



Crisi Fiorentina, psicologo: «Manca forza gruppo, frustrazione diventa benzina per vittorie»•

Descrizione

(Adnkronos) «Il campionato da incubo della Fiorentina sembra non finire mai. L'occasione per risvegliarsi, e dare un segnale positivo ai tifosi, potrebbe essere il match di Conference League di domani con la Dinamo Kiev. Una vittoria sarebbe una boccata d'ossigeno in vista di una partita contro il Verona domenica che sembra davvero già decisiva. La Viola è ultima in campionato, con zero vittorie e 6 punti in 14 giornate. Numeri da Serie B. I tifosi sono smarriti davanti a mesi di sconfitte che potrebbero costare alla Fiorentina la permanenza in Serie A. Sono lontani i proclami di inizio campionato quando, sulla carta, in tanti pensavano di poter competere per le prime posizioni. C'è una crisi profonda per la squadra della Fiorentina, dove alcuni giocatori faticano anche a concepirla questa situazione, non sono abituati a lottare per la salvezza quando sull'orlo del baratro si dovrebbe dare il meglio. Questo quadro spiega all'Adnkronos Salute Pietro Bussotti, psicologo dello sport e coordinatore di Psicologia dello sport dell'Ordine degli psicologi dell'Umbria. genera una forte delusione nei tifosi e nella città: la sfiducia arriva nello spogliatoio, la mancanza di vittorie pesa tantissimo sul morale e sulla psiche dei calciatori».

Il cambio di allenatore, da Pioli a Vanoli, non ha portato un miglioramento delle prestazioni, così c'è il rischio di un ulteriore abbassamento del morale generale della squadra. Il gruppo di giocatori avverte lo psicologo deve trasformare la crisi in occasione e lo deve fare solo passando attraverso il rafforzamento della componente collettiva. La frustrazione deve diventare benzina per il colpo di reni, serve un «noi» che difenda un «fortino» contro le difficoltà. Ma come si interviene sul gruppo squadra? Il confronto diretto tra i giocatori, a livello umano, il parlarsi faccia a faccia e il sostenersi è fondamentale. La componente psichica e morale conta più degli aspetti tecnici, almeno in questo momento», risponde Bussotti che analizza la situazione della Fiorentina e come invertire la rotta.

Risalire la china da una crisi illustra lo psicologo dello sport: richiede un lavoro a tre livelli: la gestione delle emozioni dove la paura, la frustrazione della sconfitta e lo spettro della B, va controllata. La paura va trasformata in energia motivazionale, le emozioni non sono negative o positive, ma sono adattive o disadattive. Nel momento in cui si ha paura di retrocedere ci si può paralizzare, quindi l'emozione diventa disadattiva perché non ti aiuta ad adattarti alle richieste. Oppure l'emozione

puÃ² diventare adattiva e aiutare a dare il colpo di reni ai calciatori e ad uscirne. Per allineare queste emozioni â?? suggerisce Bussotti â?? puÃ² servire anche il rilassamento, il mental training, sono strumenti che possono essere leva motivazionaleâ?•. Serve poi â??il lavoro sulla coesione del gruppo â?? prosegue â?? serve unâ??identitÃ condivisa, un confronto interno, una leadership positiva. Infine, un focus sul processo e non sul risultato: i giocatori devono migliorare ogni dettaglio riducendo la pressione sul risultato, deve crescere il processo che porta al risultatoâ?•.

â??Nella prestazione sportiva di una squadra di calcio, la sicurezza â?? lâ??etimologia di sicurezza deriva dal latino â??securitasâ??, che a sua volta si compone di â??se-â?? (prefisso privativo, che indica assenza) e â??curaâ?? (preoccupazione, affanno, sollecitudine), significando letteralmente â??senza preoccupazioniâ?? â?? diventa un fattore decisivoâ?•, rimarca Bussotti. â??Quando i giocatori si liberano dalle ansie e dalle paure, sentendosi leggeri e protetti dal gruppo, riescono a esprimere al meglio il proprio talento. Eâ?? proprio questa condizione di â??assenza di preoccupazioneâ?? che permette loro di giocare con fluiditÃ , fiducia reciproca e coraggio, trasformando la serenitÃ interiore in energia collettiva capace di migliorare la performance sul campoâ?•.

â??

sport

webinfo@adnkronos.com (Web Info)

Categoria

1. Comunicati

Tag

1. Ultimora

Data di creazione

Dicembre 10, 2025

Autore

redazione