

LA COMUNICAZIONE PER L'ISTRUTTORE DI SETTORE GIOVANILE ALLENAMENTO & ALLENAMENTO

- o Di cosa stiamo parlando?
- o Cosa significa comunicare?
- o Gli allenatori comunicano?

Gli allenatori e gli altri

- o Il risultato della comunicazione dipende da quanto percepiscono tutti gli attori che vi partecipano.
- o Forse è meglio tenerne conto.
- o Il risultato sportivo quindi dipende molto dal rapporto fra mister, società, genitori e ragazzi.

Procediamo per gradi

- o Per prima cosa è necessario raccogliere informazioni.
- o Poi per gradi si arriva al messaggio da esprimere.
- o Ma ricordatevi che nel frattempo state comunicando.

Gli allenatori parlano coi comportamenti

- o Se i ragazzi non vi capiscono non è colpa loro, ma della incapacità degli allenatori di comunicare in modo efficace.
- o Di quanto diciamo resta molto poco.
- o Come lo diciamo conta molto di più.
- o Ciò che facciamo è decisamente significativo e....resta.

E quindi?

- o E' importante con i ragazzi identificare i luoghi dove parlare al singolo, al gruppo o dove poter scherzare.
- o E' fondamentale stabilire quando parlare con il singolo, con il gruppo, con chi è coinvolto e se è opportuno.
- o E' determinante stabilire come parlare: alla loro altezza, tutti seduti o in piedi, in semicerchio, citare i comportamenti.

Indicazioni per...la partita

- o Prima poche parole per focalizzare e aiutare... il lavoro che conta lo avete svolto in settimana.
- o In pratica rinforzate i comportamenti realmente positivi.
- o Se perdete un incontro bando agli alibi e state con loro, in caso di successo lasciate loro la vittoria!

Un consiglio pratico

Non limitiamo i mezzi di comunicazione...per far circolare una notizia oltre ai media, possiamo utilizzare: lettere, sito, e-mail, manifesti, genitori (c.r.a.l. aziendali, bacheche negli uffici...), scuole con cui collaborare, sponsor, associazione allenatori, comitati Federali, altre società sportive con cui collaborare.

COSA ACCADE QUANDO.....

A) Parlo poco con i giocatori:

...devo utilizzare una comunicazione assolutamente efficace che non preveda margini di errore. Devo inoltre ricordarmi che il mio corpo e la mia mimica, quando sono con i calciatori, esprimono comunque la forma di comunicazione più importante e quindi i miei atteggiamenti non possono essere in contrasto con quanto ho espresso.

B) Mantengo le distanze:

... questa è una strategia, ma non l'unica possibile nei rapporti. Chiedetevi qual è l'intenzione positiva di questo comportamento e scoprirete sicuramente valide alternative per ottenere il risultato che vi siete prefissi.

Facciamo un esempio: durante l'allenamento osservate attentamente la distanza che ogni calciatore mantiene tra sé e gli altri quando si rivolge direttamente a qualcuno. Verificatela attentamente e non superatela mai quando vi rivolgete a lui in un colloquio individuale o in pubblico. Se invece cercate lo scontro andategli più vicino, condite il tutto con un sano atteggiamento di sfida o supponenza.. . e controllate il risultato.

C) Parlo senza aver prima ascoltato:

...questo ci fa apparire come dei maghi ("tu sai che io so"), però i messi non sempre raccolgono il consenso di coloro che li circondano.

D) Siete sempre seri al punto di incutere timore:

... quando il vostro scopo è quello di esercitare un controllo ricordatevi che deve essere un'attività effettuata in un tempo molto preciso, al termine del quale smettete di controllare e iniziate a partecipare. È impossibile controllare mentre si partecipa e partecipare mentre si controlla.

E) Cadete in contraddizioni che il giocatore percepisce facilmente:

....siccome capita a tutti, ammettetelo tranquillamente. Solo gli imbecilli e i geni non cambiano mai opinione, ma in totale rappresentano il 5% della popolazione.

F) Formulate opinioni o giudizi senza far riferimento a fatti o azioni:

...ricordatevi di esprimere chiaramente che si tratta di vostri pareri. Se invece farete riferimento a fatti e azioni sarà più facile risolvere il problema. Domandatevi dunque quale di queste due frasi sortirà il miglior risultato.

..."Sei un imbecille perché ti sei fatto espellere!"... Oppure:

"La prossima volta in cui intendi recriminare con l'arbitro evita di puntargli l'indice mentre corri velocemente verso di lui, piuttosto avvicinarti lentamente ed esprimi le tue opinioni con un tono di voce più basso".

Nel secondo caso non vi porrete in contrasto con il ragazzo e gli fornirete utili indicazioni su come modificare, in meglio, i suoi comportamenti.

G) Si sottolinea solamente quello che i giocatori non fanno bene:

...in questo caso, stiamo allenando l'insuccesso e chi è causa del proprio mal ... Se continuate a sottolineare l'errore questo sarà appreso dal giocatore che sarà quindi portato a ripeterlo. Se, invece, sottolineerete le sue azioni positive, parimenti sarà portato a ripeterle. Scegliete voi.

H) Rimprovero piuttosto che correggere:

....rimproverare non fa parte dei compiti di un allenatore, correggere sì. Ricordatevi che il rimprovero serve esclusivamente per "attirare l'attenzione", mentre la correzione serve a cancellare l'errore, facendolo diventare esperienza in quanto crea soluzioni.

I) Vi ponete sulla difensiva davanti ai suggerimenti, alle opinioni e alle critiche espresse dai giocatori:

....l'escalation nucleare tra Unione Sovietica e gli Stati Uniti derivava da questa modalità, entrambi si ponevano sulla difensiva. E per difendersi meglio, preparavano ordigni sempre più spaventosi. Porsi sulla difensiva, infatti, significa dare per scontato che qualcuno ci voglia aggredire e, a lungo andare, se continuiamo a farlo, ciò accade.

L) Affrontate il discorso partendo sempre "alla lontana":

... in genere l'intenzione è di non ferire il vostro interlocutore, ricordatevi però che se dite la verità e spiegate le motivazioni (non sei adatto perché.. .) e illustrate le alternative (in quel gruppo puoi apprendere meglio e...) otterrete un risultato più efficace di quello riscontrabile dopo aver espresso una cruda verità al termine di un panegirico che ha, tra l'altro, sicuramente confuso l'interlocutore.

M) Se anticipate le difficoltà che credete di dover affrontare:

....create sicuramente ansia nei giocatori. Se invece ipotizzate situazioni di difficoltà, offrendo soluzioni, tranquillizzerete i vostri ragazzi.

N) Se parlate delle squadre avversarie:

....fatelo nei primi giorni della settimana, dando il maggior numero di informazioni e condividendo strategie adatte per contrastarli efficacemente. Nei giorni successivi, concentratevi sulla vostra partita e non sulla loro.

O) Date troppe informazioni in poco tempo:

.....ricordatevi che questo è spesso dannoso soprattutto se ciò avviene nelle 24 ore prima di un incontro. Sottolineate invece (al massimo 3) le indicazioni che ritenete vincenti, chiedendo ai vostri giocatori di seguirle anche senza capirle.. . le spiegherete il martedì successivo.

P) Se vi esprimete in modo impulsivo, con il rischio di offendere:

.....molti credono che essere se stessi e comportarsi di conseguenza sia un atteggiamento positivo. In realtà, questo può essere positivo per voi, allontanandovi però dall'obiettivo.

Q) Volete dimostrare di conoscere qualsiasi tema di cui si sta parlando:

..... tenete conto del fatto che ispira più fiducia chi è specializzato in qualcosa rispetto a chi cerca di dimostrare di avere competenza in qualsiasi argomento.

R) Elogiate i giocatori quando commettono degli errori:

- sin dal settore giovanile non si deve mai dire bravo a chi esegue bene uno schema e poi sbaglia la conclusione (diciamo piuttosto: il movimento era perfetto però devi migliorare il tiro).
- Il risultato che otterrete, altrimenti, sarà quello di sentir dire: "Le sue squadre giocano benissimo ... però non vincono mai".
- Approvare un'esecuzione che non raggiunge l'obiettivo fissato dicendo: non importa, fa niente, bravo lo stesso ... (premiando buone intenzioni), è sbagliato al pari di inibire un bel gesto tecnico (dribbling), nel settore giovanile, limitando l'iniziativa del giocatore.
- Esplicitate quindi sempre l'obiettivo dell'esercitazione e premiate solo il raggiungimento di questo ultimo, mai le buone intenzioni o i risultati parziali.

SUGGERIMENTI PRATICI :

L'approccio col gruppo e con il singolo prevede alcune semplici attenzioni che permettono di farsi comprendere meglio ed evitare diversi problemi.

Ecco quindi alcuni consigli utili per gestire al meglio il vostro rapporto con i giocatori:

1. -Scegliete un luogo ben preciso in cui parlare con i giocatori e poi mantenetelo per tutta la stagione, questo vi agevolerà nel richiamare l'attenzione dei giocatori;
2. -Scegliete un luogo diverso in cui parlare con i singoli;
3. -Se un singolo giocatore fa delle rimozioni nei vostri confronti alla presenza del gruppo, affrontate il problema nella successiva riunione con la squadra o quando sono tutti presenti;
4. -Se un giocatore si confronta con voi in privato, risolvete la questione con lui senza comunicarlo a nessuno;
5. -Se due giocatori litigano tra di loro, evitate di intervenire prima che il problema sia emerso perché in tal modo chiarirete un fatto concreto; per far sì che ciò avvenga riunite successivamente i due giocatori e spiegate loro che devono trovare una soluzione al problema in quanto non potete permettervi di avere due elementi in disaccordo all'interno del gruppo;
6. -Nei settori giovanili decidete di intervenire solo ed esclusivamente in situazioni meritevoli di attenzione e non in caso di piccoli screzi e scaramucce. Si tratta di un problema di priorità: potete fare molto ma non tutto;
7. -Se volete risolvere qualsiasi problema, la vostra figura, alla lunga, perderà di autorevolezza, mentre se intervenite quando è il caso, e i ragazzi siatene certi lo sanno, la vostra opinione sarà condivisa e il vostro ruolo sarà chiaro e, probabilmente, indiscusso;

8. -Nelle prime squadre, invece, demandate ai collaboratori (preparatore, secondo, dirigente) il compito di gestire screzi e intolleranze, riservandovi di intervenire esclusivamente nelle situazioni realmente importanti;

9. -Quando parlate alla squadra fate in modo che i giocatori si dispongano a semicerchio davanti a voi o su tre lati dello spogliatoio in modo che voi vediate tutti e tutti si possano vedere tra loro;

10. -Nei settori giovanili, siccome l'istruttore in piedi tende a parlare "dall'alto" è consigliabile sedersi tutti a terra, rispettando sempre la posizione a semicerchio;

11. -Quando parlate al gruppo utilizzate un tono chiaro e non concentrate l'attenzione su di un solo soggetto, ma spostate lo sguardo dedicando attenzione a tutto il gruppo;

12. -E' bene che l'abbigliamento dell'allenatore sia compatibile con la funzione che sta svolgendo; jeans e maglietta non trasmettono esattamente una buona sensazione ai giocatori e, tanto meno, ai genitori, se si tratta di un settore giovanile;

13. Quando siete scontenti del comportamento di un giocatore, ma non intendete manifestarlo esplicitamente di fronte al gruppo, esprimete il vostro dissenso (sempre facendo riferimento ai comportamenti e mai alle persone), guardando una delle due persone che gli sono vicino: se voi parlate direttamente al giocatore (osservandolo) questo atteggiamento viene colto come una sfida, se guardate chi gli è di fianco riceverete la sua attenzione poiché, dato il vostro atteggiamento ambiguo, lui cercherà di capire se vi state effettivamente rivolgendo a lui.

ALLENAMENTO & ALLENAMENTO

Un ragazzo al mister....se è vero che imparo di più da un bravo giocatore che mi sia di esempio, non imparerei di più da un allenatore che invece di sottolineare gli errori, elogi i comportamenti corretti? E il mister risponde...stai cercando di confondermi?

LA FORTUNA, PER NOI, NON ESISTE

I giocatori al mister...quelli sono troppo fortunati! Già...al limite della bravura risponde loro un buon allenatore! I risultati non si ottengono mai per caso, soprattutto quando si ripetono nel tempo.

Per questo è importante lavorare con metodo, raccogliendo le informazioni necessarie per stilare un programma di lavoro coerente, da condividere con la società e i calciatori. Il tutto, come sempre, con le giuste modalità. Troppo spesso gli allenatori chiamano fortuna le capacità altrui e sfortuna le proprie incapacità.

QUINDI CI VUOLE STRATEGIA..... SE SIETE D'ACCORDO

- Una delle qualità principali di un allenatore consiste nel conoscere, il più esattamente possibile, il valore del proprio gruppo. Poi, deve saper valutare la capacità dello stesso di progredire sul piano tecnico, tattico, fisico e mentale. Una volta acquisite tali conoscenze potrà definire gli obiettivi, tenendo conto di tutti gli aspetti positivi e negativi.

- L'allenatore, con i dirigenti, deve definire con precisione le responsabilità (non può essere il solo responsabile). Avere una strategia, si traduce in una linea da seguire, una logica e dovrà essere la migliore possibile in funzione delle caratteristiche del gruppo.

- Il tecnico dovrà quindi essere in grado di individuare un percorso adatto, frutto di un metodo. Questo significa razionalizzare il suo operato, sia a breve sia a medio termine. In tal modo, ogni esercitazione è conseguenza e frutto di quanto fatto precedentemente.

SI, MA....QUALE?

1. È essenziale la capacità di analizzare correttamente le qualità del proprio gruppo per determinare obiettivi credibili e quindi condivisibili. Obiettivi frutto anche di intuizioni che nascono dall'attenta osservazione di ciò che ci circonda, di un'onesta valutazione del proprio valore e delle caratteristiche della società (a buon intenditor..).
2. Ci sono allenatori che navigano a vista. Noi pensiamo che sia più utile dotarsi di tutti gli strumenti disponibili per analizzare correttamente la realtà in cui operiamo.
3. Il pensiero strategico rappresenta una qualità di base, al pari di quello tecnico-tattico, indispensabile per gestire la squadra in modo efficace.
4. Per far questo ogni allenatore dovrebbe stilare un piano operativo che tenga conto di tutti gli aspetti che coinvolgono la sua professione (tecnico-tattico, logistico, mentale, gestione dello spogliatoio, dello staff tecnico...).
5. In ogni caso, il mister deve considerare come valore primario la ricerca di una crescita ottimale dei giocatori e della squadra.

UN SEMPLICE POSSESSO PALLA...

Equilibrio di squadra: si lavora in un campo, diviso in due parti uguali, di dimensione variabile secondo il numero, l'abilità dei giocatori e le finalità che si vogliono dare all'esercizio.

Due squadre, una con un pallone a testa e l'altra senza, effettuano un'occupazione degli spazi (tutti devono essere costantemente in movimento) facendo in modo che metà dei giocatori si distribuiscano nelle due parti del campo. Non appena un giocatore, con o senza palla, cambia campo un altro lo deve sostituire immediatamente per ristabilire la parità numerica.

...PUÒ NON RIUSCIRE

I ragazzi sono distratti ... si stanno occupando di qualcos'altro, magari più interessante

Provate allora a inserire più stimoli sensoriali (fate contare il numero dei passaggi, fate dichiarare il colore che deve ricevere, dettate il tempo del passaggio con un segnale sonoro o visivo..) Anche in questo caso è utile seguire i principi della progressione didattica, inserendo gradualmente sempre più stimoli, ovvero: un colore in più, un altro suono...
Verificate se il risultato migliora.

Michele Di Cesare – Direttore della rivista “IL NUOVO CALCIO”

Lorenzo Varnavà – Psicologo dello Sport

PIZZINOS