Zeitschrift: Mobile : la rivista di educazione fisica e sport

Herausgeber: Ufficio federale dello sport ; Associazione svizzera di educazione fisica nella scuola

Band: 2 (2000)

Heft: 2

Artikel: "La voglia di superare sé stessi"

Autor: Müller, Heinz / Gautschi, Roland

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-1001383

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 18.08.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

Il parere di chi forma gli allenatori

«La voglia di superare sé stessi»

Heinz Müller, responsabile della formazione degli allenatori presso l'Associazione Olimpica Svizzera, dice la sua in merito ai risultati dell'inchiesta sulla motivazione presentata nelle pagine 20 e 21.

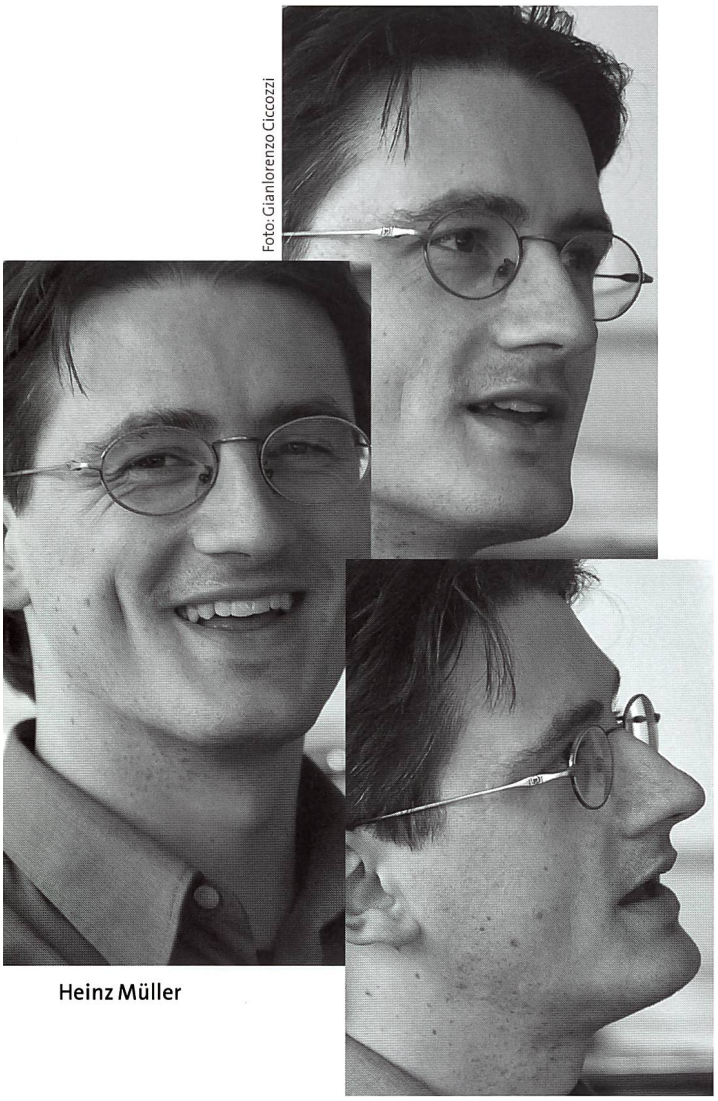

Foto: Gianlorenzo Ciccozzi

Heinz Müller

Roland Gautschi

«mobile»: A pagina 21 di questo numero di «mobile» D'Artagnan pone una questione piuttosto provocatoria, chiedendosi in sostanza se i motivi citati dagli allenatori siano sufficienti a contribuire a conquistare delle medaglie in competizioni di alto livello. Cosa ne pensa lei?

Heinz Müller: Ritengo che il piacere che si deve provare svolgendo un'attività sportiva e il valore di esempio sono motivi importanti, ma non sufficienti. Nello sport di alto livello gli allenatori devono senza dubbio motivare l'atleta o la squadra a superarsi, ma anche dare loro obiettivi concreti ed ambiziosi, ed infine sapere controllare i risultati ottenuti.

Secondo lei lo studio non rivela una certa autosoddisfazione da parte degli allenatori? Una soddisfazione legata non tanto ai successi ottenuti, ma a un distacco tipicamente elvetico?

Non sono d'accordo nel considerare come autosoddisfazione il piacere di svolgere un'attività nel campo dello sport di alto livello e di ricercare i migliori risultati possibili. L'autosoddisfazione non consiste neanche nell'adagiarsi sugli allori. Gli allenatori non dovrebbero concentrarsi soltanto sui rari momenti di felicità, ma anche sugli obiettivi nel lungo periodo. È vero che in talune discipline sportive gli allenatori devono dimostrare subito di valere qualcosa, pena l'esonero dalla panchina, ma – lo ripeto – la parola motivazione non fa rima con breve periodo. E vorrei precisare quanto detto: tutto dipende dal livello dell'atleta e dalla disciplina sportiva. Questi fattori svolgono un ruolo essenziale nella motivazione. D'altra parte, il lavoro dell'allenatore non corrisponde in pieno a quello del coach.

Esiste una differenza fra la motivazione di un allenatore che segue atleti di alto livello e di un altro che svolge la propria attività a livello di sport di massa?

Qualunque sia il livello, è indispensabile fissare degli obiettivi a lungo termine, che possono naturalmente essere di tipo diverso. Nel caso dello sport di alto livello le prestazioni devono essere concrete e misurabili, mentre nello sport di massa l'obiettivo può essere anche promuovere la salute, migliorare le proprie competenze sociali praticando uno sport di squadra, o ancora vivere la propria passione nella pratica di un dato sport.

Cosa ne pensa di un'affermazione sul tipo: «Un allenatore deve essere motivato, ma il suo compito non è quello di motivare»?

A parer mio, nello sport di alto livello è la motivazione dell'atleta quella che conta; l'allenatore non deve incitarlo a fare determinati esercizi. L'atleta deve sapersi motivare da solo, ma d'altra parte l'allenatore deve avere la motivazione che lo spinge a pretendere dall'atleta la prestazione adatta nel momento opportuno. Un compito tutt'altro che semplice! Può succedere che un allenatore abbia un momento di crisi e perda la motivazione. In un caso del genere è molto utile poter contare su una rete di amici e colleghi. Colleghi che non devono necessariamente lavorare per la stessa società o nello stesso sport. L'importante è che conoscano le problematiche collegate al mondo dello sport di competizione.

Secondo lei ci sono motivi sbagliati per fare l'allenatore?

Una ragione sbagliata ad esempio è volersi profilare per il tramite delle prestazioni dell'atleta o della squadra che si allena. Naturalmente ognuno ha il diritto di vedere giustamente riconosciuto il lavoro che svolge, ma nel caso degli allenatori ciò non deve portare a cercare a tutti i costi l'attenzione dei mezzi di comunicazione di massa. m