rezultat favorabil	Timp redus între ședințele de pregătire



\*Zonă de confort fizic  
\*Zonă de nesiguranță privind performanțele sportive

\*Readaptare  
\*Perioadă incipientă bazată pe nesiguranța modificărilor semnificative

Figura 3. Zone de readaptare a activității în funcție de rezultatele obținute în testare

## Concluzii

Adaptarea sportivilor la schimbare este importantă. Relaționarea certă dintre colectivul tehnic al unui sportiv trebuie să asigure continuitate activității desfășurate, indiferent de activitatea prestată. Suportul moral va atinge un nou prag al activității sportive inițiate de către individ.

Cercetarea, drept acțiune individuală, va fi regăsită în practica sportivilor de elită. Din acest punct, interacțiunea cercetătorului și capacitatea acestuia de a expune sportivului beneficiile raportate în practică, va influența rezultatele finale. Se vor regăsi diferite tipuri de sportivi. Gradul de interes va influența conexiunea și comunicare deschisă cu cercetătorul. Lipsa încrederii, și lipsa afirmării sportive, pe baza rezultatelor obținute va influența negativ viitoarele colaborări. Sportivul are obligativitatea de a respecta protocolul de lucru. Limitarea activității sportive monitorizate, voit, de cele mai multe ori nu poate fi depistată decât pe baza testelor realizate anterior, în care, capacitatea sportivului este cert crescută față de valorile obținute în momentul respectiv. O acțiune de acest gen, poate fi exclusă printr-o comunicare eficientă cu sportivul aflat în testare.

Modul de interpretare, spre obținerea eficienței științifice trebuie să fie limitat din punct de vedere al percepției cercetătorului, dacă acestea nu sunt fondate pe baza unor informații/ date științifice. Această acțiune, alături de disponibilitatea și implicarea sportivului, drept urmare a legăturii întreprinse, va asigura eficiența și validitatea datelor aflate în cercetare.

## Bibliografie

- Anderson L, Gerrard D, (2005) *Ethical issues concerning New Zealand sports doctors*, J Med Ethics. 2005 Feb; 31(2): 88–92. doi: 10.1136/jme.2002.000836.
- Blumenstein B., Bar-Eli., Tenenbraum G., (2002), *Brain and Body in Sport and Exercise*, John Wiley & Sons, LTD, UK.
- Boardley I., Kavussanu M., Ring C., (2008) *Athletes' Perceptions of Coaching Effectiveness and Athlete-Related Outcomes in Rugby Union: An Investigation Based on the Coaching Efficacy Model*, The Sport Psychologist, 22, 269-287
- Diane M., Trudel C, Trudel P., (2000), *Coach-Athlete Communication Within an Elite Alpine Ski Team*, Journal Of Excellence, Issue No. 3
- Dijkstra H, Pollock N, Chakraverty R et al. (2014) *Managing the health of the elite athlete: a new integrated performance health management and coaching model*, Br J Sports Med.;48:523-531 doi:10.1136/bjsports-2013-093222.
- Ezzeldin R. (2014) *Communication Management Among Athlete and Coaches*, European Scientific Journal, /SPECIAL/ edition Vol.3

- Goold D, Lipkin M, (1999) *The Doctor–Patient Relationship Challenges, Opportunities, and Strategies*, J Gen Intern Med.; 14(Suppl 1): S26–S33. doi: 10.1046/j.1525-1497.1999.00267.x
- Hambrick M, Simmons J., Greenhalgh G.et al. (2010) *Understanding Professional Athletes' Use of Twitter: A Content Analysis of Athlete Tweets*, International Journal of Sport Communication, 3, 454-471
- Harriss DJ, Atkinson G. (2013) *Ethical standards in sport and exercise science research: 2014 update*, Int J Sports Med.;34(12):1025-8. doi: 10.1055/s-0033-1358756. Epub 2013 Nov 29.
- Kenow L., Williams J., (1999) *Coach-athlete compatibility and athlete's perception of coaching behaviors*, Journal of Sport Behavior 22.2:p251(9).
- Olusoga Peter, Butt Joanne, (2009) *Stress In Elite Sports Coaching: Identifying Stressors*, Journal Of Applied Sport Psychology, 21: 442–459.
- Petróczi A, (2007) *Attitudes and doping: a structural equation analysis of the relationship between athletes' attitudes, sport orientation and doping behaviour*, Substance Abuse Treatment, Prevention, and Policy, 2:34 doi:10.1186/1747-597X-2-34
- Starkes J. L., Ericsson K. A., (2003), *Expert Performance in Sports: Advances in Research on Sport Expertise*, Human Kinetics, USA.
- Weinberg R. S., Gould D., (2010), *Foundations of Sport and Exercise Psychology-5th Edition*, Human Kinetic, USA.