



**Federazione Italiana Hockey
e Pattinaggio**

**RAPPORTI
TRA
ATLETA - ALLENATORE - GENITORI**

SIPAR

A cura di Sara Locandro

Settembre 2008

RAPPORTI TRA ATLETA-ALLENATORE-GENITORI

a cura di Sara Locandro

PRINCIPIANTI

Troppo spesso si ritiene che gli atleti principianti debbano essere avvicinati allo sport da allenatori "minori", spesso inesperti, per così dire "alle prime armi".

Questo è abbastanza frequente e non del tutto sbagliato.

La cosa sbagliata è lasciare soli questi giovani allenatori nello svolgimento del compito che gli è stato affidato, senza direttive precise di come porsi nei confronti dei bambini e dei loro genitori.

La tecnica è molto importante, ma in questa fase di avvicinamento allo sport, sono anche altre le doti che un neo-allenatore deve possedere.

Avere di fronte dei bambini, passare del tempo insieme a loro, vuol dire lasciare un'impronta che non si cancellerà più e se il bilanciato non è perfetto non è poi così grave, ma se il bambino pattina malvolentieri, non socializza, va a casa scontento, non abbiamo ottenuto un grande risultato!

Il fatto che il gruppo sostenga economicamente la società non è un buon motivo per non cercare di dare e di ottenere il meglio e fare le cose con soddisfazione.

Non dimentichiamoci che i bambini, spesso, quando arrivano in

pista, sono stanchi: la maggior parte delle volte sono appena usciti da scuola e spesso sono stressati per altri problemi.

Chi si avvicina allo sport trascorre in pista le ore libere della giornata, che dovrebbero essere quelle di svago e spensieratezza, e spesso i genitori delegano noi a prenderne le veci.

Molte volte vengono praticamente parcheggiati dalle famiglie che hanno bisogno di un po' di tempo libero.

Questo ancora di più deve spronarci a capire che le ore che passano con noi devono essere intese come "imparare divertendosi" e non imparare solo la tecnica, ma anche il rispetto delle regole, il piacere di stare insieme ai compagni per condividere dei momenti di attività fisica che servirà al miglioramento del corpo e della mente.

Se l'allenatore va in pista per urlare e punire senza motivo, è meglio che riveda il suo ruolo di insegnante.

Importantissimo anche in questa prima fase di avvicinamento al pattinaggio è il rapporto con i genitori, anche se ciò richiede del tempo.

Essere genitore di un bambino che fa sport a qualsiasi livello è impegnativo perché bisogna capire cos'è lo sport, cosa insegna lo sport, cosa regala e cosa ci chiede in cambio lo sport.

Il rapporto con il genitore è duplice:

- per prima cosa deve servire ad aiutare a far crescere il bambino per mezzo di un dialogo comune
- in secondo luogo essere genitore di un bambino che fa sport impone delle regole di comportamento anche al genitore.

Se un genitore imparerà ad essere sportivo fin dall'inizio, potrà accompagnare il figlio fino al raggiungimento dei massimi traguardi sportivi, sempre con obiettività e serenità anche quando le cose non

andranno magari come si sperava, oppure quando, vincendo, sarà necessario non montarsi la testa.

Non inneschiamo o sollecitiamo inutili meccanismi di gelosie o scagliamoli contro i giudici alle prime gare ma cerchiamo di far capire loro che i loro figli, per ottenere un risultato migliore, devono impegnarsi di più e meglio e che comunque c'è sempre chi è migliore e chi è peggiore, senza che per questo ci si debba vantare o deridere gli avversari.

Fare sport vuol dire migliorare fisicamente, perchè lo sport, comunque, migliora la potenza, la coordinazione, l'equilibrio e, perchè no, l'aspetto fisico, ma deve migliorare anche l'individuo, esaltando le sue qualità personali e di relazione.

E questo deve essere anche il risultato di un lavoro d'insieme tra atleta, allenatore, genitori.

PREAGONISMO

Con le prime gare cominciano i dolori!

L'agonismo è un'arma a doppio taglio: da un lato lo sforzo per arrivare, dall'altro l'orgoglio di esser bravi o la delusione di non esserlo o di non esserlo stati, con tutto quello che ne deriva.

I genitori certe volte sono troppo protettivi e non vedono mai nel figlio le carenze, ma le "colpe" sono sempre degli altri: allenatori, giudici, dirigenti di società ecc..altri, al contrario, vedono il figlio come un incapace, che non è in grado di raggiungere l'obiettivo più ambito e lo distruggono psicologicamente, trasmettendogli insicurezza.

Dall'altra parte sbagliano anche gli allenatori che, qualche volta, tendono a supervalutare i più bravi a scapito di altri, che magari

non sono i più bravi in quel momento, ma potrebbero diventarlo in

futuro e che comunque meritano attenzione e rispetto.

Quante volte un allenatore "punta" su un'atleta e il tempo gli da torto facendo poi emergere negli anni un'altro che sembrava meno dotato!

Con le prime gare bisogna insegnare le prime regole dello sport:

1)Accettarsi per quello che si è, certe volte il tempo riserva delle sorprese: anche un brutto anatroccolo può diventare un cigno, bisogna aver fiducia in se stessi e guardare con fiducia al futuro, non confrontarsi troppo con gli altri, ma guardare al proprio miglioramento tecnico, coreografico, psicologico.

Al di là del risultato sportivo, sarà sicuramente un successo personale!

2)Avere un obiettivo lontano, non farsi condizionare troppo da un risultato positivo o negativo immediato ma guardare avanti.

3)Ricordarsi che il lavoro "paga sempre" : prima o poi vedrete il risultato del vostro sforzo se vi allenerete con impegno, intelligenza e costanza.

4)Rispettate sempre gli avversari, ognuno di loro si sforza di dare il massimo, ognuno dedica allo sport molte ore del suo tempo libero e va rispettato.

Una classifica che non ci soddisfa, non può far perdere delle amicizie, si deve essere rivali in gara non fuori, lo sport deve servire anche a farsi degli amici.

5)Bisogna imparare ad essere obiettivi: solo così si potrà comunque affrontare lo sport con serenità e vedendo i pregi e i difetti degli

5

avversari sarà possibile studiare una strategia di gara tale da portare ad un possibile successo.

6) Capire poi che vincere è importante, ma non necessario, ci sono altri valori ben più importanti nella vita.

Anche in questa fase preagonistica è necessario capire che il rapporto allenatore-atleta non può prescindere dalla collaborazione con i genitori che hanno i figli con loro la maggior parte del tempo.

Proprio per questo motivo i genitori sono spesso artefici dei successi sportivi degli atleti a completamento del lavoro dell'allenatore, trasmettendo fiducia e motivandoli, o al contrario, se non giustamente coinvolti, causa del loro allontanamento dallo sport.

AGONISMO

Non essendo il nostro uno sport olimpico e quindi non arrivando a livelli di professionismo esasperato, ancora di più i valori sportivi devono essere la molla principale per arrivare all'obiettivo preposto, primo fra tutti il miglioramento del gesto tecnico, ma anche della personalità, senza degenerazioni.

L'importante è trovare un equilibrio e, soprattutto, sapersi organizzare tra sport-studio e tempo libero, dando delle priorità, che non ci facciano perdere di vista l'obiettivo sportivo e non.

In uno sport agonistico come il pattinaggio, dove non c'è un riscontro economico e neanche una grande popolarità, che possa in qualche modo gratificarci, si ritorna forse ai veri valori dello sport: lo sport si fa perchè ci piace e ci migliora.

Le famiglie sono coinvolte e vivono lo sport con l'atleta e l'atleta deve sapere che deve impegnarsi, perchè comunque l'esperienza che

6

gli resterà, una volta che smetterà è importante:

-avrà imparato a impegnarsi e soffrire per raggiungere un risultato

-avrà imparato a superare gli ostacoli che poi nella vita incontrerà con frequenza, a reagire alle avversità, ad organizzarsi, a concentrarsi

-avrà avuto il piacere di apprezzare la musica e di interpretarla, di conoscere tanta gente e tanti posti e la sua mente si aprirà a nuove esperienze.

E' chiaro che per arrivare ad un alto livello tecnico bisogna fare delle rinunce: l'atleta fa delle rinunce, l'allenatore fa delle rinunce, la famiglia al completo fa delle rinunce. Purtroppo è così!!!

Anche in questo ci deve essere un equilibrio, non si può pensare che le rinunce siano ripartite in modo diverso e la bilancia pesi troppo da una parte, perchè in questo modo si arriva al punto di rottura; un allenatore si stanca di allenare se vede che gli atleti non si impegnano abbastanza e questo vale anche per le altre parti.

Spesso intervengono periodi di stanchezza durante i quali non si ha voglia di dare il massimo, ma quando arrivano le gare si pretende il massimo, e invece si paga!

In questi casi si deve fare un esame di coscienza e riflettere.

La cosa più difficile da affrontare nella fase agonistica è che la meta che ci si era prefissata ed era lontana, si avvicina in modo preoccupante, talvolta passano gli anni e si comincia a dubitare di ottenere quello per cui per tanto tempo si è lottato e sacrificato o, ancora peggio, non si migliora, mentre si vedono migliorare gli altri.

Qui l' atleta deve veramente dimostrare la sua personalità, misurarsi col suo livello di maturità e autocontrollo, imparare a dominare le emozioni, ad accettare e a superare le eventuali sconfitte, trovando dentro di sé la motivazione giusta e la grinta per dare il meglio. E' un'atleta maturo quello che pattinerà finché

ne sentirà il desiderio, ma sempre sostenuto dagli insegnamenti e dall'affetto dell'allenatore e dalla famiglia.

In questa fase la famiglia è la prima che deve avere fiducia nell'atleta ed apprezzare ogni suo sforzo al di là del risultato.

La responsabilità è maggiore, diventa più pesante rendere conto agli altri delle proprie prestazioni: amici, allenatori, genitori ecc.

La cosa sbagliata è pretendere sempre la vittoria: ognuno ha il diritto di sbagliare senza che ciò sia una tragedia!

Mettersi sempre in gioco è difficile sapere che una sconfitta può essere determinante per il giudizio che gli altri hanno di noi è limitativo e non deve essere così.

Capita spesso che chi vince è lodato e chi perde disprezzato, e con la stessa facilità chi ha sempre vinto ed è stato sempre osannato se viene sconfitto, perde ogni onore.

Ma non è così, perchè mettersi in gioco, soprattutto se si ha qualcosa da difendere, è spesso già una vittoria.

Ed è qui che il connubio atleta-allenatore genitore è fondamentale: bisogna andare tutti nella stessa direzione.

Il ruolo di allenatore e genitore nei confronti dell'atleta è questo: dare fiducia all'atleta, spingerlo a fare meglio possibile, a restare lucido, a capire i motivi della sconfitta, ad essere paziente, ad organizzare meglio il suo lavoro futuro.

E' necessario fargli capire che anche una sconfitta può essere positiva se si è obiettivi e si reagisce con intelligenza.

La sua autostima dipende anche dalla stima che sente intorno a lui.