



**NON ESISTONO RAGAZZI  
DIFFICILI:  
COME VALORIZZARLI TUTTI  
SENZA ESCLUDERE NESSUNO**

**Dott.ssa Nadia Moretto**

# Partiamo da me...



# Io sono...



3 (abbastanza) = adeguatezza



da 4 (molto)  
a 5 (moltissimo)

= punto  
di forza



da 1 (per niente)  
a 2 (poco)

= carenza

3 parole per:

- Un mio **PREGIO**

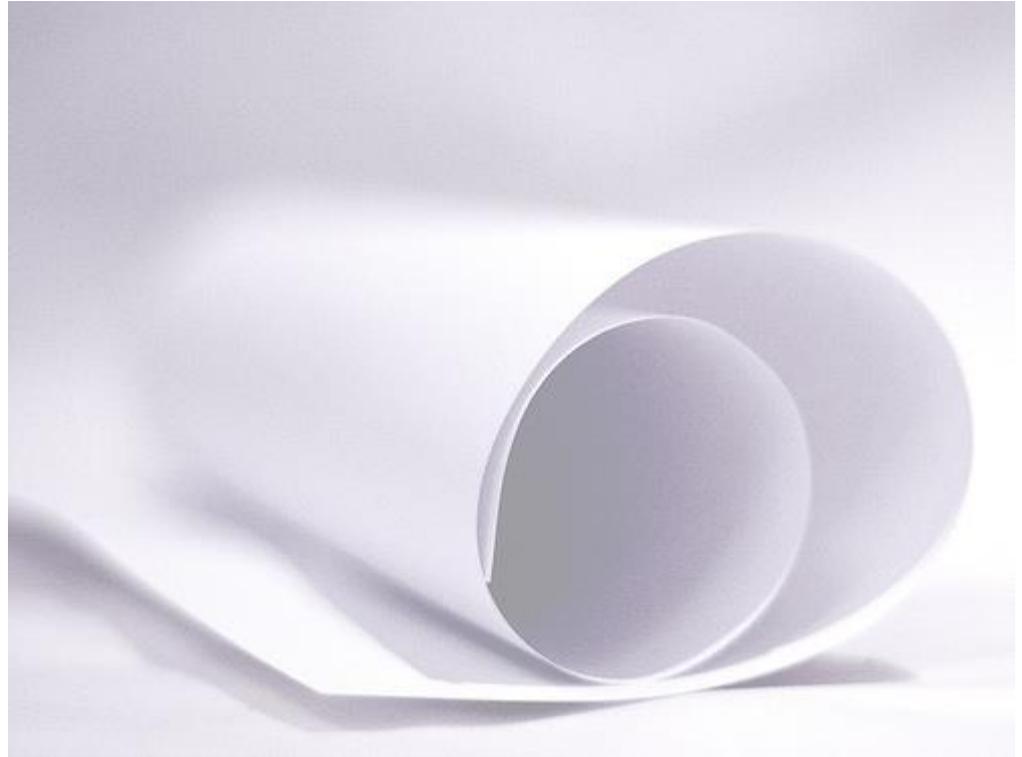


- Un mio **DIFETTO**



- Un mio **SOGNO**





Lasciamoci plasmare...



## ... i nostri atleti ...

- Hanno attese elevate: amano essere **stimolati e coinvolti**
- Desiderano sentirsi «al centro» delle attività per sentirle **modulate** sulle proprie esigenze
- Chiedono una comunicazione positiva e una verifica chiara ed immediata, che sottolinei i **risultati raggiunti** da ciascuno



Ripartiamo dallo...

STILE

# Come si concretizza questo stile?

L'allenatore...

1. Non è un tecnico, ma un **educatore competente** che stabilisce **poche** e **chiare regole** di comportamento;
2. è consapevole della sua **responsabilità**;
3. adotta uno stile **cooperativo** nella gestione della vita della squadra: è aperto allo scambio di idee e rende partecipi i giocatori;
4. è aperto a critiche e proposte e **si mette in discussione**, potendo così modificare in corsa alcuni atteggiamenti, sia personali che del gruppo.



# Come si concretizza questo stile?

5. si concentra prima di tutto **sull'atleta**, le sue motivazioni ed i suoi bisogni;
6. è capace di **ascolto attivo**;
7. utilizza una **comunicazione efficace**;
8. utilizza il **rinforzo positivo** per aumentare la motivazione dei suoi atleti.

# L'ascolto attivo

L'ascolto attivo si basa sull'**empatia** e l'**accettazione**.

Esso si fonda sulla creazione di un rapporto positivo, caratterizzato da un clima in cui una persona possa sentirsi "empaticamente compresa" e, comunque, **non giudicata**.

L'empatia costituisce un modo di comunicare nel quale il ricevente mette in secondo piano il suo modo di percepire la realtà per cercare di far **risaltare le esperienze e le percezioni dell'interlocutore**.



# Esercitiamoci...

## MARCO E LA FELPA

Autunno, allenamento all'aperto, ha da poco smesso di piovere ed è particolarmente umido. Marco esce dallo spogliatoio senza felpa e l'allenatore gli dice:

All: Marco vai a mettere la felpa.

M: No, non mi serve (*e prosegue verso il campo*).

All: Come non ti serve?! Ti ammalerai!

M: Non fa molto freddo!!

A: Fa freddo eccome, metti la felpa!

M: Odio la felpa, non la metto!



# Come può cambiare?

All: Marco non hai preso la felpa.

M: non ne ho bisogno.

All: Come non ne hai bisogno? Fa freddo, non vorrei che ti ammalassi. (*ascolto attivo*)

M: Non fa molto freddo (*il freddo è oggettivo*)

All: Non vuoi proprio indossarla...(ascolto attivo)

M: Odio quella felpa!

All: La detesti proprio... è così terribile? (*con tono di sorpresa*)

M: Sì, è larga e sbiadita

All: Pensi quindi non ti stia bene? (*ascolto attivo*)

M: Sì, tutti hanno felpe belle e che vanno bene



# Come può cambiare?

All: E tu non vuoi essere l'unico ad indossare una felpa brutta.

M: Certo che no, poi mi prendono in giro.

All: Capisco... Tu non vuoi mettere la felpa perché brutta e sbiadita, ma io non voglio che ti alleni senza, perché mi dispiacerebbe se ti ammalassi. Come possiamo fare per essere contenti entrambi? Dobbiamo trovare una soluzione...

M: *(breve pausa)* Potrei chiederla a Gianluca, ne ha due.

All: Quelle sono belle?

M: Sì, si sono nuove e bellissime.

All: Pensi che potrebbe prestartene una?

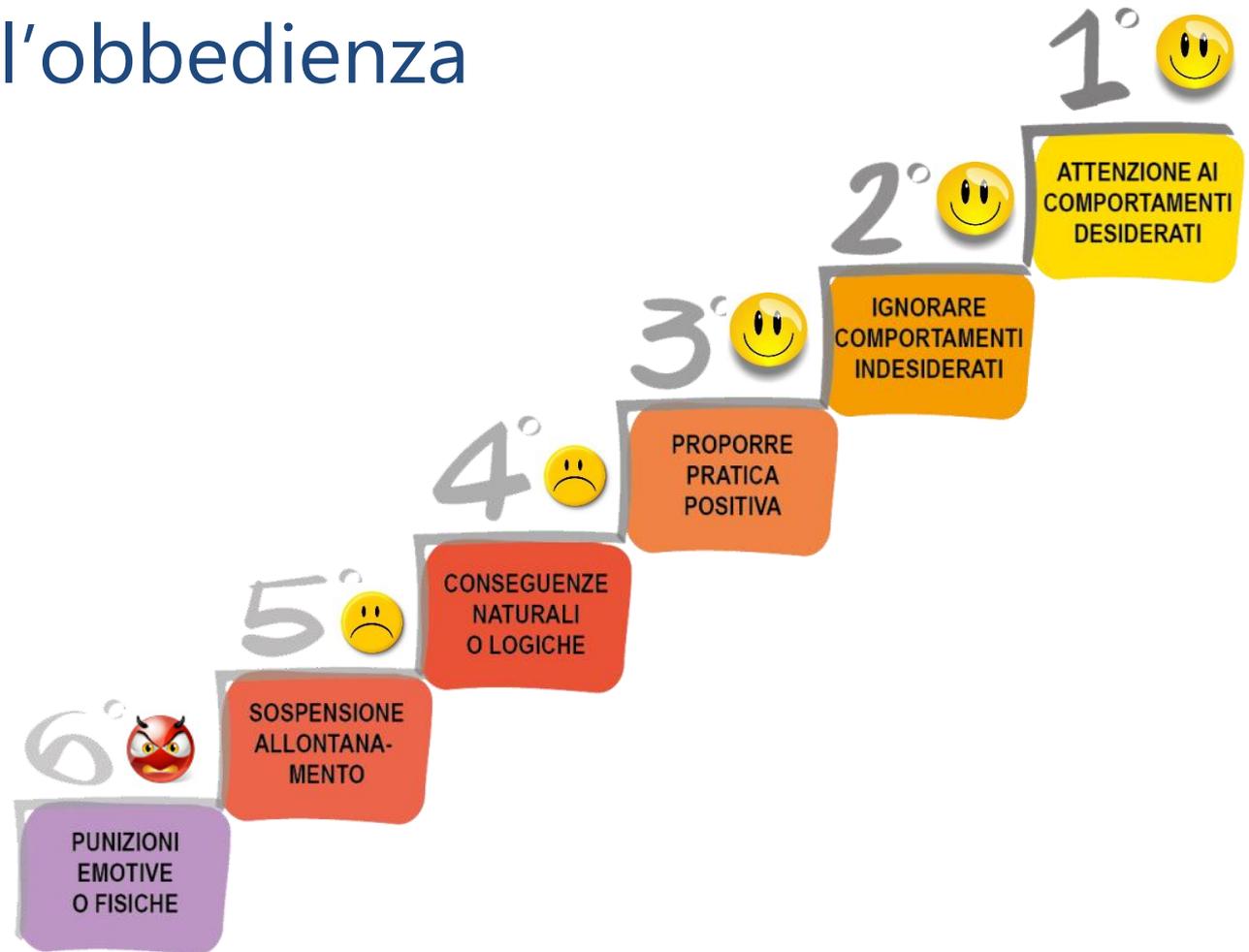
M: Vado a chiederglielo *(torna sorridente dopo pochi minuti con la felpa di Gianluca)*



# Suggerimenti concreti...

## La scala dell'obbedienza

E' difficile risalire la scala...



Ricordarsi di...

# VALORIZZARE LA PERSONA ... piccola o grande che sia!

Sostenere l'impegno  
ed elogiare il risultato in modo

**AUTENTICO**  
**SPECIFICO**  
**TEMPESTIVO**  
**ASSOLUTO**



# SEMPRE!

5 - 7 anni

Uso di **simboli**

# FANTASIA



**Egocentrismo**  
**Rigidità di pensiero**  
**Animismo**

7 - 10 anni



# 11 – 14 anni PREADOLESCENZA



# 14 – 18 anni ADOLESCENZA



dai 18 anni ETA' ADULTA



# Il conflitto...



# Alcuni tipi di conflitto: ragioniamo sui sog

Allenatore / genitore

Allenatore / genitore - atleta

Allenatore / atleta

Allenatore / se stesso

Allenatore / squadra

Allenatore / società sportiva

Genitore / figlio



# I tipi di conflitto

**Interno od individuale**  
(avvertito solo da noi)

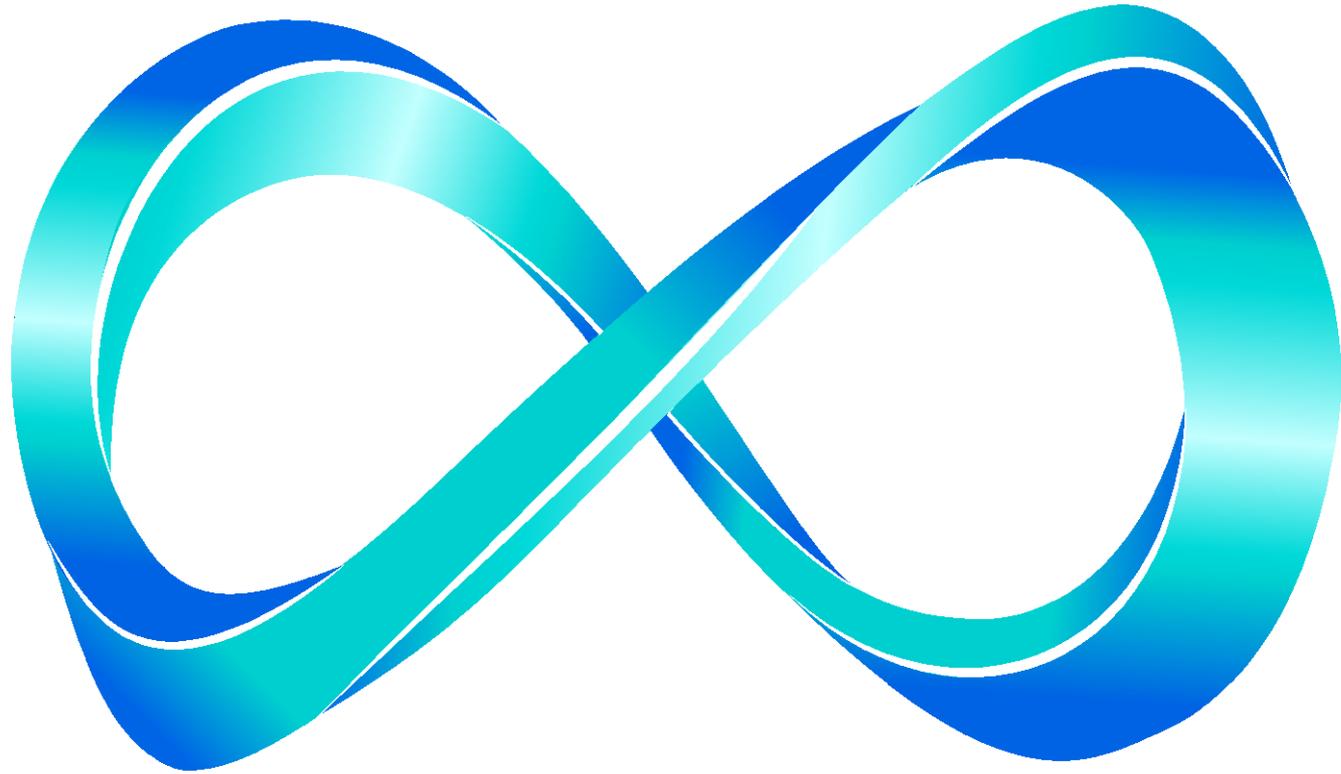
**Diretto**  
(rivolto a noi)



**Indiretto**  
(non rivolto contro di noi personalmente)

**Esterno o condiviso**  
(avvertito con altre persone)

# Cause



**Ed ora guardiamo oltre...**

Chi sono i  
protagonisti?

Cosa c'è in ballo?

Perché è venuto

fuori? (motivo)



# Caso A

Giovedì sera di fine marzo, allenamento concluso.

Tutti negli spogliatoi.

Il mister sta chiudendo la borsa quando entra nello spogliatoio Diego accompagnato dai suoi genitori.

Essi lamentano il fatto che il loro figlio non sia adeguatamente valorizzato.

I toni sono molto accesi e polemici.

Diego per lo più sta in silenzio.

Diego è un bravissimo giocatore, ha giocato regolarmente tutta la stagione, tranne le ultime due partite.

Diego ha 9 anni.



# Caso B

Enrico, 14 anni, prepotente, maleducato, a basket è davvero bravissimo. I passi a tre sono per lui più semplici che bere un bicchiere d'acqua.

Mohammed, 14 anni, timido, silenzioso, ottimo difensore.

E' venerdì sera. Domenica si gioca il derby. Oggi l'allenamento è decisivo per definire gli schemi di gioco. L'allenatore sa che i ragazzi hanno sempre dato il massimo ma con evidenti fatiche relazionali. La squadra non c'è ancora. C'è ancora un gruppo.

La partita di domenica, se giocata bene, anche senza vittoria, potrebbe essere la chiave di volta.

Francesco corre a chiamare l'allenatore e a dire che



FORMAZIONE



# Caso C

Lunedì sera. L'allenatore ha terminato un'altra pessima seduta di allenamento.

I ragazzi di 12 anni non lo ascoltano e lui si arrabbia perché non si impegnano abbastanza.

I risultati parlano chiaro: una sconfitta dietro l'altra.

L'allenatore è deluso e arrabbiato. Non sa neanche lui spiegare bene ciò che prova, di certo il malessere è comune e non aiuta a migliorare.

# Caso D

Sara ha 11 anni, è sempre solare e sorridente, forse un po' più taciturna rispetto alle compagne.

I genitori non si sono mai visti né alle partite né agli allenamenti.

Negli ultimi mesi è cresciuta, il suo fisico è cambiato molto. Rispetto alle compagne di squadra dimostra qualche anno di più.

Domenica sbaglia una battuta decisiva per la vittoria.

Esce dal campo correndo e piangendo.

Non era mai successo.

# Regole da seguire...

1° Gestire/affrontare il conflitto

2° Non rimanere soli

- confrontarsi
- parlare
- chiedere aiuto

3° Promuovere un cambiamento  
= PREVENIRE

# Strumenti per affrontare il conflitto

Ascolto attivo  
**vs** Ascolto passivo

Metodo senza perdenti  
**vs** Metodo vinci-perdi

**Empatia = percepire le emozioni degli altri**

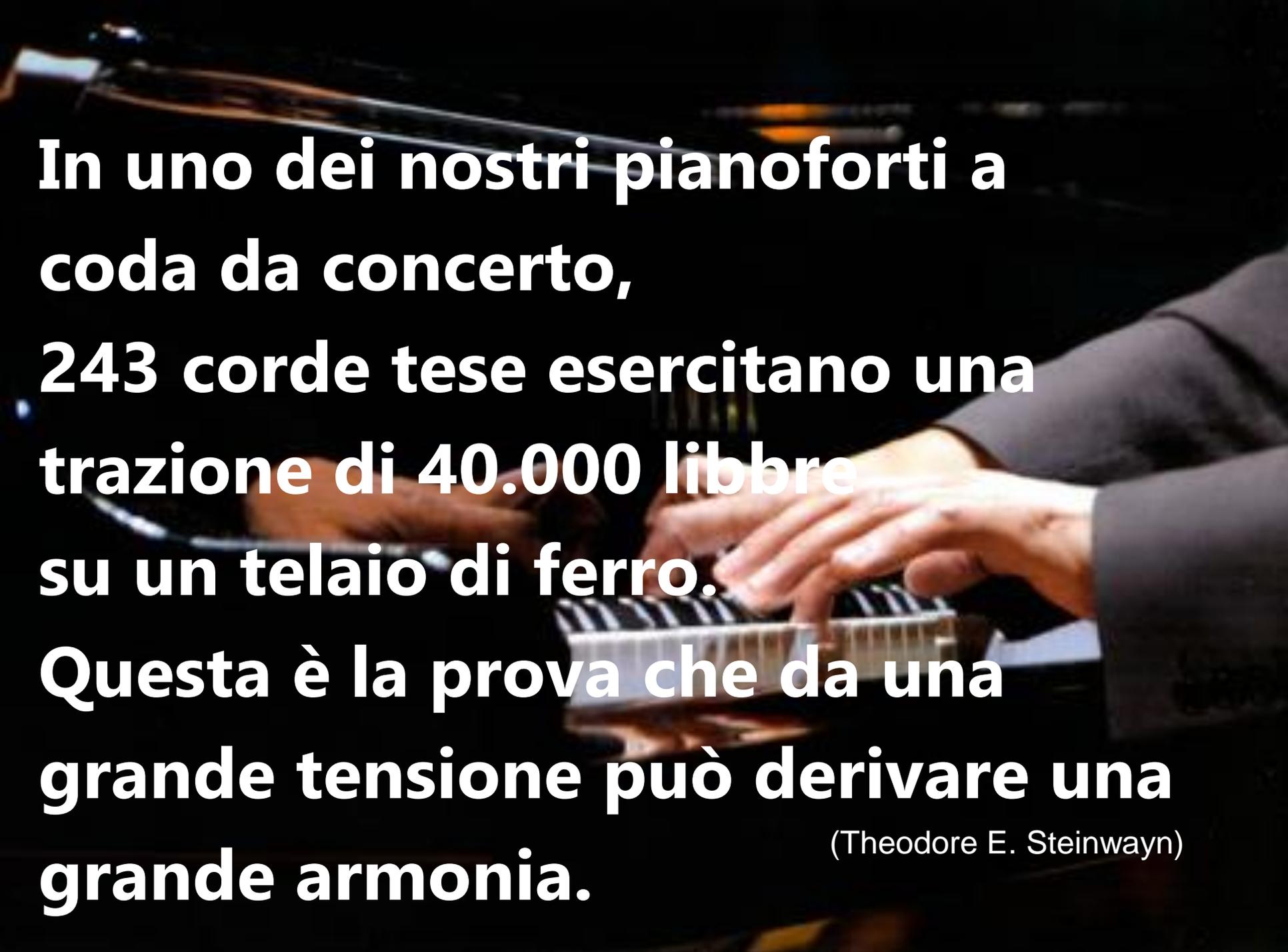


# Un altro punto di vista

## Il conflitto come **RISORSA**:

- innesca processi decisionali alternativi
- genera possibilità non esplorate
- conflitto = relazione

forse non voluta e senz'altro problematica...  
quindi necessita di maggiore cura



**In uno dei nostri pianoforti a coda da concerto, 243 corde tese esercitano una trazione di 40.000 libbre su un telaio di ferro. Questa è la prova che da una grande tensione può derivare una grande armonia.**

(Theodore E. Steinwayn)