

Milano, 16 febbraio 2015

Quarto incontro del Ciclo “I Lunedì di Psico&Sport” Il “gioco di squadra” come chiave di successo

“Obiettivi, emozioni e performance di squadra” è il titolo del quarto appuntamento di “Psico&Sport”, in programma il 23 febbraio presso la sede del CONI Lombardia dalle ore 18.00 alle 21.00. Saranno Armando Pintus, psicologo ed Esperto CONI, e Giuseppe Righini, docente in Scienze Motorie e Docente CONI, a condurre il pubblico a esplorare modi e metodi per far sì che una squadra possa raggiungere risultati e obiettivi, oltre a mostrare quali possono essere gli ostacoli e gli “inciampi” sulla via del successo.

Quanto è importante che un team definisca gli obiettivi, i comportamenti e i risultati attesi per migliorare le prestazioni o per far fronte a una possibile *defaillance*? E quali valori ed “etica” vengono messi in atto in un team che ottiene risultati? Queste le domande che verranno messe sul tavolo della discussione ed i temi che verranno analizzati grazie anche all’aiuto di una testimonial di tutto rispetto come la ginnasta **Daniela Masseroni**, che vanta nel suo palmarès anche una Medaglia d’Argento alle Olimpiadi di Atene 2004, e di ospiti certamente qualificati quali **Christian Brocchi**, ex centrocampista A.C Milan e allenatore della Primavera rossonera, **Stefano Giulian**, Responsabile Tecnico SGS FIGC, **Roberto Boerci**, Fisioterapista e Osteopata AC Milan, ed **Enrico Arrigotti**, Preparatore atletico nelle squadre giovanili dell'Internazionale F.C. Con loro e con il pubblico presente, sempre caldamente incoraggiato a intervenire e a interagire con relatori e ospiti, si affronteranno argomenti come comunicare stati d’animo e obiettivi in modo efficace, condividere emozioni e comportamenti potenzianti, creare un’etica coinvolgente dello “stare insieme e realizzare insieme”, stimolare stati d’animo positivi oppure imparare a elaborare la delusione, il senso di colpa o di risentimento verso i compagni, tutti aspetti molto rilevanti per il clima e i risultati che un gruppo ottiene o smette di ottenere.

Le prestazioni di squadra e di team, infatti, sono sempre collegate ad aspetti specifici di comunicazione, gestione degli obiettivi, delle emozioni e delle dinamiche di gruppo. Ancora una volta, dunque, si vedrà come la comunicazione efficace ben diretta, con una corretta interpretazione dei *feedback*, sia alla base del fluido comporsi di un gruppo che impara a condividere obiettivi, emozioni, a supportare chi nel gruppo talvolta può mostrare qualche fragilità, a dividere i frutti della soddisfazione per le vittorie e stemperare, senza sottovalutarla, la frustrazione per una sconfitta, trasformandola in una risorsa per migliorare e ritrovare lo slancio. Come sempre, lo sport si dimostra utile e paradigmatico per la vita di tutti, sportivi professionisti, dilettanti e non sportivi. Poiché “squadre” sono anche i gruppi di colleghi, i compagni di scuola, gli amici, le famiglie. E anche nelle attività quotidiane le varie “squadre”, cui ognuno di noi appartiene, stanno insieme e vincono grazie alla pratica delle buone relazioni che passa attraverso la “buona” comunicazione.