

Show must go on

Nella pallavolo l'atleta infortunato esce dal campo accompagnato da un lungo applauso, ma chi resta, i compagni di squadra e gli avversari, devono fronteggiare il clima che si è venuto a creare: uscire dallo stato in cui l'infortunio li ha gettati e rientrare nella Sfera della massima prestazione. Punti centrali del lavoro sono la capacità di resilienza, la differenza tra clima e cultura e l'applauso inteso come rito di ri-attivazione. L'applauso riveste un ruolo importante perché permette di spezzare il ritmo negativo e ripartire. Non serve a cancellare quello che è stato, non si tratta di un rito magico, ma di una cultura che permette, nella sua semplicità, di distogliere l'attenzione da quanto appena accaduto e riconvertirla verso la performance, si tratta di un punto di ripartenza. Strettamente collegato a questo è il concetto di resilienza. La resilienza è la capacità dell'essere umano di non farsi travolgere dagli eventi, di reagire alle difficoltà, di riprendersi dai colpi della vita. È una qualità che si può allenare, tramite giochi specifici, o piccoli accorgimenti durante l'allenamento. Certo sarà impossibile ricreare lo stesso clima di una partita, o simulare in modo verosimile un infortunio, anche perché si tratta di lavorare sulle emozioni che una situazione negativa provoca, ma è possibile educare l'atleta a trovare soluzioni in un clima svantaggioso, creare ad arte una situazione che in qualche modo desti ansia e preoccupazione, che induca l'atleta a ragionare, in modo da tirare fuori e solleticare la capacità di reagire e di problem solving del singolo e dell'intera squadra. Rendere l'atleta consapevole della potenza del gesto "applauso", per se e per la propria squadra, permetterà di accettare l'infortunio come un qualcosa che può accadere, ma che non ferma chi invece rimane. Trasformare lo svantaggio in vantaggio, il limite in possibilità, questo è il compito principale della squadra in una situazione critica, essere resilienti e ricostruire l'applauso come gesto che accompagna nuovamente in Sfera.

Per la serie "pugnale tra i denti e venderemo cara la pelle!"

Tania Orgiana