

Seminario
**“La comunicazione tra
allenatore e atleta”**

Alberto Madella
Scuola dello Sport-CONI
Porto S. Elpidio, 18 settembre 2004

1

**Per cominciare: la
comunicazione**

- Continuità e innovazione rispetto al passato
- Trasversale a tutte le discipline sportive
- Utile a tecnici di livello diverso e sensibile alle differenze
- Convinzione che **“tutte le competenze di carattere didattico possono essere migliorate costantemente, con la pratica, lo studio e l’auto-valutazione”**.
- Anche l’insegnante più esperto può diventare ancora più efficace;
- L’esperienza è una risorsa preziosa ma

2

Il saper fare dell’allenatore



3

**CHE VUOL DIRE ALLENATORE DI
SUCCESSO ?**



4

ALLENARE NUMEROSI ATLETI DI SUCCESSO !!!!



Capaci di progredire a lungo, di avvicinarsi veramente al tetto delle loro potenzialità, di agire intenzionalmente per il miglioramento



5

ESSERE ALLENATORI EFFICACI



Ci sono regole e aspetti significativi del comportamento e del modo di essere dell'allenatore?



6

Diversi orientamenti del tecnico

Il buon tecnico sportivo è capace di armonizzare:

- 1) la personale **motivazione al successo**
- 2) una forte motivazione **al compito**
- 3) **Un orientamento al benessere del gruppo** con cui lavora.

7

L'allenatore

- "soggetto pensante capace di:
 - agire in modo razionale e finalizzato
 - di riflettere sul proprio modo di agire e
 - di modificarlo con opportuni metodi e ausili"(Hanke 1991)

Aletti problematici o allenatori problematici?

8

Ruoli multipli

- Istruttore
- Amico
- Padre
- Psicologo
- Insegnante
- Guida
- Educatore
- Medico/terapeuta

9

Successo: figlio di molti padri

Tra i più importanti:
La capacità di comunicare
Con gli atleti



Competenze che i tecnici di alto livello considerano decisive:

- sentirsi impegnati ad acquisire e ampliare nuove tattiche e strategie.
- non smettere mai di auto-valutarsi e di fare aggiustamenti.
- essere pazienti e onesti con se stessi; la maturazione di un allenatore richiede tempo.
- sapere valutare e adattare il proprio approccio e le strategie.
- saper lavorare duro, senza ricercare scorciatoie di nessun tipo.
- evitare di emulare lo stile di allenamento di altri di successo.
- uno stile di allenamento che rispetti la personalità propria ma anche quella degli altri
- saper aiutare gli atleti a identificare i loro obiettivi.
- essere sinceramente interessati allo sviluppo dei propri atleti.
- sapersi conquistare il rispetto degli atleti, essendo di esempio.
- mostrare professionalità.
- creare un ambiente educativo e divertente, ma che sfida al raggiungimento di mete superiori.
- comunicare agli atleti in maniera chiara le aspettative e le convinzioni.
- saper prevedere in anticipo le reazioni e le risposte degli atleti.
- permettere agli atleti di esprimere le loro opinioni anche tecniche

I requisiti fondamentali dell'insegnante di sport

- Competenze tecniche
- Competenze psico-sociali generali
- Empatia e atteggiamenti
- Competenze didattiche specifiche
- Atteggiamenti
- Conoscenze scientifiche, pratiche e metodologiche

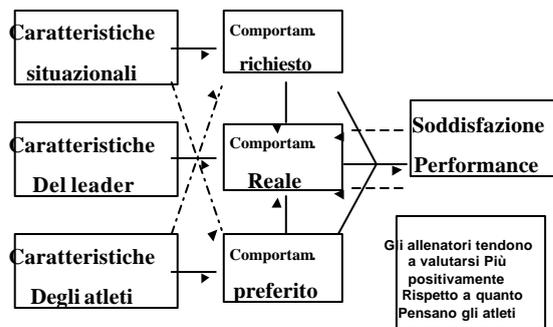
12

L'insegnamento sportivo è un'attività complessa

- 1. GLI ALLIEVI (i veri protagonisti)
 - 2. L'INSEGNANTE (il facilitatore)
 - 3. GLI ESERCIZI E LE ATTIVITA' FINALIZZATE ALL'APPRENDIMENTO (i mezzi)
 - 4. IL CLIMA DIDATTICO (il contesto)
- Questi elementi interagiscono tra loro, in modo variabile sia nel breve termine che nel lungo termine.
 ➤ La routine e la ripetitività sono certamente possibili minacce

13

MODELLO DELLA LEADERSHIP EFFICACE



Chelladurai 1980

Principali stili di gestione dell'allenamento

- **Autoritario**
 - Fissa obiettivi – immutabili
 - La colpa è dell'atleta
 - Costruisce allievi dipendenti
 - Non domanda quasi nulla agli allievi
- **Delegativo**
 - Sbrigativo
 - Scarica compiti/responsabilità
 - Si affida solo alle sensazioni degli allievi
- **Cooperativo**
 - Tenta di aumentare la consapevolezza dell'atleta
 - Vuole un allievo autonomo e capace di assumersi responsabilità

15

Competenza didattica

- L'allenatore è sempre un insegnante
- Nelle discipline tecniche questo aspetto si accentua ulteriormente
- L'esperienza personale è insostituibile ed è la risorsa principale, ma deve essere accoppiata a:
 - Creatività
 - Comprensione dei processi di apprendimento
 - Forte attenzione alle specificità individuali

16

Le competenze propriamente didattiche

- **Saper comunicare**
 - Entrare in relazione con gli allievi e comunicare efficacemente con loro, fornendo le istruzioni e le indicazioni più opportune
- **Saper motivare**
 - Sapere motivare gli allievi ad impegnarsi costantemente in allenamento per raggiungere i diversi obiettivi
- **Saper osservare**
 - Sapere analizzare il comportamento motorio degli allievi evitando un'eccessiva influenza di fattori soggettivi, abitudini e distorsioni
- **Saper programmare**
 - Sapere selezionare gli obiettivi dell'allenamento e costruire situazioni didattiche capaci di favorire effettivamente l'apprendimento
- **Sapere valutare**
 - Sapere verificare e valutare l'efficacia dell'insegnamento e produrre una documentazione dell'attività svolta e dei cambiamenti realizzati

17

Saper comunicare



- Abilità riconosciuta come decisiva per ogni professione didattica
- La chiave del rapporto atleta-allenatore (ma non solo)
- Un'arma a doppio taglio, un possibile elemento di rottura



18

Le domande chiave?

- Come posso trasmettere nel modo più efficace le informazioni che voglio comunicare?
- C'è un modo per controllare se la comunicazione funziona?

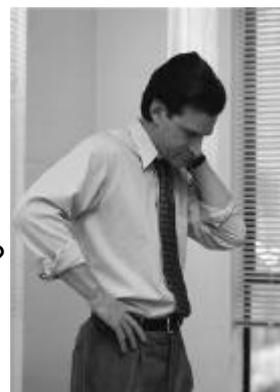
(non si deve dare per scontato che un messaggio sia stato compreso per il solo fatto che è stato trasmesso)



19

SAPER COMUNICARE

- Dote innata ?
- Dote acquisita ?



E se si acquisisce, come?



Spesso anche i grandi atleti hanno notevoli difficoltà a comunicare bene con i loro atleti più giovani e meno dotati

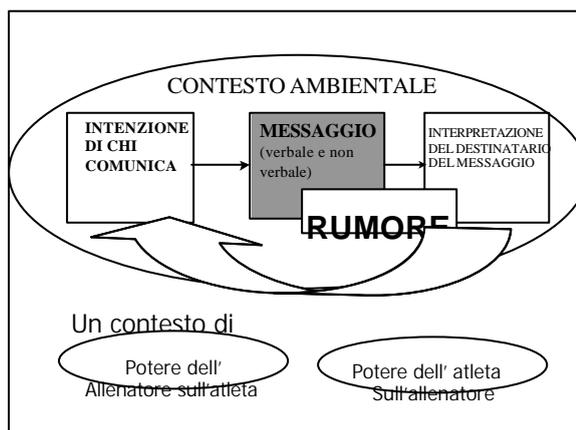
21

Una definizione classica:

uno **scambio di informazioni** tra due o più individui

Il concetto di scambio valorizza l'interazione

22



Possibili anche altre prospettive

- Comunicazione come storia, trama, collezione di eventi e micro-comportamenti
- Comunicazione come gestione simultanea di espressioni, ma anche di spazi e territori e in fondo di potere
- L'uso della comunicazione nel contesto di uno staff, di alleanze e coalizioni

24

A che serve la comunicazione?



25

SAPERE COMUNICARE

- ✗ **Non comunicare ... comunica**
La decisione di non inviare un messaggio viene comunque "ricevuta"
- ✗ **Quando si comunica:**
 - **SI FANNO CIRCOLARE INFORMAZIONI SU "CONTENUTI"** (Es. dati, concetti, comportamenti, tecniche, ecc.)
 - ? **SI GESTISCONO RELAZIONI INTERPERSONALI**

26

UNA PARTE IMPORTANTE DELLE INFORMAZIONI SCAMBIATE IN UN PROCESSO COMUNICATIVO NON E' INTENZIONALE



IL TECNICO SPORTIVO COME « ATTORE! » CAPACE DI CONTROLLARSI

IL TECNICO SPORTIVO COME « ANIMALE » EMOTIVO

27

Un repertorio pericoloso....

- *"Io sono fatto così, o mi prendete come sono o ve ne andate"*
- *"Voi dovete eseguire, io sono l'unico che pensa"*
- *"Ai miei tempi,"*
- *"Quando avevo la tua età, queste cose le facevo ad occhi chiusi"*
- *"I giovani d'oggi non conoscono più il sacrificio"*
- *Sei sempre libero di andartene*

L'impatto della comunicazione è a volte imprevedibile e può segnare a lungo

28

I rischi dell'etichettamento

- Un diverso è un individuo al quale la "identità" di diverso è stata applicata con successo attraverso la comunicazione (etichettamento)
- In molti casi, l'etichettamento è così efficace che l'individuo stesso si ritiene tale
 - "io non ho carattere"
 - "io non sono attento"



SAPERE COMUNICARE

- ✍ Intenzionalità e controllo comunicativo (la metafora del tecnico attore)
- ✍ La comunicazione come manifestazione del ruolo e del potere
- ✍ L'articolazione del verbale, non verbale (Body language) e paraverbale



I CANALI NON VERBALI



- sguardi
- gesti
- posture e atteggiamenti
- espressioni e mimica del volto
- la gestione dello spazio
- il contatto fisico

il paralinguaggio

- l'intonazione e la modulazione tono della voce
- il ritmo della voce
- il volume della voce
- le pause nel discorso

31

Regole molto generali della comunicazione didattica

- Comunicare = ascoltare
- Valorizzare la bidirezionalità (pluridirezionalità) -----
 - Gli atleti come partner della comunicazione - Un gioco di turni e ruoli
- Il controllo della comprensione
- Comunicazione -- > credibilità
- Utilizzo dell'interrogazione aperta
- Approccio positivo (ma non mieloso o utopistico)

32