

Rozvojové rozhovory

Josef Severa, Přemysl Panuška
Říjen 2023



1

Popis situace

- 33 rozhovorů
- Každý 1,5 hodiny dlouhý
- Sebereflexe a konzultace - rozvojové otázky otázky na:
 - Ambice
 - Sebereflexe
 - Konzultace s Přemkem – dlouhodobý sportovní potenciál (datová analýza)
 - Algoritmus úspěchu
 - Bariéry úspěchu
 - Mentální vzorce (pomáhající, zrazující)
 - Potřeby
 - Posilování odpovědnosti za sebe a vztah ke trenérovi
- Náročné rozhovory, hluboké přemítání, jednoduché otázky na tělo, návrhy řešení
- Často poprvé, kdy je takto se sportovcem hovořeno



2

Rozvojová otázka - co je TOP TOP TOP světová profesionální špička?



**Český
Veslařský
Svaz**

Co musí změnit SVAZ
(sportovní koncepce,
pravidla hry,
profesionální
podpora, centrální
dohled na
trenéry/sportovce)?



Co musí změnit
TRENÉR
(osobní vzor,
tréninkové metody,
datová podpora,
mezinárodní
kontext)?



Co musí změnit
SPORTOVEC
(sebezpoznání,
sebevědomí,
sebeodhodlání,
sebemotivace)?

3



Typická doporučení v rozhovorech

4

Odpovědnost za svůj život máš jen TY SÁM

- Nemůžeš si stěžovat, že za to mohou druzí, protože to většinou nevyřeší situaci
- Musíš mít plán, co a jak je potřeba posunout, aby se cíl dal dosáhnout
- Když to nefunguje, TY musíš změnit svůj přístup, svoje vzorce myšlení a chování – i za prostředí
- Hledej TO, co funguje (toho chtěj více) a chtěj méně toho, co nefunguje
- Máš odpovědnost za všechno, co k sobě připoutáš



5

Nikdy se nespokojuj s průměrností

- Nemůžeš být elita ve sportu a zároveň nula v jiných oborech
- Náročnost k sobě v jedné oblasti se podporuje / podmiňuje s náročností na sebe v dalších oblastech života
- Což vede ke strategii – úspěšný člověk – úspěšný sportovec



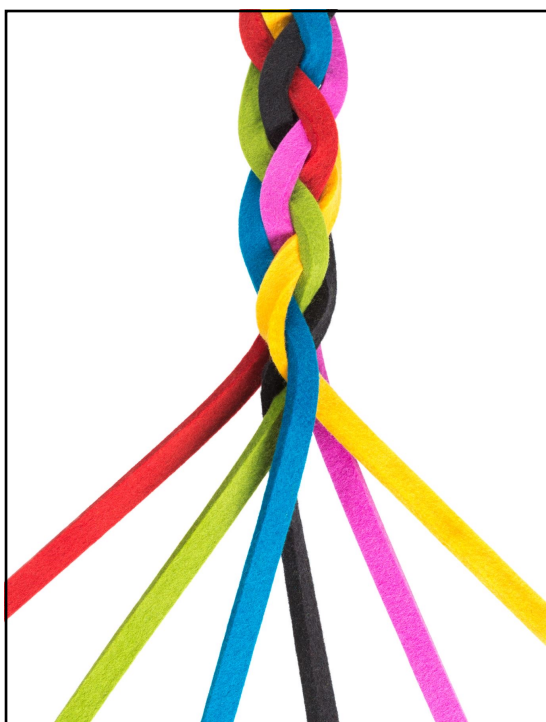
6



Hledej svůj klíč úspěchu

- Dávej si jen cíle, kterých můžeš dosáhnout
- Dávej si malé cíle na krátké období a neustále vyhodnocuj, jak si vedeš – zda je cesta dobrá a také cíl je vhodný
- Neber ne/splnění menších cílů jako ultimativní smysl, ale ber to jako ZKUŠENOST, jak nastavovat cíle a své cesty
- Ale počítej s tím, že každý úspěch se počítá a že úspěch je droga – čím více drogy, tím více chuti po další droze
- Co Ti pomůže v jedné oblasti svého života, to můžeš použít i ve všech dalších

7



Čím více lan k úspěchu, tím větší šance neomezeného růstu

- Sport
- Architektura
- Podnikání
- Pohoda v loděnici
- Zajatý závod
- Rodina
- Peníze
 - Čím více lanek, tím silnější provaz
 - Každý, kdo Ti hodí lano, za něj může taky ve správný čas potáhnout!!

8