Poucos gostam de ser corrigidos ou que lhes digam o que têm que fazer mas, se queremos aprender, às vezes, é necessário. Nem sempre estamos disponíveis quando nos criticam mas sem “feedbacks” não aprendemos. Quando vivemos só com a nossa percepção individual o progresso é muito mais lento e apresenta barreiras que nunca conseguiremos ultrapassar.

Nem sempre a informação recebida, ainda que bem-intencionada, pode ser relevante ou útil; por isso, é necessário reconhecer se vale a pena aceitar a sugestão. Quando recebemos algum comentário de outra pessoa sobre algo que não fizemos bem evita justificar, antes escuta.

Informação em excesso pode ter efeitos nefastos, torna o atleta mais dependente do treinador. A crítica pura não ajuda à confiança, motivação e à relação entre o treinador e o atleta porque nada traz de positivo; só reafirma o erro que o atleta já sabe que cometeu.

O treinador deve optar por metodologias que tornem o jogador elemento activo no processo, compete-lhe ajudar à solução do problema, ou seja, explicar o porquê do erro e como fazer melhor.´ A forma como o treinador comunica com os atletas influencia desde logo a sua motivação e a coesão da própria equipa.

Em termos genéricos podemos utilizar dois tipos de foco na comunicação com os jogadores: foco positivo e foco negativo. O foco positivo caracteriza-se por recompensar os comportamentos adequados com o objectivo de que estes se reproduzam com maior frequência no futuro. Por seu lado, o foco negativo tem como objectivo eliminar os erros e os comportamentos não adequados através da crítica ou castigo.

Ambas as abordagens são legítimas e todos os treinadores as utilizam tanto nos treinos como nos jogos. Todavia a utilização com maior frequência do foco positivo trará sempre melhores resultados.

Todo o “feedback” deve ser transmitido no tempo certo de uma forma positiva e com serenidade. O recurso ao feedback, ao longo de todo o processo de formação é uma condição obrigatória para o ensino das técnicas da modalidade.

Todos aprendemos com os erros e reforçamos comportamentos positivos a partir das avaliações que recebemos de outros.