

Se l'atleta sbaglia

*Il feedback costruttivo come strumento efficace
per sviluppare le potenzialità dell' atleta*

Giovedì 28 febbraio e venerdì 1 marzo 2019
Scuola dello Sport, Centro di Preparazione Olimpica Giulio Onesti - Roma

PROGRAMMA DEI LAVORI

Primo giorno

Obiettivi formativi della giornata:

- ❖ Sviluppare la consapevolezza delle fasi di osservazione, valutazione, ascolto e feedback nel rapporto fra allenatore e atleta
- ❖ Sperimentare e acquisire o consolidare metodi e tecniche per utilizzare in modo mirato i feedback positivi (apprezzamenti) ed i feedback negativi (critiche)

9.30-10.00	Accoglienza, accredito dei partecipanti e consegna del materiale didattico	
10.00-10.15	Saluto del Direttore della Scuola dello Sport	Rossana CIUFFETTI
10.15-11.15	Introduzione agli obiettivi e agli argomenti del corso. Aspettative dei partecipanti e "patto formativo". L' allenatore come comunicatore: dalle conoscenze e competenze tecniche all'uso consapevole e mirato delle capacità relazionali e gestionali Come impostare e strutturare un colloquio con l'atleta e con il gruppo/squadra: l'alternanza fra invio dei messaggi (istruzioni, piani di lavoro, indicazioni tecniche, feedback etc.) e ascolto attivo delle percezioni, dei vissuti, dei quesiti e delle emozioni dell'atleta	Relatore Guido GHIRELLI Spiegazione + Discussione Sondaggio in aula sulla prevalenza delle fasi e delle modalità comunicative
11.30-11.45	Pausa	
11.45-12.15	Atteggiamenti interpersonali (antipatia, simpatia, empatia); i rischi dell'identificazione e della proiezione. Lo sviluppo del ruolo di coach	Spiegazione + Discussione
12.15-13.30	Introduzione all'assertività come stile di comunicazione alternativo alla passività e all'aggressività, per favorire l'ascolto reciproco e la valorizzazione di tutti i punti di vista	Spiegazione Esercizio in sottogruppi (analisi di casi) + debriefing
13.30-14.30	Pausa pranzo	
14.30-15.15	Tecniche di comunicazione assertiva e di gestione di colloqui ad alta intensità emotiva. I 5 passi della comunicazione assertiva La critica costruttiva Modalità e indicazioni per esprimere efficacemente feedback specifici, sia positivi che negativi	Conclusione debriefing e spiegazione + discussione
15.15-16.15	Esempi di formulazione di critica costruttiva con applicazione e verifica dei 5 passi della comunicazione assertiva Impostazione della critica e avvio del dialogo	Esercizi individuali e di coppia + debriefing

16.15-17.30	Sperimentare e valorizzare l'apprezzamento (o feedback positivo) come strumento di rinforzo e gratificazione Suggerimenti per facilitare il clima positivo nel gruppo/squadra	Spiegazione + esercizio di gruppo e debriefing
17.30-18.00	Conclusione della giornata, breve sintesi e raccolta di percezioni dei partecipanti	

Secondo giorno

Obiettivi formativi della giornata:

- ❖ Chiarire le distinzioni fra vari tipi di feedback, ovvero: descrittivo, prescrittivo, interrogativo; rivolto al singolo individuo, a sottogruppi o all'intero gruppo; più o meno formale/informale
- ❖ Saper utilizzare il feedback come strumento comunicativo nel quadro più ampio del percorso di sviluppo delle potenzialità tecniche e mentali e della strategia di *empowerment* (ovvero responsabilizzazione e maturazione) dell'atleta
- ❖

9.00-10.45	Chiarimenti e indicazioni metodologiche su: <ul style="list-style-type: none"> ❖ quando è sufficiente un breve scambio informale e quando trovare un momento più ampio e strutturato per il confronto ❖ le diverse tipologie di feedback ❖ modalità e indicazioni per esprimere i feedback specifici, positivi e negativi ❖ peculiarità e opportunità del colloquio di feedback con il singolo atleta o con sottogruppi o della riunione con il gruppo o la squadra 	Spiegazione + discussione
10.45-11.00	Pausa	
11.15-13.15	Simulazioni di colloqui di feedback Analisi di casi di gestione difficile dell'atleta e suggerimenti per l'intervento correttivo e migliorativo	Costruzione di autocasi Simulazioni (role-play) in sottogruppi e debriefing in plenaria
13.15-14.15	Pausa pranzo	
14.15-15.00	Proposta di fasi sequenziali da seguire, errori da evitare, forme espressive più o meno efficaci per superare eventuali resistenze e chiusure dell'atleta nel ricevere la critica Come facilitare lo scambio e la condivisione di feedback fra gli atleti nel gruppo e nella squadra, per favorire il sostegno interpersonale	Completamento dei commenti sulle simulazioni Spiegazione e discussione
15.00-16.30	Suggerimenti e linee guida per esprimere costruttivamente i feedback specifici, positivi e negativi nella specifica realtà dei tecnici partecipanti al Corso La strategia dell' <i>Empowerment</i> come sviluppo delle potenzialità degli atleti	Lavori di gruppo per la definizione di un decalogo di indicazioni metodologiche
16.30-17.00	Sintesi e commenti. Conclusione del Seminario e consegna degli attestati di partecipazione	

<i>Rossana Ciuffetti</i>	Direttore della Scuola dello Sport
<i>Guido Ghirelli</i>	Psicologo sociale e dello Sport Formatore e consulente su Psicologia della comunicazione, coaching e management