

Due psicologi in Nazionale...

di Ettore Messina

Il mio intervento nasce da una riflessione: "qualsiasi allenatore o comunque la maggior parte degli allenatori, di qualunque disciplina sportiva, sono convinti di essere dei validi psicologi".

Tale premessa non vuole essere una critica, poiché anche io, prima di avere un approccio serio alla Psicologia dello Sport, ero convinto di essere un valido psicologo.

Personalmente ritengo che quando un allenatore fa dei buoni interventi con i suoi giocatori o ha una sensibilità particolare, che è un dono di natura, o ha vissuto, negli anni, buone esperienze a contatto con i giocatori che ha incontrato.

Fatte queste premesse, proverò a raccontarvi come siamo arrivati, come staff tecnico della squadra nazionale A di pallacanestro, alla collaborazione con il dott. Tommaso Biccardi e la dott.ssa Anna Falco e come il lavoro è stato svolto.

Dopo i primi sei mesi che ho allenato la squadra nazionale di pallacanestro, con risultati molto negativi, come del resto negli ultimi due, tre anni, come allenatore ho percepito un generico senso di inadeguatezza; inadeguatezza mia e dei giocatori al compito. Ciò mi ha reso evidente la necessità impellente di dover fare qualcosa per migliorare la situazione.

Uno dei miei collaboratori, Roberto di Lorenzo, aveva già avuto modo di lavorare con il dott. Biccardi. I risultati della sua esperienza, mi indussero a valutare la possibilità di richiedere un supporto psicologico all'interno del nostro staff tecnico.

Nella nostra testa c'era l'idea di un intervento mirato soprattutto sui giocatori. Avevamo giocatori molto importanti, con personalità forti ma suscettibili. Credevamo che un sostegno psicologico, li avrebbe aiutati a reggere meglio la tensione, ad affrontare meglio le competizioni, lo stare in nazionale, la pressione dei mass-media.

Non c'era, però, in noi allenatori un'idea precisa su come potevano aiutarci uno o addirittura due psicologi, soprattutto perché pensavamo che la persona che avrebbe collaborato con noi, avrebbe lavorato sui giocatori e non su noi allenatori. Ci consideravamo, infatti, un pò al di fuori di questo intervento, pensando che ci saremmo limitati a guardare e ad ascoltare i consigli che venivano dati ai giocatori.

Lo psicologo viene individuato molto rapidamente nel dott. Biccardi, che in passato aveva avuto delle esperienze molto positive con la Nazionale giovanile collaborando con Roberto di Lorenzo, inoltre, anche io, occasionalmente avevo avuto, la possibilità di collaborare con lui in alcuni corsi per allenatori nazionali.

Viene richiesta quindi la sua collaborazione, però con una serie di remore.

La prima remora è legata alla figura dello psicologo, che è considerato "*il medico dei pazzi*" per cui, se arriva lo psicologo, vuol dire che c'è qualche pazzo tra noi. Questa era una grossa remora.

In più in quegli anni, per chi lo ricorda, gli psicologi sportivi hanno collaborato molto con le squadre nazionali. Nell'estate del '94, proprio quando noi avevamo appena concluso il

primo ciclo di collaborazione con il dott. Biccardi e la dott.ssa Falco, ci fu l'esperienza della nazionale di calcio che andò ai mondiali con uno psicologo e per chi lo ricorda, lo psicologo, bravissimo non discuto, era vestito da Italia e camminava con Roberto Baggio sotto braccio nei campi di allenamento. Questa è un'immagine che s'insedia nella testa di chi gioca, di chi allena, di chi dirige!

Ed è un' immagine che sottende una domanda: " Perché si collabora con lo psicologo? Forse c'è una parte del lavoro che non siamo in grado di svolgere?"

Da queste domanda, nasce la seconda remora: " Io, allenatore della squadra nazionale di pallacanestro, ho bisogno di aiuto?"

Tutti questi interrogativi sono presenti nella testa di chi allena. E si amplificano ancor di più quando c'è la paura che lo psicologo possa dire che un determinato giocatore non può giocare in quella squadra perché non va d'accordo con gli altri. Ma quel giocatore è comunque un ottimo giocatore, e allora io, come allenatore della squadra, cosa devo fare? Lo faccio giocare lo stesso oppure no? E poi chi decide? Decide lo psicologo o decido io?

Immaginate tutte queste remore dentro la mia testa e anche in quelle dei miei collaboratori che dimensioni hanno assunto quando, il collaboratore del dott. Biccardi si scopre essere una collaboratrice.

In un ambiente prettamente maschile, arriva la dott.ssa Falco.

Devo ammettere che non è stato facile per noi. Non so immaginare quanto sia stato difficile per lei, però la sua collaborazione alla fine ha dato degli ottimi risultati.

Nella pratica come si è concretizzata questa collaborazione?

Inizialmente sono stati somministrati i test sia ai giocatori, che, con un pò di curiosità mista ad una limitata sofferenza, sono stati disponibili, sia a noi allenatori, che invece ci interrogavamo sul perché, visto che per noi i matti erano i giocatori.

Successivamente con l'osservazione degli allenamenti e delle partite io e i miei collaboratori iniziammo a renderci conto che il dott. Biccardi e la dott.ssa Falco non lavoravano tanto con i giocatori, bensì con noi allenatori e di ciò i giocatori restarono piacevolmente colpiti perché a quel punto *i matti* eravamo noi e finalmente lo avevano capito!

La maggior parte del lavoro veniva svolto dagli psicologi, attraverso l'osservazione degli allenamenti e delle partite. All'interno dei raduni, inoltre, loro facevano colloqui individuali con noi allenatori e con alcuni giocatori. Sia nei raduni lunghi, sia in quelli di due o tre giorni, erano previsti delle riunioni di staff, in cui eravamo guidati dagli psicologi, che ci aiutavano ad inquadrare meglio, sia i singoli giocatori, sia la nostra relazione con i giocatori. Questa interazione già mi stupiva molto.

Inoltre, per circa due anni, il nostro staff tecnico si è incontrato una volta al mese a Bologna, con il dott. Biccardi e la dott.ssa Falco per una riunione-fiume di circa 2 giorni.

In essa vengono valutati: gli eventuali miglioramenti di alcuni giocatori; la situazione infortunati; il possibile gruppo di giocatori che lo staff tecnico avrebbe allenato; le modalità e le capacità di noi allenatori di costruire, creare contatto con i giocatori; le loro reazioni, i loro comportamenti, cosa portava un giocatore a fare una cosa piuttosto che un'altra; come avere qualche idea in più sul mettere insieme i giocatori; come creare in

loro una maggiore tranquillità emotiva, tale da consentirgli di mettere in pratica il loro talento e, quindi, giocare una pallacanestro migliore.

Vincendo le mie resistenze, entrambi vennero con noi a Barcellona, al campionato europeo del '97. L'obiettivo era di aiutare noi allenatori a decodificare ciò che accadeva, a livello psicologico, in allenamento e in partita. Grazie alla loro collaborazione abbiamo potuto affrontare i problemi che sorgevano.

Già nei precedenti Europei, del '95, la nostra squadra aveva avuto un primo sensibile miglioramento, perché seppur con molti assenti, riuscì ad arrivare quinta alle spalle di quattro grandi potenze e, per pochissimo, non partecipò alle Olimpiadi.

Nel campionato del '93, in cui non avevamo collaborato con il dott. Biccardi e la dott.ssa Falco, eravamo stati eliminati ai quarti di finale.

Nel campionato europeo del '97 con una squadra ampiamente rinnovata, di ragazzi molto giovani, vincemmo la medaglia d'argento e chiudemmo il ciclo di lavoro.

Cosa è rimasto di questo ciclo?

Di sicuro l'approccio con un metodo di lavoro.

E' luogo comune pensare che il rapporto con lo psicologo è stendersi sul lettino, raccontargli ciò che viene in mente, farsi spiegare i sogni, ecc...

Con noi invece hanno collaborato due psicologi che avevano il computer a portata di mano, ma fondamentalmente avevano un metodo di lavoro.

Il metodo di lavoro del dott. Biccardi e della dott.ssa Falco pone molte domande: da dove si parte? Cosa si sta cercando di fare? Come lo si sta cercando di fare? Dove si cerca di arrivare?

Tante domande iniziali danno la possibilità di comprendere perché un obiettivo non è stato raggiunto, in modo tale da potersi correggere continuamente, con il vantaggio di non ripetere errori.

L'approccio di questo metodo di lavoro si basa sul modello strutturale integrato di G. Ariano, applicato al basket. Per me allenatore è stato una scoperta molto interessante, perché mi ha permesso di capire dove e come ci si muove in una relazione, dove determinate situazioni possono essere incasellate, ma soprattutto, iniziando ad apprenderlo, di poter fare un pò mia la sistematicità del modello.

Ho iniziato ad avere la necessità di valutare i giocatori, secondo criteri non solo empirici, ma definiti e accettati. Il giocatore viene valutato sia dal punto di vista tecnico e fisico, sia dal punto di vista psicologico, perché è una persona, non una parte del meccanismo-basket.

Se, però, noi allenatori non abbiamo chiari i criteri della valutazione, non sarà possibile "standardizzare" e quindi confrontare le valutazioni di differenti giocatori fatte da differenti allenatori. Non avere chiari i criteri della valutazione rende impossibile qualsiasi confronto fra allenatori relativamente alle valutazioni stesse.

Le continue sollecitazioni degli psicologi a darci dei criteri, sono state uno stimolo molto forte che ci ha spinto ad andare avanti, anche se l'inizio è stato molto faticoso.

Molte volte ci hanno dovuto prendere per il collo, nel senso che ci veniva la voglia di dire: "L'importante è che butta la palla nel canestro!", ma la loro capacità di riportarci "dentro", ha consentito di non sprecare tutto il lavoro che era stato fatto.

E' importante definire le strategie per avere chiaro dove arrivare, con che metodo poterci arrivare, da dove partire, quanto manca all'obiettivo, accentuando anche l'idea di poter rinunciare a qualcosa adesso, per avere qualcosa di migliore e di più importante fra sei mesi. Nella squadra nazionale, vi assicuro, che tutto ciò è stato importantissimo, soprattutto quando abbiamo cambiato la squadra, trapiantando quasi per intero l'under 22 nella nazionale A.

Era importante per noi che questi giocatori giovani crescessero. Soprattutto quando non giocavano nel loro club, erano riserve o erano giocatori che la grande massa delle persone giudicava non meritevoli di giocare in Nazionale.

Il tragitto è stato veramente tortuoso, con delle pressioni non da poco sul perché fate questo, perché chiamate questo e non piuttosto quest' altro?

Alla fine la cosa che è rimasta più forte nella mia testa e in quella dei miei collaboratori, è apparentemente la più banale: "E' difficile che tu possa conoscere meglio i tuoi giocatori, e di conseguenza aiutarli a giocare meglio, a vivere meglio insieme, se tu non conosci un pò di più te stesso".

Questa è stata la cosa più difficile da accettare. Abbiamo dovuto accettare che alcune nostre convinzioni non erano giuste, che alcuni nostri modi di rapportarci agli altri non erano adatti, quindi, soprattutto noi dello staff, abbiamo dovuto fare un grosso lavoro per capire e conoscere di più la nostra persona, secondo il modello che ha guidato il nostro lavoro.

La collaborazione con il dott. Biccardi e la dott.ssa Falco, oltre al grande aiuto per raggiungere importanti risultati, è stata per noi allenatori un grande stimolo a migliorare. Penso che in qualsiasi attività umana sia buono stimolarsi ed essere stimolati a migliorarsi. Questo, a mio avviso, è già migliorarsi.