

I TALENTI E LA LORO PROMOZIONE

M. VANEK

1. *Possibilità e limiti della psicologia nella promozione di talenti*

Nel campo della ricerca e della promozione di talenti la psicologia dello sport può indubbiamente dare un valido aiuto alle federazioni e agli allenatori. Tuttavia non possiamo considerarla come un metodo incontestabile e assoluto, da prendere come base della scelta da effettuare.

Al ruolo che spetta alla psicologia ed agli psicologi i vari paesi attribuiscono un'importanza diversa. In alcuni la sua azione è spesso sopravvalutata, altri le prestano troppo poco ascolto.

La stessa cosa si può dire per quanto riguarda la medicina sportiva e altre scienze che si occupano dello sport. L'azione di alcune discipline scientifiche è spesso anche soggetta a cosiddette « tendenze di moda ». L'importanza di una determinata disciplina viene esaltata a detrimento di altre, per essere trascurata in un secondo tempo.

La presente esposizione rappresenta una sintesi, un tentativo di far vedere la via da seguire per trovare un approccio al problema dell'individuazione e della promozione del talento.

Tale approccio si fonda sullo studio della personalità di più di 800 atleti di vertice condotto in Cecoslovacchia, sull'analisi del corso della vita degli atleti e sulla valutazione della carriera agonistica di atleti eminenti come Vera Caslanska, Emil Zatopek e altri ancora. Abbiamo studiato anche i dati sportivi di molti giovani atleti molto dotati che hanno abbandonato lo sport agonistico (drop out) e concluso precocemente la carriera sportiva, frustrati dalla pressione esercitata dalla concorrenza nello sport.

2. *La selezione dei talenti*

Si parla molto, troppo, di selezione dei talenti; io non amo questa espressione. Infatti lo sport è un'attività necessaria a tutti e la competizione sportiva dovrebbe essere considerata come un'esperienza del confronto sociale nell'infanzia e nella gioventù.

A me sembra che con determinati presupposti (un buon allenamento, ma anche l'azione di buoni psicologi, bravi biomeccanici, fisiologi capaci e così via) qualsiasi individuo abbia la possibilità di diventare un atleta discreto sempre nei limiti delle sue caratteristiche individuali e specifiche.

Tuttavia la situazione socio-economica e il prestigio sociale dei singoli, dei gruppi e soprattutto delle nazioni, hanno un peso tale che, si voglia o no, nello sport la selezione dei talenti esiste.

I bambini, per esempio, vengono sollecitati dai genitori, dagli insegnanti, dagli allenatori e dai managers a praticare un'attività sportiva. Le espressioni di « padre hockeista », di « madre pattinatrice » o di « patito dell'atletica leggera » possono costituire un esempio. I bambini vengono sottoposti con tanta insistenza a un programma orientato al successo e alla vittoria che in alcuni casi essi non hanno nessuna possibilità di non essere « deformati ».

Inoltre sono troppo numerosi i giovani atleti rovinati dalla routine dell'allenamento che si preoccupa maggiormente dell'incremento delle qualità fisiche che dello sviluppo dell'individuo. Finora ciò non è ancora stato chiaramente dimostrato, ma personalmente sono di questo avviso.

3. I sistemi di selezione

Esistono vari sistemi di selezione.

Il sistema più comune è quello della selezione empirica e intuitiva. A questa se ne aggiungono altre, per esempio quella retrospettiva, quella semiscientifica e infine la selezione scientifica.

La selezione scientifica non è ancora molto progredita. La causalità dei provvedimenti è molto complessa, per cui i fattori che portano al successo o all'insuccesso nello sport sono numerosi. Prima della fine del nostro secolo difficilmente si potranno seguire e mettere in evidenza tutti i rapporti esistenti fra lo sport e lo sport agonistico.

La selezione si farà perciò ancora con il sistema empirico e intuitivo. Normalmente essa è organizzata dagli allenatori o « osservatori di talenti » (scout manager) che studiano i giovani atleti.

Il criterio della scelta è spesso interpretato come valutazione del livello di abilità in una disciplina o in un gruppo di discipline sportive. L'allenatore prende nota del modo in cui l'atleta si muove e si comporta nella competizione.

In questa maniera si esprimono dei giudizi sul grado di abilità, sulle qualità motorie e sulla facilità con cui si eseguono i movimenti. L'atleta che raggiunge un livello elevato in questo campo viene definito un « talento motorio ». Lo studio dell'apprendimento motorio è abbastanza progredito, ma non siamo ancora in grado di precisare empiricamente gli elementi che costituiscono un talento motorio. Forse ci occupiamo troppo delle componenti mentali, forse i fenomeni e i meccanismi di gran lunga più importanti rientrano nel sistema subcorticale e spinale da cui sono regolati. Per esempio, sappiamo troppo poco dell'innervazione reciproca degli antagonisti.

Per imparare a comprendere il movimento e l'attività sportiva è necessario che non soltanto la psicologia studi il fenomeno del talento motorio, ma che essa ricerchi il collegamento con la neuropsicologia e con la neurologia.

Il livello di abilità ci può dare soltanto qualche informazione sul grado di abilità del momento, ma non ci dice nulla delle altre dimen-

sioni del talento motorio cui abbiamo accennato, soprattutto per quanto riguarda la struttura neurologica.

Non siamo in grado di stabilire come sia stato raggiunto il livello di abilità. Forse è dovuto all'ambiente sociale, al fatto che il padre è un appassionato di atletica leggera? Oppure questo livello non è altro che il culmine di un'abilità raggiunta esclusivamente attraverso l'imitazione, l'osservazione e per mezzo di iniziative di movimento? Ecco il problema. Normalmente la selezione dell'abilità motoria tiene troppo poco conto delle dimensioni psicologiche.

4. La personalità e la promozione del talento

Per l'atleta di vertice uno dei fattori psicologici è quello della sua motivazione.

Le teorie della motivazione sono numerose, ma per ora sappiamo troppo poco dell'efficacia delle diverse forme di motivazione nel campo dello sport. Per la maniera di fornire delle prestazioni sportive è decisivo il livello della pretesa da parte dell'atleta stesso, che si fonda sulla propria motivazione alla prestazione.

Un altro ambito psicologico importante è dato dalle dimensioni della personalità dell'atleta. Quelli che contano non sono però i diversi tratti del comportamento in quanto tali, ma i loro rapporti con gli avvenimenti sportivi.

Per alcuni studi della personalità noi, per esempio, abbiamo usato il 16 PF di Cattell e l'EPI di Eysenck; altri hanno usato il CPI.

Quando si studiano gli atleti con questi tests, si constata che non esiste un rapporto automatico fra le caratteristiche della personalità e le situazioni proprie dello sport agonistico. Quello che conta è il collegamento fra le caratteristiche e le situazioni. Dopo la relativa ricerca si può forse dire se in un dato atleta le caratteristiche della personalità necessarie sono presenti in maniera sufficiente o meno. Con questo non si sa però affatto se queste caratteristiche saranno efficaci anche in una situazione concreta.

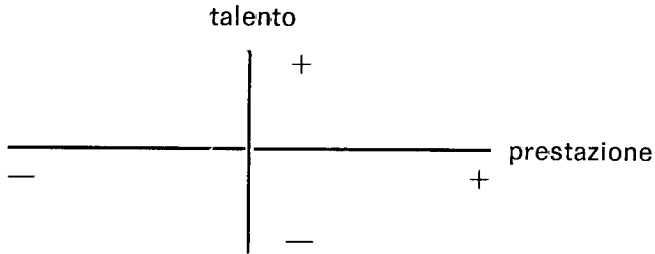
Cerchiamo di chiarire questo concetto con un esempio. Nella combinazione dello sci nordico, una certa ansia è necessaria per la corsa di fondo, mentre è nociva per il salto. Se in un determinato atleta sia più importante l'ansia ai fini della corsa o la disposizione al rischio ai fini del salto, è una cosa che si può stabilire soltanto nel caso concreto.

Quando le caratteristiche della personalità non vengono considerate in vista di situazioni specifiche, non si può avere nessun responso. Il test è soltanto il primo passo del dialogo fra lo psicologo e l'allenatore, fra lo psicologo e l'atleta. Soltanto in un secondo tempo si passa all'analisi vera e propria, che dev'essere continuamente approfondita.

Tale analisi si serve delle teorie psicologiche che hanno già raggiunto uno standard teorico molto elevato. Si costituisce così quel collegamento fra la teoria e la pratica che effettivamente esiste.

Anche la selezione dei talenti ci offre il destro di illustrare quanto sopra. I fattori da prendere in considerazione sono indubbiamente numerosi. Se per ipotesi si prendono come base due dimensioni che svolgono

un ruolo nella ricerca di talenti, la loro rappresentazione grafica assumerà l'aspetto di una croce, visto che le dimensioni sono relativamente indipendenti l'una dall'altra.



La prima linea rappresenta la dimensione talento motorio, l'altra corrisponde alla componente prestazione. C'è un ambito positivo e negativo che ha inizio nel punto d'incrocio e il grado raggiunto dalle caratteristiche della personalità costituite dal talento motorio e dalla prontezza alla prestazione, che sarà maggiore o minore a seconda che il rispettivo valore sia più o meno vicino al punto d'incrocio. Il diverso inserimento nei quattro campi indica la diversa accentuazione delle due dimensioni.

Per le prestazioni massime gli allenatori scelgono di solito nel settore del talento motorio quei soggetti che si trovano alla fine della linea del talento.

In base ai risultati delle nostre indagini sono invece convinto che gli atleti di vertice vengono soprattutto dal settore della prontezza alla prestazione elevata o elevatissima (over and high achiever), i quali hanno un talento motorio sufficiente. Gli atleti di vertice che vengono dall'ambito di un talento motorio molto spiccato sono meno numerosi.

Accade spesso che gli atleti che hanno un talento motorio notevole, i « talenti naturali » non sentano il bisogno di sviluppare delle caratteristiche della personalità che si riferiscono alla prestazione. Le capacità e l'abilità si sviluppano troppo presto e con troppa facilità; l'atleta è viziato dal proprio talento. E' un atleta completo, che riesce in tutto, nella corsa, nel salto, nel lancio, ecc., che si muove molto e bene, ma teme la competizione e cerca di evitarla. Egli non è motivato alla prestazione, quindi non ottiene dei risultati adeguati alle proprie possibilità e alla fine si sente frustrato.

Nell'altro caso troviamo una predisposizione meno spiccata ma una grande motivazione, il senso dell'autodisciplina e diligenza nell'allenamento. Il talento per la competizione possiede qualità quali l'aggressività, il dominio e l'autonomia.

Come si dovrà fare una scelta empirica opportuna fra i criteri e le condizioni se gli psicologi che affiancano l'allenatore con la loro consulenza sono pochi? Nella Cecoslovacchia gli psicologi che lavorano con gruppi, società sportive e squadre nazionali sono 80. Mancano però gli esperti a disposizione degli allenatori che si occupano soprattutto dei ragazzi e delle nuove leve.

L'allenatore è ancora e sempre la persona più importante nell'allenamento e nella competizione. Egli deve risolvere anche i problemi psicologici, biomeccanici, fisiologici; in fondo è un compito troppo gravoso. Eppure egli deve assumerselo, senza fare un lavoro scientifico ma sfruttando i risultati della ricerca per migliorare il proprio lavoro.

Arrivati a questo punto, vorrei fare alcune raccomandazioni:

— Prima di tutto i giovani atleti dovrebbero essere scelti in base alle loro capacità motorie. Gli allenatori dovrebbero servirsi della propria capacità di osservazione nel campo motorio, della vista e dell'intelligenza, ma anche della propria esperienza, per controllare fino a che punto siano spiccate le capacità dell'atleta.

— Successivamente si dovrebbero effettuare delle competizioni per osservare il comportamento dell'atleta in situazioni difficili e mutevoli.

— A tale scopo non si debbono scegliere delle competizioni facili, poiché il comportamento dell'atleta in gara si vede soltanto nelle competizioni difficili.

— Bisogna controllare il comportamento dei giovani atleti in una situazione d'insuccesso; vedere se essi compensano gli insuccessi per mezzo di nuove attività di allenamento o meno. Si tratta di un dato importante perché è questo il fattore che forma l'atleta che dà una prestazione costante nella competizione.

5. Il ruolo del successo

L'interpretazione data dall'allenatore della vittoria e dell'insuccesso è importante per lo sviluppo di un talento.

Ci sono quattro concetti: vittoria e successo, sconfitta e insuccesso. Normalmente le vittorie sono considerate come un successo, le sconfitte come un insuccesso.

Tuttavia, per poter fare determinate distinzioni è necessario che dopo la competizione l'allenatore spieghi al giovane atleta che non tutte le vittorie sono un successo e non tutte le sconfitte sono necessariamente un insuccesso. Se si pratica questa differenziazione, si vedrà che l'atleta reagisce con un miglioramento della propria prestazione.

Non esiste ancora una dimostrazione sperimentale, ma in base alla mia esperienza con èli atleti in qualità di psicologo e di allenatore ritengo che i giovani atleti hanno bisogno di provare circa il 60-70% di competizioni coronate da successo e il 30-40% di insuccessi per incrementare la propria prestazione. Ai talenti deve essere illustrata la possibilità di compensare gli insuccessi con una maggiore attività di allenamento e con un comportamento più consapevole nella prestazione. Essi debbono sviluppare una certa tolleranza e resistenza contro gli insuccessi.

Nei cosiddetti talenti naturali, che imparano facilmente, sussiste il pericolo potenziale che dalla prima serie di insuccessi negli incontri agonistici essi escano completamente distrutti come atleti. In Cecoslovacchia abbiamo molti atleti di talento che non sono diventati campioni perché non riuscivano a sopportare l'insuccesso. Essi non hanno imparato a trarre dall'insuccesso un insegnamento e ad allenarsi per i successi futuri.

Quella di derivare dei provvedimenti per l'allenamento in vista dei successi futuri è una delle vie da seguire per costruire un campione.

A questo punto è necessario definire la differenza che corre fra un campione e un detentore di record.

Il detentore di record reagisce fortemente a tutto ciò che disturba l'andamento della prestazione. In determinate condizioni specifiche egli possiede la facoltà di infrangere un record e di aumentare le prestazioni. Per arrivare a prestazioni estreme è però necessario che questi presupposti siano garantiti.

6. *Il ruolo dell'allenatore*

I provvedimenti descritti finora sono strettamente collegati con le norme etiche cui è ancorato il ruolo dell'allenatore, il suo lavoro, la sua funzione.

Specialmente quando un allenatore assiste dei giovani, il rapporto fra l'allenatore e l'atleta rappresenta un elemento costitutivo dello sviluppo di quest'ultimo. Le discipline scientifiche, la psicologia, la biomeccanica e la fisiologia si debbono considerare unicamente come un ausilio specifico nel senso di una consulenza, guida e assistenza (counselling, guidance). Gli psicologi che avvicinano una squadra e dicono che cosa c'è di corretto e di sbagliato, non fanno un buon lavoro.

Gli psicologi, anche gli psicologi sportivi, hanno il compito di aiutare l'allenatore, di dargli delle informazioni specifiche e di dargli un'idea del difficile processo attraverso il quale il giovane si sviluppa fino a diventare un campione.

D'altra parte ciò significa però anche che l'allenatore dev'essere in grado di porre delle domande dirette allo scopo ed essere sensibile ai problemi psicologici e fisiologici. Egli non deve chiedere: « Che cosa debbo fare per vincere poiché mi serve il successo? », se vuole evitare un inasprimento dal punto di vista emotivo. Se l'allenatore ha bisogno di successo, egli programmerà anche l'atleta in questo senso. Per raggiungere lo scopo è necessaria una sovraeccitazione permanente che porta alla personalità della « primadonna », al divismo, oppure alla depressione fino alla rassegnazione. Può accadere che alcuni atleti finiscano in una clinica psichiatrica, perché sono sottoposti a una tensione psichica eccessiva.

Infine dobbiamo vedere quali sono le funzioni dell'allenatore. Egli è colui che prepara il programma dell'allenamento, ne determina l'intensità e la portata, provvede alla periodizzazione.

Ma egli è anche l'istruttore che ha cura degli atleti, li guida, sia con la suggestione che con l'energia, con la fatica e con il giudizio. Anche la valutazione del successo e dell'insuccesso, della vittoria e della sconfitta, rientra nei suoi compiti.

Non tutto si può fare con la scienza. E' necessaria una capacità intuitiva di studiare l'atleta, di avvertire il suo modo di pensare e di agire. Ci dev'essere qualcosa dell'« arte del coaching », che si fonda sull'approccio morale all'atleta.

Gli allenatori di questo tipo non odiano i libri, non sopravvalutano la scienza, ma posseggono la capacità di avvicinare l'uomo nello sport.