

# Identyfikacja kompetencji trenera personalnego w usługach fitness

Streszczenie pracy doktorskiej

## Wstęp

Rynek usług fitness w Polsce dynamicznie się rozwija. Dość atrakcyjną propozycją pracy zarobkowej dla pasjonatów ruchu fitness stał się zawód trenera personalnego. Jednak trenerzy personalni w Polsce stanowią grupę zawodową charakteryzującą się dużą łatwością dostępu do zawodu, z uwagi na brak jakichkolwiek standardów w zakresie zdobywania kwalifikacji zawodowych. Brak takich standardów z kolei ma swoje implikacje dla rynku usług edukacyjnych, który aktywnie zareagował na rosnący na trenerów personalnych popyt, i który oferuje dziś różnorodne formy kształcenia o różnym poziomie jakości. Zatem określenie wymagań kompetencyjnych i kwalifikacyjnych dla nowopowstałej profesji w obszarze usług fitness wydaje się być aktualne, zasadne i użyteczne.

## Cele pracy, pytania i metody badawcze

W rozprawie podjęto próbę zidentyfikowania kompetencji trenerów personalnych w branży fitness, a w ramach realizacji tego celu postawiono następujące pytania badawcze:

- 1) Kim jest trener personalny w usługach fitness, jakie są jego funkcje i zadania, jakie pełni role?
- 2) Jakimi kompetencjami zawodowymi powinien charakteryzować się trener personalny?
- 3) Które kompetencje zawodowe trenerów personalnych w usługach fitness są kluczowe dla tej roli?

Badanie miało charakter eksploracyjny, a procedura badawcza zakładała wykorzystanie kilku metod i technik badawczych. Podstawowym techniką wykorzystaną w badaniu były wywiady pogłębione z doświadczonymi trenerami personalnymi świadczącymi swoje usługi na terenie Wrocławia (N=18). Dodatkowymi metodami zastosowanymi w badaniu było badanie dokumentów (analiza wymagań kwalifikacyjnych oraz kompetencyjnych potencjalnych pracodawców poprzez analizę ofert pracy), sondaż diagnostyczny w formie badania ankietowego skierowanego do klientów korzystających z usług treningu personalnego oraz *shadowing* jako technika służąca obserwacji prowadzonych przez trenerów personalnych treningów z klientami.

## Wnioski

Przeprowadzone badania pozwoliły ustalić, że trener personalny to specjalista fitness, który powinien posiadać szerokie kompetencje ukierunkowane na realizację celu treningowego (orientacja efektywnościowa) oraz na potrzeby klienta (orientacja na relacje). Zbudowany został model kompetencyjny składający się z następujących grup kompetencji: specjalistyczne, organizacyjne, społeczne i osobiste. Dość znamienne dla wielu wypowiedzi trenerów były opinie potwierdzające kluczowe znaczenie kompetencji społecznych i osobistych (takich jak komunikatywność, umiejętność słuchania czy spostrzegawczość) w budowaniu relacji z klientem, która determinuje jego ocenę satysfakcji z usługi.

Wnikliwa analiza zadań, funkcji i pożądaných kompetencji trenera personalnego, a także wypowiedzi klientów, pozwoliła ustalić, że trenerzy personalni to osoby, które wchodzą w relacje z klientem (w zależności od jego potrzeb i oczekiwań) w następujące role: instruktora, motywatora, inspiratora, doradcy, opiekuna, powiernika. Jak się okazuje, trener personalny to nie tylko instruktor, który prowadzi indywidualny trening, ale także osoba, która musi być przygotowana podjąć współpracę klientem o różnym poziomie sprawności i zdrowia, różnych potrzebach, celach, oczekiwaniach oraz ambicjach.

Praca zawiera szereg modeli opracowanych przez autorkę opartych o wnikliwą analizę literatury przedmiotu o zasięgu polskim i zagranicznym, które rozbudowują interpretację modelu kompetencji trenera personalnego w zakresie jego ról, funkcji i zadań. Autorka prezentuje dodatkowe refleksje i wnioski, wykraczające poza postawione w pracy pytania badawcze, które pozwalają na ujęcie w szerszej perspektywie kompetencji trenera personalnego w kontekście obszaru usług komercyjnych oraz poszerzoną interpretację jego ról, względem tych, które zostały zaprezentowane w literaturze przedmiotu.

27.04.2016.

