

## LO PSICOLOGO VERCELLI

«Chi è campione risale la china grazie al talento»

«**Il campione non pensa alle debolezze, ma ai punti di forza**». E' questo che permette di tornare grandi, secondo Giuseppe Vercelli, psicologo dello sport e docente all'Università di Torino.

**Dove «nasce» la rinascita?**

«Se viene da un infortunio, dall'ambiente sociale positivo, l'elevata autostima, la forte motivazione intrinseca. Se risale da un calo di prestazioni, è fondamentale il talento puro. I campioni talentuosi, più che quelli costruiti, risalgono velocemente la china. Poi serve un cosiddetto "ambiente amico"».

**Quello che cercava Ronaldo?**

«Caso emblematico. Per lui Madrid era ormai "ambiente non-amico". Doveva cambiare, senza badare a dove andare. L'importante era andare, cambiare».

**E' più facile rinascere in sport individuali o di squadra?**

«In parte dipende dalle caratteristiche personali. Poi il "team" è fondamentale, o i "compagni di squadra", o lo "staff" nel senso di medici, allenatore, familiari, per gli atleti singoli».

**Un torneo importante può fare da super-stimolo?**

«Non sempre. Il grande campione trova comunque motivazioni eccezionali. Le trova dentro di sé, la capacità di autostimolarsi lo rende superiore alla media. Identifica la risalita come *performance*, una gara da vincere. Non la vive passivamente, ma attivamente».

**L'atleta pensa agli incidenti?**

«Hermann Maier è emblematico. Dopo l'infortunio ha vinto puntando non sulle sue debolezze, la gamba infortunata, ma sui punti di forza, la determinazione, la gamba sana. Il campione punta su quello che ha, non pensa a quello che ha perso».

a.fan.