



# COMUNICAREA ÎN EDUCAȚIA FIZICĂ MILITARĂ

## COMMUNICATION IN MILITARY PHYSICAL EDUCATION

Mr. Gabriel Constantin CIAPA\*

Existența omului este condiționată de factori diverși cu implicații majore în evoluția sa, comunicarea fiind unul dintre ei. Procesul comunicațional permite ființei umane să se dezvolte, să se educe, să se adapteze la mediul în care supraviețuiește. Lucrarea de față dezvoltă, în partea de început, conceptul de comunicare, creând cadrul informațional necesar înțelegerii acestuia. Apoi se concentrează pe formele principale ale comunicării, necesare conducerii și înțelegerii educației fizice militare de către toți participanții la această activitate. Spre finalul materialului am sintetizat barierele comunicaționale cu scopul conștientizării și informării celor care conduc activitățile de educație fizică militară, despre existența lor, ca elemente negative în procesul de comunicare.

*The existence of man is conditioned by various factors with major implications in its evolution, communication being one of those factors. The communicational process allows a human being to develop, to educate and to adapt himself to the environment in which he survives. The present paper develops, in its primary part, the communication concept, creating the informational framework necessary for understanding it. Subsequently, it focuses on the main forms of communication, necessary for conducting and understanding military physical education by all participants in this activity. Towards the final part of the paper, I have synthesized the communicational barriers for creating awareness and informing those who lead military physical education activities, regarding their existence as negative elements in the communication process.*

**Cuvinte-cheie:** comunicare; educație fizică militară; comunicare nonverbală; comunicare verbală.

**Keywords:** communication; military physical education; non-verbal communication; verbal communication.

### Comunicarea – scurt cadru conceptual și importanța în educația fizică militară

Specia umană, prin apariția ei, a dus la crearea unuia dintre cele mai vechi procese fundamentale care determină însuși supraviețuirea omului: comunicarea.

Acest fundament al existenței umane a fost definit de către mulți autori ai literaturii de specialitate, elaborând definiții numeroase, complexe și totuși destul de asemănătoare ca finalitate și înțeles. Din inventarul definițiilor necesar înțelegerii comunicării prezentat în lucrarea *Comunicare eficientă*<sup>1</sup>, în care autorul lucrării îl citează pe Ross, una dintre ele ne atrage atenția în mod deosebit:

„Comunicarea reprezintă un proces de viață esențial, prin care animalele și oamenii generează sisteme, obțin, transformă și folosesc informația pentru a-și duce la bun sfârșit activitățile sau viața”.

Conform acestei definiții, comunicarea reprezintă, în ceea ce privește componenta umană, un schimb permanent de informații cu scopul creării de atitudini și dezvoltarea de comportamente necesare societății, un schimb permanent de idei, sentimente, puncte de vedere prin care omul se exteriorizează și evoluează.

Acest schimb capătă cu adevărat sens atunci când valorile care definesc omul interacționează între ele, când au o finalitate. Comunicarea este un proces evolutiv, care a avut o istorie, are un prezent și cu siguranță va avea un viitor, în care sunt implicate simboluri, permițându-i ascultătorului (receptorului) să perceapă și să recreeze sensul ideii transmise de comunicator (emițător). Comunicarea permite ființei umane să se dezvolte, să se educe, să conștientizeze valoarea eului său în raport cu semenii săi și să se adapteze la mediul în care supraviețuiește.

În educația fizică militară, comunicarea cu ajutorul cuvântului, puterii lui și a simbolurilor

\*Universitatea Națională de Apărare „Carol I”  
e-mail: [ciapagabriel@yahoo.com](mailto:ciapagabriel@yahoo.com)



atribuite ca urmare a exteriorizării specialistului în educație fizică este factor determinant în *instruirea* și *educarea militarilor* în această specialitate, în formarea de deprinderi motrice, pentru creșterea capacităților fizice și prin înțelegerea și aprofundarea sensului informațiilor primite și transmise.

În ziua de azi „să comunicăm” este aproape la fel de important, precum „să respirăm”. Omul vrea să coexiste cu semenul însă pentru aceasta trebuie să existe înțelegere. Existența înțelegerii reciproce dintre ființelor umane nu poate să apară fără comunicare, ea fiind nucleul relațiilor umane.

Procesul comunicativ înseamnă satisfacerea nevoii de spiritualitate umană prin scoaterea în evidență a principiilor de viață (loialitate, egalitate, dragoste, toleranță), dar și a celor morale (a nu minți, a nu fura, a nu înșela), prin exprimarea liberă a convingerilor față de tot ceea ce ne înconjoară. Completăm această afirmație cu exemple din educația fizică militară plecând de la exercițiile de pregătire cu grupa sau cu plutonul, unde echipa, ca termen, domină componenta individuală și ajungând la antrenamentul fizic individual unde noțiunea de fair play sintetizează cel mai bine principiile morale ale celui care se pregătește. Mințind, furând și înșelând, se păcălește singur, în primul rând, apoi din cauza slabei calități morale, treptat este exclus din grupul de care aparține.

Datorită comunicării, fiecare individ se poate descoperi ca identitate prin raportarea sa la ceilalți. Suntem tentați să punem întrebarea *cum?* Un răspuns foarte simplu se poate trage din cele ce urmează: dacă un sportiv crede că este expresiv sau mai puțin expresiv, într-un domeniu sportiv în care expresivitatea este criteriu de departajare a performanței sportive, el va crede că este cel mai expresiv sau cel mai puțin expresiv din grupul din care face parte. Dacă și ceilalți consideră unul dintre cele două aspect, enunțate mai sus ca fiind adevărate, este foarte posibil ca acel sportiv să ajungă să creadă acea caracteristică.

Prin orele de educație fizică militară, fiecare militar va ajunge să se descopere, va ajunge, ce-i drept, prin comparație cu ceilalți camarazi să se plaseze valoric în cadrul grupei din care face parte, acest lucru fiindu-i și stimul în dorința sa de autodepășire.

Comunicarea poate să ajute la realizarea unor sarcini practice din viața de zi cu zi. Specialiștii

din domeniu le numesc necesități instrumentale. În educația fizică, acestea pot fi pe termen scurt, precum deprinderile motrice de bază și aplicativ-utilitare (mers, alergare, săritură, târâre, cățărare, transport de greutate etc.), dar și pe termen lung, precum încadrarea militarului într-o grupă de operații militare speciale, unde acesta poate să-și exprime valoarea.

Componenta fizică umană reprezintă un punct important în care comunicarea se regăsește, de asemenea. Mulți specialiști au afirmat și au demonstrat de-a lungul timpului că oamenii sunt ființe sociale atunci când găsesc un mediu propice pentru exteriorizare. Privarea ființelor umane de socializare, implicit de comunicare, se manifestă în rândul acestora prin modificări negative, de natură psihică (să nu spunem tulburări psihice), afectându-le capacitatea de a interacționa cu ceilalți. Izolarea pentru o perioadă mare de timp poate să ducă la o deteriorare alarmantă a stării de sănătate (obezitate, boli mintale). Marginalizarea și nestabilirea de canale de comunicare cu fiecare element al unui pluton poate reduce efectele benefice și de antrenament ale exercițiilor fizice asupra acestuia, iar în situații reale, de luptă corp la corp, de exemplu, militarul poate ajunge să-și pună în pericol propria viață și poate și a camarazilor săi.

### **Formele comunicării, rolul și implicațiile lor în educația fizică militară**

Teoretizarea unor aspecte fundamentale ale comunicării nu este prioritatea noastră însă trebuie scoase în evidență unele elemente esențiale necesare educației fizice militare, celor ce gestionează și conduc această activitate. Dorim acest lucru pentru că subdomeniul educație fizică militară nu este în prim-planul teoriei comunicării și mulți specialiști consideră bine venită o abordare și din acest punct de vedere.

Comunicarea se exprimă printr-o multitudine de forme, clasificate după câteva criterii foarte cuprinzătoare. Voi aborda aceste criterii și voi trata formele comunicării, considerate esențiale de către noi, cele care reușesc să completeze fondul pregătirii specialiștilor în educația fizică militară.

Poate cea mai răspândită dintre aceste forme este *comunicarea interpersonală*. Acest tip face referire la interacțiunea individului cu alt individ, a unui grup cu alt grup, fără a le fi condiționată, de regulă, legătura comunicațională de vreun mijloc



mecanic. Ea se petrece când cele două componente importante ale comunicării (emițătorul și receptorul) se află una în prezența celeilalte. Evoluția militarilor în programele de instruire în educația fizică militară este condiționată vital de existența acestui tip de comunicare, deoarece practica domeniului cere prezența unui specialist care să conducă activitatea, care să transmită cunoștințele necesare formării, consolidării și perfecționării deprinderilor motrice specifice. Pentru ca instruirea în educația fizică militară să aibă o finalitate pozitivă este necesară interacțiunea dintre specialistul în domeniu și militar, să existe o influențare reciprocă în cadrul procesului instructiv-educativ. În cadrul lecțiilor de educație fizică militară, principalul mijloc de influențare al militarilor și a atingerii obiectivelor operaționale este exercițiul fizic. Acesta este condiție pentru formarea unor reprezentări clare a acțiunilor motrice – însumare de gesturi simple motrice, realizate prin demonstrație practică de cele mai multe ori a specialistului în educație fizică.

O formă a comunicării interpersonale pe care trebuie să o amintesc este *comunicarea interpersonală la distanță*, condiționată de diferite mecanisme tehnice care permit comunicarea la distanță, nefiind necesară prezența celor care comunică în același loc. De ce menționez această formă? Cu toate că nu este relevantă la o prima trecere în revistă, discuțiile de specialitate și consilierea pe linia educației fizice militare au loc și în mediile de comunicare virtuale și telefonice.

Literatura de specialitate, în clasificările pe care le oferă, face referire și la alte două tipuri: *comunicarea pe orizontală* (constă în interacțiunea dintre persoane aflate pe aceeași treaptă valorică, cu alte cuvinte de la egal la egal) și *comunicarea pe verticală* (constă în interacțiunea dintre două valori ierarhizate diferit, în transmiterea de informații de la eșaloane inferioare către cele superioare și reciproc). Menționez aceste forme pentru că într-un sistem foarte clar ierarhizat, militarii aflați în aceeași fază a însușirii unor acte motrice (aceeași valoare sportivă), prin conversațiile pe care le pot dezvolta, fără existența unor bariere comunicaționale, pot evolua pe linie sportivă mult mai ușor, pot înțelege fenomenul și din alt punct de vedere, altul decât cel al instructorului sau al profesorului.

Progresul în însușirea elementelor fundamentale (principiile, mijloacele, metodele educației fizice, noțiuni generale de anatomie, de igienă, biomecanică

etc.) care definesc educația fizică militară poate fi ușurat de o altă formă a comunicării: *comunicarea intrapersonală*. Acest tip de comunicare face referire la ceea ce gândește individul despre sine, îl face să conștientizeze valoarea acțiunilor pe care dorește să le întreprindă și îl determină să se întrebe: „Este bine ceea ce fac?” „Sunt mulțumit de realizările de până acum?” „Am executat corect mișcarea?”. De fapt, comunicarea intrapersonală vizează gândurile proprii, percepția de sine în raport cu tot ceea ce ne înconjoară. În educația fizică militară, comunicarea intrapersonală permite o mai bună integrare în mediul înconjurător, o autoanaliză a actelor și a acțiunilor motrice necesară corectării greșelilor de execuție și permite totodată fundamentarea și consolidarea principalelor noțiuni teoretice cu care operează. În cazul acesteia, după cum se poate concluziona, emitentul mesajului este și receptorul lui, cu observația că mediul extern poate constitui un puternic factor de reglare al comportamentului său ori de deteriorare comportamentală.

O formă a comunicării, extrem de importantă în relaționare este *comunicarea verbală*. Conform acesteia, interacțiunea dintre participanții la comunicare este posibilă datorită mijlocului său principal de exprimare: limbajul. Pe Pământ există foarte multe specii care comunică între ele, însă omul este singura ființă terestră care se poate exprima prin cuvinte. De altfel, diferența dintre animal și om este dată de limbajul articulat și gândirea logică, diferențe care i-au permis să evolueze atât de mult. „Putem înțelege limbajul drept un sistem structurat de simboluri folosit pentru a comunica semnificații”<sup>22</sup>. Semnificațiile atribuite oamenilor, fenomenelor, stărilor etc. de către limbaj sunt posibile datorită simbolisticii acestuia (când pronunțăm minge de baschet, aproape toată lumea își imaginează acel obiect, deși nu este obligatoriu ca mingea să fie în raza vizuală), datorită liberului arbitru, în care un cuvânt poate să aibă înțelesuri diferite pentru oameni. În cadrul unei lecții de educație fizică militară dacă pronunțăm cuvântul „grenadă de exercițiu”, fiecare dintre ei își poate imagina un alt tip de grenadă decât cea la care ne-am gândit noi, dacă folosim cuvântul „minge”, fiecare își va imagina, posibil o altă minge (rugby, medicinală, tenis de câmp, fotbal etc.).

Un element cheie al comunicării verbale este vocea. Sunt multe situații în care vocea specialistului în educația fizică trebuie să se adapteze, să facă



față multor solicitări. Prin variațiile vocii sale instructorul poate să determine apariția unor efecte neașteptate în rândul militarilor executanți de acțiuni motrice. Spre exemplu, „când încurajăm pe cineva vom vorbi cu voce tare, mai alert, iar o voce joasă, cu un ritm mai lent are un efect liniștitor. Ritmul rapid al vorbirii induce energie și entuziasm, determinând elevii să adopte și ei un ritm rapid de execuție. Un ritm mai lent poate induce siguranță și grijă”<sup>3</sup>.

Nu trebuie să ometem faptul că aceste simboluri pentru a primi semnificație trebuie să fie guvernate de reguli, iar limba română prin fonetică, sintactică, semantică oferă cadrul înțelegerii lor. Și în practica educației fizice militare, chiar dacă apare o tendință de ușoară nerespectare a regulilor enumerate mai sus (și datorită terminologiei de specialitate), trebuie avute în vedere, pentru a nu duce la apariția confuziilor, evitând astfel greșelile în executarea exercițiilor fizice.

Un alt aspect important al limbajului necesar educației fizice militare este dat de claritatea și credibilitatea lui. Precizia exprimării nu va lăsa loc de interpretări și va putea crea o imagine corectă a actelor și acțiunilor motrice. În ceea ce privește claritatea lui, în terminologia educației fizice și sportului sunt precizate fără dubii termenii esențiali cu care această disciplină operează, de aceea documentarea este esențială pentru a putea oferi informațiile necesare executării corecte a exercițiilor fizice. Din punct de vedere al credibilității, pe cine credeți dumneavoastră mai mult, dacă vă aflați la o oră de educație fizică militară și aveți de executat niște exerciții: un specialist în domeniul menționat sau un specialist în matematică? Probabil vă gândiți la studiile celor doi și realizați că ar fi potrivit să ascultați de cel care studiază educația fizică. De altfel, în sistemul militar, conform regulamentelor și dispozițiilor, educația fizică militară este condusă numai de specialiști sau de instructori care au absolvit cursuri de pregătire în acest domeniu.

Educația fizică este un domeniu foarte vast în care legătura dintre oameni reprezintă o condiție sine-qua-non pentru existență. Nu de puține ori aceste legături au creat posibilități de evoluție domeniului. Fiind vorba de ființe umane, inevitabil apare emoția. Limbajul este cel care o poate accentua sau o diminua. Experiențele emoționale în urma practicării exercițiilor fizice pot fi dintre cele mai diferite. Prin limbaj ele se pot exterioriza,

pot transmite afecțiuni, dar și pot consolida relații existente deja. Limbajul în educația fizică militară se perfecționează datorită experiențelor anterioare, precum și lucrului în mod curent cu termenii propuși de acest domeniu extrem de vast.

*Comunicarea nonverbală* este forma comunicării cu, poate, cel mai puternic impact asupra învățării actelor și acțiunilor motrice în educația fizică militară. Este o formă de comunicare ce nu necesită transmiterea informațiilor cu ajutorul limbajului. Ce reprezintă *nonverbalul*? Tot ceea ce nu implică folosirea cuvintelor în difuzarea informațiilor. Sunt foarte simplu de observat, într-o conversație, gesturile făcute de interlocutori (mimica feței, poziția corpului, mișcarea segmentelor corpului etc.) pentru a ne da seama cu adevărat ce vrea să transmită cel care vorbește. Semnalele pe care emitentul le transmite nu pot să facă decât să susțină, să întărească ceea ce comunică sau să-l contrazică. Fie că suntem într-un birou, cu colegii, fie că suntem implicați activ în desfășurarea lecțiilor de educație fizică militară, cuvintele spuse sunt însoțite întotdeauna de alte gesturi care pot da valoare reală comunicării. În timpul desfășurării unei lecții de educație fizică putem realiza foarte ușor cine este implicat în lecție, cine este plictisit și abia așteaptă să se termine activitatea. Cum? Chipurile oamenilor și gesturile lor sunt extrem de sugestive pentru activitățile în care sunt implicați, concluziile trase, pozitive sau negative, țin de intelectul, pregătirea, educația și capacitatea de analiză a celui care conduce activitatea.

O importanță deosebită trebuie acordată comunicării nonverbale din perspectiva implicării în transmiterea cunoștințelor, a informațiilor necesare formării, consolidării și perfecționării deprinderilor și priceperilor motrice din educația fizică militară. Această comunicare reușește în multe momente să înlocuiască alte tipuri, reușește să transmită mult mai multe informații decât celelalte forme. Cu toate acestea nu este recomandat să se facă apel doar la ea, știind că fixarea cunoștințelor transmise se face mai ușor dacă sunt și alte surse de aflare a lor, implicit de comunicare. Este suficient să venim cu un exemplu pentru a ne argumenta cele afirmate anterior. De aceea, vă propun un exercițiu de imaginație: ne aflăm la o oră de educație fizică militară, în care dumneavoastră sunteți în postura de conducător de lecție. Vreți să-i învățați pe „elevi” un procedeu tehnic de coborâre din schi (o cristianie,



de exemplu). Apelând la procedeele metodice de predare din educație fizică, trebuie să le demonstrați acest procedeu în scopul creării imaginii a ceea ce au de executat. Trebuie să le arătați! Covârșitor, pe timpul demonstrațiilor principale, în educația fizică, nu se vorbește. Chiar și profesorul are momente când trebuie să se concentreze la mișcarea în sine. „Elevii” doar văd! Ce văd ei? Ceea ce le este arătat, ceea ce profesorul încearcă să le comunice, să le transmită. Cum le comunică profesorul? Inițial fără cuvinte, nonverbal. Este suficient să privim exemplul de mai sus pentru a ne da seama că, de fapt, comunicarea nonverbală poate să transmită informații, să suplinească și să interacționeze cu celelalte forme ale comunicării.

Aici trebuie amintit că mulți autori încearcă să ne convingă de prim-planul demonstrației ca metodă din educație fizică în detrimentul explicației, iar alții plasează explicația pe primul loc. Personal, credem că cele două metode de transmitere a cunoștințelor trebuie plasate pe aceeași treaptă valorică. Pentru a susține această afirmație exemplific cu o serie de discipline sportive unde instructorul este într-o permanentă interacțiune vocală cu „elevii”, și anume: fitness, tae-bo, kangoo-jump etc.

Un alt aspect pe care l-am abordat ține de latura emoțională a comunicării nonverbale. Plecând de la exemplul de mai sus, sunt profesori care au stiluri diferite și de predare, dar și de a demonstra procedeele tehnice. Sunt profesori care în execuțiile lor imprimă calitate, eleganță, precizie, liniște, iar alții forță, viteză, măiestrie. Prin exteriorizarea profesorilor, în procedeele tehnice demonstrate se poate influența percepția „observatorilor”, aceștia fiind duși într-un stare emoțională pozitivă („cât de frumos alunecă pe schiuri!”) sau, de ce nu, într-una negativă („ce demonstrație slabă!”). Concluzionând, comunicarea nonverbală transmite emoție.

În încercarea mea de a atinge forme importante ale comunicării, cu implicații complexe în educația fizică militară, mai trebuie amintit un element al comunicării, ce-i drept, mai puțin abordat, dar din punctul meu de vedere, nelipsit acestei activități: *paralimbajul*. Paralimbajul este o formă de comunicare nonverbală. Paralimbajul reprezintă ceea ce se înțelege dincolo de cuvinte, felul în care un mesaj este trimis. „El include viteza cu care vorbim, ridicarea sau scăderea tonului, volumul, folosirea pauzelor, calitatea vorbirii”<sup>24</sup>. Stările emoționale pot fi cauză pentru multe greșeli în

exprimare, lucru foarte ușor observabil pentru cei cu care interacționăm. Un bravo plin de entuziasm și exprimat în moment oportun, însoțit de un zâmbet ușor și un gest al mâinilor care să susțină acest lucru este un semn categoric pozitiv pentru cel instruit determinându-l să se concentreze mai departe la sarcinile lecției și să participe activ la desfășurarea ei, pe când un bravo lipsit de tonalitate, de viață, însoțit de un gest al mâinilor a plictiseală, poate influența negativ comportamentul participantului la lecție (neatenție, lipsă de concentrare).

### **Bariere comunicaționale, obstacole în educația fizică militară**

Sunt momente în cadrul lecțiilor de educație fizică când informațiile transmise spre cursanți se lovesc de un ceva anume, nu au finalitatea dorită. Cauzele acestei lipse de finalitate sunt multiple, însă în contextul analizei prezente, ele trebuie amintite. Aceste obstacole care împiedică atingerea obiectivelor lecțiilor sunt barierele comunicaționale. Aș defini barierele comunicaționale ca fiind piedici care pot obstrucționa transmiterea, recepționarea, înțelegerea mesajului și apariția feedbackului corect, în concordanță cu sensul cerut de comunicare. Literatura de specialitate oferă numeroase clasificări, numeroase bariere comunicaționale.

Nu voi analiza barierele comunicaționale, însă le voi aminti pe cele mai des întâlnite: nivelul de educație al participanților la activitatea de instruire, capacitatea intelectuală a cursanților, lipsa de respect, diferența de sex și vârstă, capacitatea comunicațională defectuoasă (lipsa unui limbaj adecvat) a „elevilor”, precum și a celor care conduc lecțiile de educație fizică, prejudecățile, omisiunile (recepționarea și transmiterea unui mesaj incomplet, intenționat sau neintenționat), supraîncărcarea (cantitatea de informație mult prea multă în raport cu intelectul și situația cerută, pe care receptorul trebuie să o filtreze și să o folosească), ierarhia militară, diferența de clasă socială.

### **Concluzii**

Am abordat aceste elemente ale comunicării în scopul conștientizării existenței lor și de către specialiștii din domeniu, tratării lor în mod corespunzător în raport cu procesul instructiv-educativ al educației fizice militare, din dorința de a găsi soluții pentru evitarea apariției barierelor de



comunicare și, de ce nu, pentru a crea o imagine importantă comunicării din perspectiva introducerii acesteia ca disciplină distinctă în majoritatea cursurilor de formare, perfecționare și specializare care au la bază ca domeniu principal de activitate educația fizică militară.

Comunicarea este un concept cu o dezvoltare foarte rapidă în toate domeniile, o necesitate și totodată un mijloc de eficientizare a acțiunilor umane, plecând de la manager până la simplu angajat, de la elev la profesor, de la comandantul unității militare la soldat gradat voluntar și ajungând până la omul obișnuit în viața cotidiană.

**NOTE:**

1 R. Ross, *Speech communication*, Prentice-Hall, New Jersey, 1986, apud O. Pânișoara, *Comunicare eficientă*, Editura Polirom, Iași, 2013, p. 16.

2 K. Floyd, *Comunicare interpersonal*, trad. de Miruna Andriescu, Editura Polirom, Iași, 2013, p. 167.

3 C. Pop, *Comunicarea în educația fizică și sport*, Pro Universitaria, București, 2014, p. 63.

4 O. Pânișoara, *Comunicare eficientă*, Editura Polirom, Iași, 2013, p. 88.

**BIBLIOGRAFIE**

Floyd K., *Comunicare interpersonală*, trad. de Miruna Andriescu, Editura Polirom, Iași, 2013.

Pânișoara O., *Comunicare eficientă*, Editura Polirom, Iași, 2013.

Pop C., *Comunicarea în educația fizică și sport*, Editura Pro Universitaria, București, 2014.

Tran V., Stănciugelu I., *Teoria comunicării*, Comunicare.ro, București, 2003.