

PSICOLOGIA

Valutare le caratteristiche del giocatore: gli aspetti psicologici.

A cura di **Stefano Tavoletti**

Come riconoscere e determinare le attitudini e la forza del giocatore da un punto di vista psicologico.



Stefano Tavoletti è un coach motivazionale certificato practitioner PNL. Ha sviluppata una interessante esperienza in ambito calcistico avendo in passato coadiuvato Walter Zenga e collaborato con Mr.Brachi prima al Castello Group e poi alla Castelnuovese Calcio. Ha partecipato in veste di relatore a svariati seminari e scritto per Allenatore.net i volumi *“Motivare per vincere”* e *“L’allenamento mentale del calciatore”*.

I cinque punti essenziali per poter migliorare il rendimento di un giocatore sono:

1. capire la persona che abbiamo davanti, le sue attitudini dal punto di vista motivazionale
2. agire sul suo ESSERE e sulla sua IDENTITA'.. successivamente sui suoi comportamenti
3. tracciare la strada – OBIETTIVO
4. capire lo SCOPO.....perchè vuole raggiungere quell'obiettivo
5. passare all'azione: tecniche, strumenti e strategie varie....

Capire che persona abbiamo davanti significa in buona parte riuscire a valutare la stessa da un punto di vista motivazionale.

La parola motivazione deriva da due parole motivo e azione; se non si ha ben chiaro il motivo per cui si fa una certa cosa l'azione perde di efficacia.

Ad inizio stagione personalmente utilizzo alcuni test per cercare di capire più cose possibili dai calciatori che mi trovo davanti. Oltre ai test che invitano i calciatori a prendere coscienza rispondendo a determinate domande (es...al perchè giochi al calcio...cosa significa x te giocare nella loro squadra attuale...cosa ti aspetti? quali sono le tue ambizioni...i tuoi progetti.....ecc) è importante avere occhio ed esperienza per valutare il linguaggio non verbale del calciatore.

Un aspetto importante per riuscire a delineare le “molle” su cui si basano le azioni del calciatore è capire se la motivazione è esterna o interna allo stesso.

La motivazione esterna è destinata a durare poco, a calare d'intensità, perchè è basata su fattori che il giocatore non può completamente controllare (avversari, premi, fattori



logistici ecc). In questi casi il giocatore va avanti spinto dalla forza di volontà...ma quante cose possiamo ottenere solo con la forza di volontà...? Quanto può durare la forza di volontà...?...la motivazione non può essere solo forza di volontà...

Un altro aspetto che è importante capire è se abbiamo a che fare con un giocatore motivato con riferimento interno o motivato con riferimento esterno. Il primo si motiva a fare o non fare un qualcosa in base alle proprie idee, valori e interpretazioni.. Può essere contento della sua prestazione perchè comunque consapevole di essersi impegnato e aver dato il massimo. Il secondo si motiva invece in base alle idee, le scelte e le opinioni altrui (mister, dirigenti, compagni ecc). Ha quindi sempre bisogno che qualcun altro dia lui un giudizio positivo sulla propria prestazione ed in parole povere, ha necessità di sentirsi dire "bravo" e di automotivarsi grazie a fattori "esterni".

Altro fattore da capire è se il "nostro" calciatore possiede motivazione VIA DA o motivazione VERSO.

Nel primo caso il calciatore è concentrato sullo "spingere" via una situazione sgradevole (ad esempio il voler andar via da una piazza che non lo soddisfa più). In questo caso la motivazione è mossa dal "dolore" e il "dolore" è sicuramente una leva fortissima per passare all' azione. Più avanti però il dolore deve trasformarsi in piacere altrimenti questo genere di motivazione è destinata a indebolirsi...

Andare VERSO l'obiettivo, verso un qualcosa da raggiungere ci fa invece provare piacere, ci fa sopportare meglio e bene i cambiamenti, i disagi, i sacrifici.

Per raggiungere dei risultati è fondamentale lavorare sulle motivazioni intrinseche, sull'identità e per fare

questo è fondamentale riuscire a portare il giocatore ad avere una maggiore consapevolezza di se (chi sono e/o chi devo essere, per ottenere ciò che voglio?).

Successivamente sarà possibile lavorare sulle azioni, ovvero cosa devo fare per ottenere....?

In questo frangente bisogna far leva più che sull'obiettivo che il giocatore vuol raggiungere, sulle emozioni che lo aspettano una volta che lo avrà raggiunto. Sono infatti molto spesso le emozioni le molle che guidano il tutto... se ci pensiamo bene molte delle cose che facciamo nascono dalla necessità di provare delle emozioni. Quando il calciatore anticipa mentalmente le emozioni che proverà al raggiungimento del suo obiettivo allora risulterà essere motivato ed affamato fino a che non lo avrà raggiunto. Non esistono calciatori geneticamente motivati o demotivati, esistono scopi in grado di motivare o non motivare e sicuramente il più potente è relativo al voler provare delle emozioni.

Speso c'è la convinzione che per ottenere il massimo dal giocatore basta elargire premi. Questa è una regola che però non va bene per tutti. Ci sono giocatori attratti dal denaro, altri dalla sfida con l'avversario e altri dalla sensazione di essere i migliori. Io credo che l'atleta che ottiene risultati straordinari in qualsiasi sport è colui che è spinto da una forte passione proveniente dall'interno e gioca per il semplice piacere di farlo.

Vince Lombardi, il pioniere della motivazione, diceva che: *"se noi sappiamo di esserci impegnati, avremo vinto, se invece abbiamo vinto perchè il tabellone ci da la vittoria, però non ci siamo impegnati per dare il massimo, allora abbiamo perso"*.

Una volta che avremo capito le motivazioni dei giocatori e "lavorato" su di esse sarà possibile delineare l'obiettivo, ricordandoci che l'obiettivo ci darà la direzione da seguire, sarà la nostra bussola e dovrà essere in grado di scaturire nel calciatore tutte quelle emozioni che fungono da richiamo irresistibile in vista del raggiungimento dello stesso.

Io personalmente prediligo agire sulle emozioni dei giocatori, sulle loro sensazioni perchè se in un certo senso, voglio cambiarli, devo fargli vivere l'obiettivo a livello inconscio ed è per questo faccio loro visualizzare lo stato attuale, li faccio prendere consapevolezza di chi sono e di dove si trovano attualmente e poi "li porto nel futuro" (facendoglielo visualizzare), - nello STATO DESIDERATO.

Una volta che l'obiettivo è stato delineato è necessario passare all'azione e quindi utilizzare in modo appropriato le strategie e le tecniche utili al raggiungimento dello scopo, come ad esempio le visualizzazioni associate e dissociate, le neuroassociazioni o "ancore" ecc..

