INVIATO DA
Irmgard

ON
01/07/2015

★ ★ ★ ★ ★
Keine Stimmen

Impegni: le chiavi per la perfezione



La squadra trae vantaggio dai punti di forza di ciascuno.

Le chiavi della perfezione

Una squadra è al top quando sa trarre vantaggio dai punti di forza di ogni singolo giocatore. Ma cosa significa questo nella pratica? Bertrand Théraulaz, allenatore di pallavolo e coordinatore del corso di formazione per allenatori in lingua francese di Swiss Olympic, conosce la strada da seguire. E questa passa attraverso l'impegno.

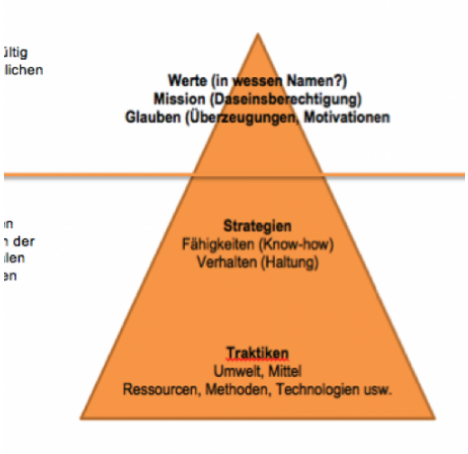
«Per scoprire chi può dare quale contributo alla squadra e in che modo, occorre un progetto di squadra.» In qualità di ex allenatore di punta nel mondo della pallavolo – al fianco di Georges-André Carrel – Bertrand Théraulaz sa bene di cosa parla. Il livello della squadra non ha alcuna importanza: i giocatori, lo staff tecnico, il comitato direttivo e tutte le altre persone coinvolte devono condividere una visione comune. «Affinché una squadra funzioni con successo, bisogna dedicare del tempo alla scoperta di valori comuni. Troppo spesso ci si preoccupa innanzitutto del contesto e delle risorse disponibili. Quando poi emerge un problema, come ad esempio risultati insufficienti, le ragioni non sono spiegabili e ognuno cerca la colpa negli altri.»

Una bussola per la squadra

Le condizioni di allenamento – sessioni di allenamento, allenatori a disposizione, materiale ecc. – variano a seconda della squadra. Non esiste quindi una ricetta miracolosa. Tuttavia, se si riesce a mettere il comportamento dei giocatori e le loro diverse personalità al servizio di valori comuni, si compiono già passi importanti verso il successo.

Secondo Bertrand Théraulaz, la ricerca e l'individuazione di valori comuni hanno la massima priorità. Valori per i quali i giocatori – e tutto il loro entourage – siano disposti a lottare. Per quanto possa sembrare astratto: il «virtuale» deve essere prima costruito (vedi fig. 1). È risaputo, tuttavia, che i concetti vengono interpretati in modi diversi. Devono quindi essere raccolti, discussi e ordinati per diventare una bussola interna per la squadra o il club. Ognuno deve potervi fare riferimento in qualsiasi momento per stabilire se, con il proprio atteggiamento o le proprie prestazioni, sostiene o meno i valori comuni.

Fig. 1: La ricerca e l'individuazione di valori condivisi



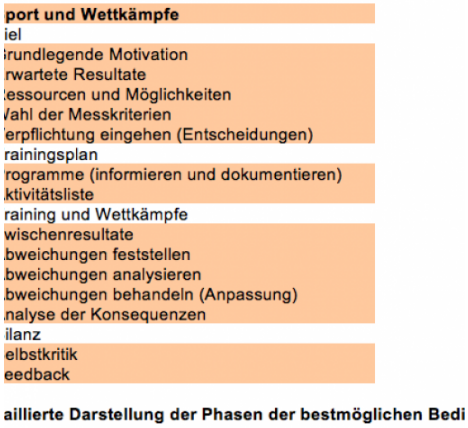
Lo sport come missione
Una volta che la squadra ha individuato dei valori comuni, deve chiarirsi le idee riguardo al proprio compito, alla propria ragion d'essere, ai risultati che intende raggiungere e ai propri obiettivi. «Come esempio concreto cito il compito che si è prefissata la Nazionale maschile svizzera di pallavolo, tornata a partecipare attivamente alle competizioni da quest'anno. Da un lato, il suo obiettivo è dimostrare al pubblico di essere tornata in piena forma; dall'altro, desidera soprattutto entusiasmare le giovani leve.»

Ma anche l'allenatore, l'insegnante o il responsabile deve porsi un compito chiaro. In primo luogo, bisogna mettere al centro i giocatori e le loro risorse, prima di perseguire gli obiettivi personali dell'allenatore.

Autonomia anziché gerarchia
Un progetto di squadra – e quindi la definizione di valori comuni – è uno degli strumenti per entusiasmare la squadra per una stessa causa. A quel punto non ci si chiede più come affrontare un problema. Il progetto di squadra ne costituisce il quadro di riferimento e la guida. «Il progetto promuove la libertà di ciascuno entro i limiti generali. Ogni giocatore deve poter esprimere al meglio le proprie potenzialità.» Per Bertrand Théraulaz è importante che ogni giocatore si assuma le proprie responsabilità. Per lui questa è una delle tre chiavi per raggiungere la perfezione. «La prima è la trasparenza all'interno della squadra, la seconda lo sviluppo di libertà e responsabilità e la terza, infine, l'utilizzo ottimale delle diversità tra i giocatori. Ciò è possibile solo se si sostituiscono le gerarchie con squadre autonome.» Ciò ha un effetto positivo: il rilascio di energie insospettate in ogni giocatore.

Chiamare le cose con il loro nome
Un progetto di squadra si articola in diverse fasi. Nella realtà, spesso la prima fase non viene realizzata appieno. Dopo l'euforia iniziale all'inizio della stagione, si tende spesso a dare per scontato che tutti abbiano la stessa motivazione. In realtà, però, non è così. Basta allora perdere due partite di fila per rendersi conto che lo spirito di squadra è puramente superficiale. I giocatori non basano le loro decisioni sugli stessi principi e manca la bussola che li guida e li riunisce. Il modello delle «condizioni ottimali» di Alain Mounir (MCP©, utilizzato nella formazione degli allenatori francofoni) illustra le diverse fasi così come dovrebbero idealmente svolgersi (fig. 2).

Fig. 2: Rappresentazione dettagliata delle fasi delle condizioni ottimali (MCP©)



aillierte Darstellung der Phasen der bestmöglichen Bedi

Se si considera tutto ciò che dovrebbe avvenire nella prima fase, è chiaro che occorre dedicarvi del tempo. In questo contesto è fondamentale che la comunicazione sia chiara e inequivocabile. «L'allenatore deve garantire che le cose vengano chiamate con il loro nome, perché spesso è proprio ciò che non viene detto a nascondere i pericoli maggiori.»

Bertrand Théraulaz è formatore, docente e insegnante di educazione fisica presso l'UFSPO. Il responsabile J+S per la pallavolo si è specializzato nelle differenze individuali nello sviluppo motorio.

Alain Mounir è consulente, formatore e coach. Lavora sia come imprenditore sia nella formazione degli allenatori di Swiss Olympic.

Detto, fatto!

Come affrontare un progetto di squadra? Alain Mounir mette in pratica un metodo semplice, testato da Bertrand Théraulaz, che coinvolge tutti i partecipanti.

1. I giocatori scrivono i valori per cui vogliono lottare durante la stagione. Un valore per foglio, in maiuscolo.

2. Raccogliere i fogli e distribuirli sul pavimento.

3. Alla squadra vengono assegnati i seguenti compiti (tempo a disposizione: 20 minuti):

- Ordinare i valori in quattro gruppi
- Posizionare il valore più importante di ogni gruppo in cima, dopodiché si discute e tutti devono partecipare

4. Si descrivono a parole i comportamenti e gli atteggiamenti necessari per ciascun valore. Il gruppo seleziona i tre più importanti. Esempi di atteggiamenti chiave:

- Flow: concentrarsi, divertirsi, coinvolgere gli altri
- Scambio: comunicare, ascoltare, aprirsi
- Lavoro di squadra: rispettare gli altri, assumersi responsabilità, sostenere
- Perseguire un obiettivo: avere fiducia in sé stessi, essere autocritici, lavorare

Bibliografia Whitmore, J.: Coaching per la pratica, Francoforte, Campus Verlag, 1995 Blanchard, K.: Gestione attraverso l'empowerment, Reinbek presso Amburgo, Rowohlt Verlag, 1999

Mounier, A.: 4 intelligenze ... al momento giusto! Vevey, Ed. CDO, 2001

YoungstarsWiki.org

Théraulaz, B.: Capire e insegnare la pallavolo. Ufficio federale dello sport di Magglingen, 2003, n. ordine 30.841.500d

Dove le persone si impegnano_01

Bibliografia:

Contenuto: Gioventù+Sport, mobile 1, dicembre 2004, COMMITMENTS
Autrice: Véronique Keim

Copyright:www.mobile-sport.ch

Immagine:www.juropa.net

Weitere Informationen

Categorie
Direzione e pedagogia

Tag
Lavoro di squadra
Collaborazione
Punti di forza
Squadra
Squadra

Età
Nessun dato disponibile.

Numero di partecipanti
Nessun dato disponibile.

Bibbia
Manca questa informazione.

Durata
Nessun dato disponibile.

Terreno / Dintorni
Città
Foresta
prato

Materiale
Nessuno

Scarica il file
Download del file disponibile

KI Generierter Inhalt
Contenuto
Categorie
Tag
Età
Numero di partecipanti
Bibbia
Durata
Terreno / Dintorni
Materiale

© YoungstarsWiki | https://youngstarswiki.org/it/wiki/art/impegni-le-chiavi-la-perfezione