Tennis Olistico: Coaching e Team Building

Milano, Lunedì 27 Novembre 2017.
Sabato si sono concluse, presso l'Università Bocconi di Milano, le prime tre sessioni del percorso per formare Mental Coach. Corso organizzato dalla Società che si occupa di gestire le attività sportive in università, ovvero Bocconi Sport Team. I docenti sono Amanda Gesualdi, che porta in aula un approccio più umanistico, riguardante il benessere, e Alberto Biffi, già Professore di Statistica nella stessa università, che offre una serie di tecniche con un imprinting più corporate.

"È un corso dal mio punto di vista eccezionale - sostiene Amanda Gesualdi - per tanti motivi. I 28 partecipanti hanno percorsi formativi diversi e tutti di spessore, vengono da varie parti d'Italia ed hanno un'età che va dai più giovani studenti di Bocconi, a persone che superano i 45 anni ben inseriti nel mondo del lavoro. Ottima la sintesi e integrazione proposta da me ed Alberto, a coronare un corso ricco di informazioni e unico nel suo genere." I lavori riprenderanno a metà Febbraio e nel periodo di Maggio verranno svolti gli esami e discusse le tesi. L'attestato di partecipazione non verrà negato a nessuno, ma per quello di *Mental Coach di Primo Livello* bisognerà sudare un po' di più. Prevista da Settembre 2018 una nuova classe di Primo Livello, ed il percorso Master per chi supera il primo corso.

Nel frattempo, Domenica 26 Novembre, si è disputata la terza giornata di Social Team Cup 2017-18. Una formula vincente che sta coinvolgendo atleti di ogni età e livello, mossi dal piacere dello stare insieme, condividere, e perché no, provare a vincere. Tennis Olistico è da sempre orientato alla filosofia "prima la performance e poi la vittoria", viene quindi rigettato il modello "la vittoria ad ogni costo". L'atleta è soddisfatto nel momento in cui riesce ad esprimere il proprio potenziale, ma ovviamente non è semplice, e per farlo spesso ci si avvale, per rimanere in tema, di un Mental Coach. "La nostra Social Team Cup vuole dare la possibilità, vista la partecipazione di varie categorie professionali (anche di Manager), di imparare a gestire una squadra nelle molte sfaccettature, attraverso esperienze mortificanti o edificanti; parliamo sicuramente di Team Building, un concetto cardine nel Coaching, non solo sportivo ma anche business."

Il Team Building costituisce un insieme di attività ludiche, esperienziali o di benessere, il cui scopo è la formazione di un gruppo di persone. Questa attività di Coaching stimola le "aziende", e non solo, a riflettere sull'importanza di lavorare o imparare, in contesti relazionali piacevoli. L'attività del teambuilding viene realizzata e condotta da persone esperte, formatori, coach, che lavorano e operano nel "life long learning" i quali possono avvalersi, per determinate attività, di tecnici professionisti esperti nel settore specifico, ad esempio maestri di tennis, di cucina, di rafting, ecc.

Il TB fa vivere in prima persona le "esperienze" ai partecipanti che vengono sollecitate attraverso lo scambio e il contatto con gli altri in un clima d'interazione; uno strumento oltre che di formazione anche d'incentivazione. Vivere questa esperienza in prima persona facilita la possibilità che si

trasformi in un apprendimento tale da cambiare i nostri comportamenti ed avere un impatto che permanga nella memoria. Per utilizzare al meglio le risorse dei singoli nel gruppo, le organizzazioni creano seminari per far comprendere ai partecipanti le regole che fanno parte della vita “in comune”, per poi cercare di svilupparle nell'organizzazione reale. Molte società sfruttano le potenzialità date da questa attività quando si trovano di fronte ad un gruppo costituito da poco, o quando il gruppo è in crisi, o ancora, quando è sotto stress non ottenendo i risultati attesi. Il teambuilding ha quindi preso in prestito e rielaborato alcune attività ludiche, sportive, teatrali, musicali e così via, divenendo sempre più un contenitore flessibile e articolato. Rimane la necessità di saper distinguere il teambuilding "formativo" e costruttivo da quello prevalentemente "ludico". Nel primo caso il fine è la consapevolezza nei partecipanti dell'avvenuto cambiamento, nel secondo caso il fine è l'esperienza in sé.

Tra i primi studiosi che si interessarono del concetto di gruppo spiccano le figure degli psicologi sociali Lewin e Tuckman. L'idea principale di Lewin era che "il gruppo è più della somma delle singole parti" (pensiero molto olistico); inoltre il lavoro di gruppo alimenta l'interdipendenza, il senso di appartenenza, i valori e gli scopi comuni. Molti sono gli obiettivi che il Team Building può perseguire come ad esempio: far conoscere le persone in modo approfondito; stimolare ed aumentare la collaborazione; costruire e potenziare relazioni interpersonali; creare un clima di fiducia e di stima tra gli appartenenti allo stesso insieme; sviluppare creatività, ascolto, empatia, motivazione, coesione, integrazione, leadership; lavorare per obiettivi; conoscere e riconoscersi nella mission e nei valori del progetto; valutare ed apprezzare attitudini, competenze, potenzialità dei singoli individui. In ogni caso, “il fine ultimo deve sempre essere quello di far sentire gli interpreti uniti in una vera squadra!”, conclude Amanda Gesualdi.