

Santhià 24/06/2002

## IDENTITA' DEL GRUPPO, TECNICHE MOTIVAZIONALI E SENSO DI APPARTENENZA: LE NUOVE ARMI PER VINCERE.

di M. Berruto. (Appunti di A. Perlo)

---

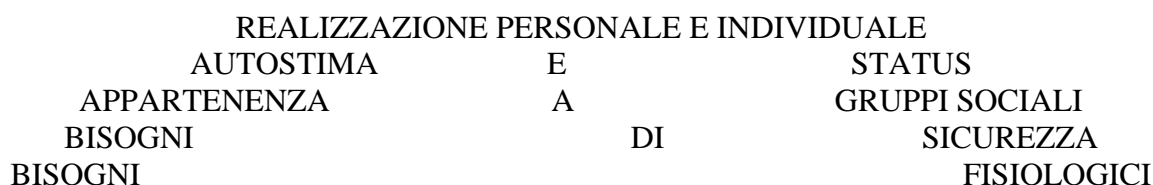
Quest'ambito non è esclusivo della pallavolo ma di tutti i settori, anche al di fuori da quelli sportivi. Inoltre, se tecnica e tattica sono gli aspetti più comuni, in questo settore esistono ancora ampi margini di miglioramento.

Il percorso di questa lezione sarà articolato in tre grandi tappe:

1. Scegliere le persone per formare un gruppo
2. Il ruolo del coach
3. Creare un team

Si tratta appunto di creare, a partire da un gruppo di lavoro, un team vincente, dove le specifiche competenze personali sono a disposizione della finalità comune.

### *La piramide dei bisogni (di A. Maslow)*



Perché si devono porre limiti troppo stretti? “Le profezie che si autoadempiono”: che significa? Chi studia 990 pp. riesce a trasmettere la sua debolezza di 10 pp. per cui gli viene chiesto proprio ciò che non sa, mentre dall'altra c'è chi riesce con doti innate a farsi chiedere solo le 10 che aveva studiato!

**“Un uomo deve essere ciò può essere e deve diventare ciò che può diventare”.**

Una persona sviluppa al massimo le sue potenzialità quanto più l'ambiente permette di raggiungere il successo e l'approvazione sociale”. E' fondamentale lavorare in un posto dove si sta bene!

Come allenatori di uno sport come la pallavolo abbiamo una serie di vantaggi:

1. Il passaggio è regola, quasi come il rugby. La pallavolo è lo sport più collaborativo: non può esistere uno che prende la palla e segna il punto facendo tutto da solo.
2. e' lo sport con la maggior densità di atleti per metro quadro, per cui è necessario un grande coordinamento di squadra.
3. E' lo sport dove le qualità individuali sono al servizio della squadra. Le massime potenzialità tecniche e tattiche sono esaltate solo se sono messe a servizio della squadra. (un atleta diventa bravo perché gli altri gli permettono di esserlo!)
4. E' lo sport in cui la squadra è un organismo, cioè una cosa sola. Per raggiungere quest'obiettivo oltre ai pesi, si può prevedere una seduta di Yoga (si riesce ad imparare a respirare insieme).

In particolare, relativamente a quest'ultima osservazione possiamo aggiungere che:

❶ La vita di una squadra è di 1 stagione: finisce infatti all'ultima partita ufficiale del Campionato, questo dalla serie A al Minivolley. Tutte le squadre hanno dunque una data di scadenza di un anno!

❷ Questa peculiarità porta alla sfida del cambiamento: la durata breve di un gruppo è una sfida che si rinnova stagione dopo stagione.

③ Dal primo momento in cui si arriva a trovarsi in palestra per iniziare una nuova avventura, è necessario puntare innanzitutto sul TEAM BUILDING che prevede:

- I. La scelta della mission, cioè degli obiettivi.
- II. La scelta dello staff con cui circondarsi.
- III. La scelta degli atleti.

**QUINDI :**

la scelta dell'obiettivo, che deve essere chiaro e condiviso



**Il team building** ⇒ la strategia per raggiungere gli obiettivi prefissati (tutto ciò che è indispensabile)



I Valori, fondamentali nello sport: i valori vanno proposti, delineati insieme, discussi e infine rispettati da tutto il team.

*Gli atteggiamenti: per un atleta l'atteggiamento giusto costituisce il 90% del lavoro fatto bene.*

(se si può scegliere, è preferibile prediligere gli atleti meno abili ma con l'atteggiamento giusto rispetto al contrario). L'atteggiamento giusto passa attraverso tutto: come ci si comporta, ci si veste, si fa riscaldamento e stretching dopo la partita, si interpretano gli esercizi a analitici rispetto al gioco 6-6 ecc...

### **I. La scelta della mission, cioè degli obiettivi.**

Un allenatore deve quindi costruire la propria filosofia, e per questo è necessario prendere due decisioni:

1. la decisione degli obiettivi.
2. La decisione sui metodi.

Questi possono essere fondamentalmente di 3 tipi: arbitrario, lassista, partecipativo. Ovviamente il metodo va supportato dallo staff di cui si ha la possibilità di circondarsi (dai massaggiatori al presidente).

### **II. La scelta dello staff di cui circondarsi.**

Alcune caratteristiche vincenti da ricercare nei propri collaboratori:

- l'ottimismo;
- lo spirito di iniziativa;
- il punto di vista analitico (l'analisi attenta dei dettagli);
- la capacità di risolvere i problemi con autonomia e creatività;
- il dinamismo e la disponibilità la teamwork;
- lo spirito di sacrificio.

### **III. La scelta degli atleti.**

La scelta degli atleti è forse l'aspetto meno immediato, ma è comunque importantissimo poter scegliere con chi lavorare. In particolare negli atleti è indispensabile cercare la fame: questo atteggiamento arriva prima della tecnica e della tattica. Oltre che negli atleti, è necessario ricercare un ambiente motivante, e quindi lo stile della società e lo stile dell'allenatore.

Sono questi tre aspetti alla base della riuscita di un team.

E' fondamentale "SFONDARE LE BARRIERE". In altri tempi la linea dei 3m venne disegnata perché fosse impossibile attaccare da 2°. Oggi all'opposto titolare è richiesta un'efficacia del 58-60% dalla 2° linea!

---

1° FILMATO: dal film Apollo 13.

Nel momento critico si opera un brainstorming, cioè tutte le proposte che vengono in mente, dalle più folli alle meno rischiose. Poi una persona decide la via da percorrere cercando di far capire che quella strada è la migliore. Con questa convinzione e dopo l'analisi dettagliata delle tappe da seguire, è necessario non concedersi alibi, ma puntare al 100% della riuscita.

---

## **IL RUOLO E LA FIGURA DELL'ALLENATORE**

---

L'obiettivo è, come detto, far diventare un gruppo di lavoro, un TEAM:

- dall'allenatore che risolve si arriva all'allenatore che allena a trovare le soluzioni.
- dall'allenatore che vince all'allenatore che convince il team ad andare oltre i propri limiti. (coinvolgendo tutti: dal custode al presidente).
- Dalla centralità del capo alla centralità del gruppo.

L'intervento dell'allenatore:

- Bruciare le navi, cioè eliminare le vie d'uscita, non avere più modo di tornare indietro
- Proporzionare le punizioni: immediate ma certe e uguali per tutti
- Il coaching, cioè il metodo usato dall'allenatore; un po' come il management nelle aziende.

Quali sono gli elementi della vittoria?

**La mentalità vincente è l'ossessione di migliorare ogni momento di ogni giorno.**

**ATTEGGIAMENTO:** Vedersi vincitori (visualizzazione)  
Andare alla ricerca costante di miglioramenti di ogni genere  
Nessuna scusa se si perde (mai alibi!)  
Rientrare sempre in gioco trasformando i problemi in opportunità

**PRESTAZIONI** Il miglior modo per far crescere i giovani è metterli a contatto con i propri modelli  
Eseguire al meglio il lavoro preparatorio  
Porsi degli obiettivi scritti, da poter verificare giorno dopo giorno

**LAVORO DI SQUADRA** La fame  
L'impegno è un collante  
Sfondare la barriera  
Mantenere sempre viva l'attenzione  
Delegare la responsabilità delle decisioni

**LA COMPETITIVITA'** Scatenare la competizione  
Rallegrarsi se gli avversari sono difficili da battere

**OBIETTIVI** Gli obiettivi sempre al centro di tutto ciò che si fa  
Delineare obiettivi fattibili ma ambiziosi  
Essere sempre fedeli all'impegno, essere l'esempio.

Vincere è la cosa più bella, ma è più importante fare tutto ciò che si può fare per raggiungere quest'obiettivo (dove è possibile sostituire obiettivo con vittoria ma anche divertimento crescita tecnica, crescita umana ecc...).

---

2° FILMATO, estratto da “Ogni maledetta domenica” con Al Pacino

Per la serie 2 parole per motivare la squadra “... è una questione di centimetri... o trionfiamo adesso come collettivo o saremo annientati singolarmente”

---

- Fare del gruppo un team è come fa Phil Jackson che , sotto suggerimento di un suo collaboratore, ha elaborato schemi d’attacco in cui Jordan tirava poco. Il grande campione non su un piedistallo ad essere ammirato dagli altri, ma parte integrante del team.
- Lavoriamo per sentirci dire: “Nessuno ha più voglia di vincere di lui...”
- Scopriamo che la diversità è arricchente
- Ciò che unisce è lo stile, e lo stile proviene prima dall’allenatore e poi dalla società
- Importante è l’assegnazione dei ruoli all’interno di un team, dal leader al capro espiatorio, al jolly al giullare.
- “Aspettare la tempesta” (il momento in cui ci sarà da confrontarsi e da mettersi a disposizione degli altri).

Alcuni strumenti per aiutare la formazione di un team:

- Pensare un ritiro precampionato
- Giochi collaborativi e giochi di fiducia
- Elezione del capitano, assegnazione del n° di maglia
- Supporti psicologici, non tanto riconosciuti, ma che studiano il gruppo dal di fuori
- Yoga, allenamento in acqua in deprivazione sensoriale

E’ indispensabile ricordare che anche in contesti molto professionali, l’informalità è un bene.

Questo consente di alimentare l’identità del team: stipulando piccoli contratti con gli atleti, l’identità respinge le difficoltà, i nemici interni, i nemici esterni.

Come già detto, il coach è come il manager: non è sufficiente insegnare qualcuno a far bene qualcosa, ma è necessario insegnare a più persone a far bene cose diverse insieme e contemporaneamente.

Motivare il team non solo per la partita, ma per una serie di gare oltre che per una stagione intera.

Egoismo di gruppo: è la consapevolezza che il proprio ruolo è fondamentale per l’ottenimento del risultato dell’intero team.

(Es.: in “Apollo 13” chi ramazzava gli scantinati degli hangar della NASA diceva: “Sto aiutando l’America ad andare sulla luna”).

Il lavoro del coach è una passione che tende a infinito, e che lui riesce a trasmettere agli altri. Il suo coinvolgimento emotivo è totale. Per questo deve sapere inquadrare lo sport nel suo aspetto estetico oltre che in quello emotivo: la bellezza del gesto tecnico, l’efficacia dello schema tattico sono elementi che fanno spettacolo e che fanno scoppiare il palazzetto.

I nostri atleti si realizzano quando trovano la propria dimensione sportiva. Uno su mille atleti sarà il campione, ma il cammino degli altri 999 conta quanto il suo!