

**Zeitschrift:** Mobile : la rivista di educazione fisica e sport  
**Herausgeber:** Ufficio federale dello sport ; Associazione svizzera di educazione fisica nella scuola  
**Band:** 10 (2008)  
**Heft:** 5  
  
**Artikel:** Un'assistenza individualizzata  
**Autor:** Di Potenza, Francesco  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-1001582>

### **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:** 11.02.2026

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

# Un'assistenza individualizzata

L'indagine condotta fra gli allenatori nel 2006 ha dimostrato che la nuova offerta, ovvero il servizio di consulenza, soddisfa un bisogno reale. Perché si basa su temi, domande ed esigenze che aiutano l'allenatore nel lavoro di tutti i giorni.

Francesco Di Potenza, foto: Philipp Reinmann

► Aumentare l'efficacia della propria attività di allenatore. È questo uno degli obiettivi principali del servizio di consulenza agli allenatori, durante il quale vengono affrontati dei temi che riguardano tutti gli ambiti di competenze della quotidianità di questa categoria di professionisti. L'allenatore può parlare di aspetti tecnici, conduzione di gruppi e di singoli atleti, obiettivi in ambito di competenza sociale e individuale con esperti e consulenti e ricevere consigli da loro. «La discussione può snodarsi ad esempio attorno al miglioramento del coaching durante le competizioni, al comportamento da adottare in situazioni di conflitto, all'organizzazione di allenamenti in altitudine oppure all'elaborazione di una strategia per forgiare lo spirito di squadra», spiega Heinz Müller, responsabile della consulenza agli allenatori a Macolin.

Furono i risultati del sondaggio effettuato presso gli allenatori che lavorano con gli atleti di punta di Swiss Olympic a spingere Heinz Müller a sviluppare questa idea. «Dai partecipanti alla formazione

degli allenatori volevamo sapere quali competenze consideravano dei punti forti e dove secondo loro vi era un margine di miglioramento.» Inoltre, furono scelti gli allenatori nazionali delle discipline estive che collaborano con Swiss Olympic Top Athletes.

## Scoperto il potenziale di miglioramento

Con i 23 allenatori selezionati, Heinz Müller discusse dei loro punti forti, del margine di miglioramento e del potenziale di sviluppo del loro lavoro. «L'analisi dei risultati ha dimostrato che le persone interrogate consideravano degli atout le competenze in ambito sociale, metodologico e tecnico (v. fig. 1). Il settore che presentava il maggior potenziale di ottimizzazione era invece quello della competenza individuale.»

## Life balance e gestione individuale

Un altro aspetto che emerge chiaramente è il fatto che ogni allenatore ha i propri punti forti. Da un'analisi più approfondita delle competenze si evince che le risorse risiedono nell'empatia, nelle conoscenze specifiche alla disciplina e nel coaching durante le competizioni, nonché nella capacità a riflettere sulle proprie azioni. Stando alla valutazione degli interrogati esiste un margine di miglioramento in ambito di life balance, gestione delle proprie risorse, tecnica di lavoro e conoscenze generali e di scienze dello sport (v. fig. 2).

Un motivo, per Heinz Müller, di adattare su misura l'offerta (v. riquadro). «Offriamo assistenza agli allenatori in tutte le dimensioni inerenti le competenze e lavoriamo con metodi di consulenza adeguati.» In questo modo, le domande riguardanti la conciliabilità fra il lavoro di allenatore, le lunghe assenze e la vita di famiglia, ovvero l'aspetto di life balance, nonché le tecniche di lavoro efficaci per ridurre le pendenze possono essere elaborate efficacemente in sedute individuali o in gruppi specifici alla disciplina praticata.

## «Learning on the job»

Sebbene il servizio agli allenatori sia ancora agli inizi, le valutazioni delle consulenze effettuate durante i primi due corsi hanno rivelato quanto sia utile per chi vi partecipa presentare i propri temi e consigliare o farsi consigliare in modo del tutto collegiale. La consulenza «on-the-job», al di fuori del periodo di formazione, è iniziata e sono già state organizzate diverse consulenze con allenatori di spicco.

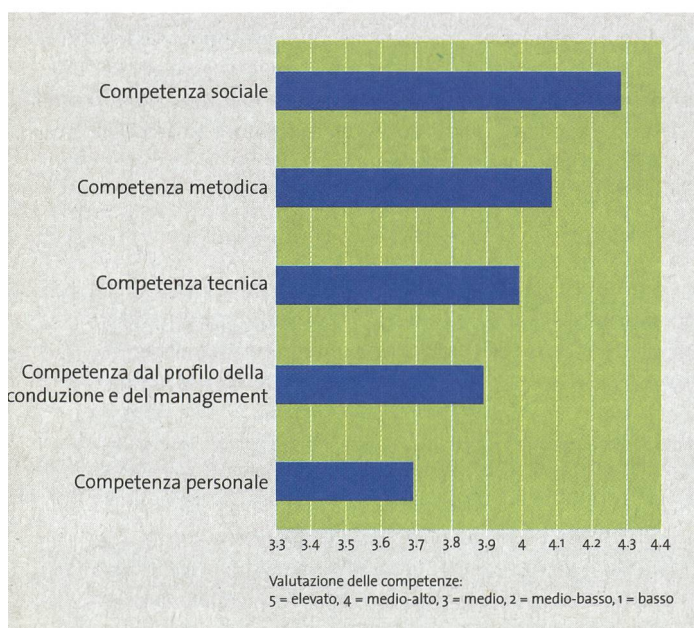


Fig. 1: risultati in base a cinque dimensioni della valutazione delle competenze



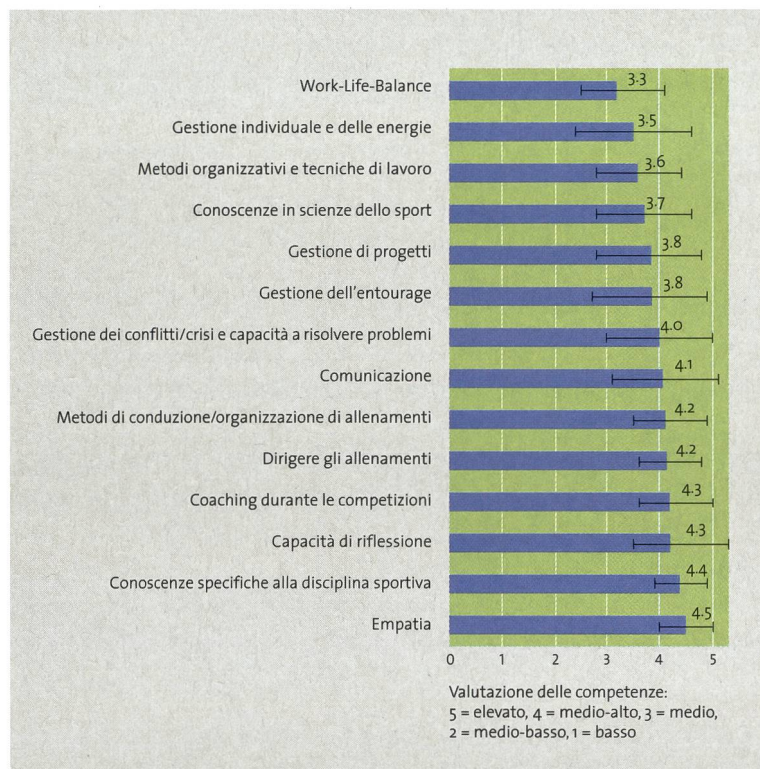


Fig. 2: Caratteristiche della competenza d'intervento (valori medi).

L'obiettivo rimane comunque chiaro, ovvero offrire agli allenatori attivi nello sport di prestazione la possibilità di migliorare e sviluppare ulteriormente le competenze a seconda dei bisogni e in vista delle soluzioni più consone. Questo permette loro di allenare e consigliare i loro atleti e squadre in modo competente ed efficace. «La metodica della consulenza è adattata alla tematica di ogni allenatore. Attualmente si ricorre ad un coaching, una consulenza specifica o tecnica e ad interventi in caso di crisi», sottolinea Müller. //

► I metodi e i risultati del sondaggio effettuato presso gli allenatori (Müller/Bürgi, 2007: *Kompetente Spitzentrainer*) possono essere scaricati in formato pdf al sito:

[www.baspo.ch/trainerbildung](http://www.baspo.ch/trainerbildung) (solo in tedesco e in francese)

#### Contatto

Formazione degli allenatori

Scuola universitaria federale dello sport di Macolin

Consulenza agli allenatori

UFSP

Hochschule Lärchenplatz

2532 Macolin

Tel.: +41 32 327 64 35

E-mail: [coach\\_info@baspo.admin.ch](mailto:coach_info@baspo.admin.ch)

#### Maggiori informazioni:

Heinz Müller, lic. phil.

Supervisor e Coach BSO

Tel.: +41 32 327 62 11

[heinz.mueller@baspo.admin.ch](mailto:heinz.mueller@baspo.admin.ch)



#### Da sapere

### La consulenza in un colpo d'occhio

**Coaching:** coaching individuale di allenatori o di gruppi di allenatori sull'intero spettro di temi legati all'intervento professionale (coaching durante le competizioni, tecniche di lavoro, life balance, gestione di conflitti, ...).

**Consulenza specifica:** consulenza negli ambiti della fisiologia della prestazione, della psicologia sportiva, della medicina dello sport, della scienza dello sport e della fisioterapia sportiva, ecc.

**Supervisione:** assistenza di allenatori, gruppi di allenatori o allenatori di squadre durante la riflessione e il miglioramento dei loro interventi (evoluzione di squadre, miglioramento della collaborazione).

**Consulenza:** scambi fra allenatori di una disciplina sportiva in occasione di un incontro organizzato attorno a temi legati alla quotidianità.

**Coach-the-Coach:** allenatori di lunga data forniscono un feedback diretto sul modo di agire di un allenatore dopo averlo seguito in attività pratiche.

**Consulenza di progetti:** sostegno nello sviluppo, realizzazione e valutazione di progetti di grandi manifestazioni.

**Interventi in caso di crisi/mediazione:** allenatori/mediatori sospesi possono ricevere sostegno in casi di gravi situazioni di conflitto.

**Durante la formazione:** i partecipanti ai due corsi della formazione degli allenatori elaborano temi legati alla propria quotidianità.