

Scritto da Administrator
Martedì 30 Luglio 2019 14:53 -



Lo scorso weekend è stata scritta una magnifica pagina dello sport italiano con il trionfo della giovanissima Benedetta Pilato, che ai Mondiali di Nuoto di Gwangju ha conquistato la medaglia d'argento nei 50 metri rana, superata solo per pochi centesimi dalla statunitense Lilly King.

All'età di 14 anni e 194 giorni, l'atleta tarantina strappa il primato di enfant prodige addirittura a Federica Pellegrini, che conquistò il suo primo argento olimpico ad Atene 2004 a 16 anni e 12 giorni. Se da un lato l'entusiasmo degli italiani è genuino e giustificato, è vero anche che stiamo pur sempre parlando di un'atleta ancora nel pieno della crescita: sommergerla di aspettative può rivelarsi un'arma a doppio taglio.

“Se Benedetta ha dimostrato di avere uno straordinario potenziale, dobbiamo ricordarci che ha solo 14 anni e che quel potenziale potrebbe rimanere tale. Il fatto che un atleta sia vincente precocemente non significa automaticamente che lo sarà in età matura”, avverte Roberto Re,

Scritto da Administrator

Martedì 30 Luglio 2019 14:53 -

l'Anthony Robbins italiano, pioniere del coaching e fondatore di HRD Training Group, società leader in Italia che dal 1992 si occupa di corsi di formazione a più livelli, aziendale, imprenditoriale e personale e mental coach di sportivi del calibro di Jessica Rossi, Roberto Mancini, Isolde Kostner.

“Il giorno dopo la gara, i media si sono affrettati a dipingere paragoni con la Pellegrini, definendola 'la nuova stella, la nuova campionessa, la nuova Pellegrini', appunto. A quell'età difficilmente si è strutturati per poter gestire una pressione del genere anche se, stando alle sue dichiarazioni, Benedetta pare essere una ragazza molto misurata, coi piedi per terra e con una maturità superiore rispetto alla sua età. I voti scolastici alti ne sono un'ulteriore riprova, così come il fatto che abbia dichiarato 'Adesso devo concentrarmi sui Mondiali Juniores': misurandosi con la sua categoria dimostra di non essersi montata la testa e lascia ben sperare”, continua.

Le performance sportive infatti non sono soltanto una questione di allenamento fisico, chiarisce Re: l'atteggiamento mentale è altrettanto determinante e necessita di una guida competente. “Ora entrano in gioco due componenti: continuare a crescere tecnicamente da una parte, un ambiente e un atteggiamento potenzianti da parte degli allenatori, della famiglia e in generale dell'entourage, dall'altra”, spiega. “Il ruolo di queste figure ricopre un'importanza fondamentale, perché se sapranno ricordarle che lei va bene anche se non diventerà la nuova Pellegrini, lasciandole il tempo di provare e di sbagliare, allora ci saranno buone probabilità che il suo talento possa crescere di pari passo con la sua maturità. È fondamentale poi non caricarla di troppe aspettative, ricordarle che ha ancora molto da fare e che quella medaglia d'argento anche se vuol dire tantissimo non conta ancora nulla, facendola sentire ok come atleta indipendentemente dai suoi traguardi. Se non si farà questo, si rischia di bruciare un talento potenzialmente straordinario”.

Nella foto Roberto Re