



DISPENSE

U.S.A.P.



COACH ROBERTO CASTALDO

L'EVOLUZIONE DEL COACHING, RADICI FILOSOFICHE E STRATEGIE DI ALLENATORI RINOMATI

Roberto Castaldo è un allenatore nazionale di basket e formatore regionale CNA, ex atleta si distingue nel panorama sportivo italiano per il suo approccio innovativo e la sua lunga esperienza nel basket. Dal 2000 al 2012, ha fatto parte della commissione allenatori di Napoli.

Con un impegno che inizia nel 1998, Dr. Castaldo ha contribuito significativamente al basket a Napoli e in Campania, diventando membro della commissione CNA della Campania nel 2018. Tra il 2004 e il 2008, ha lavorato strettamente con il settore squadre nazionali, partecipando a numerosi raduni delle nazionali giovanili, dimostrando la sua dedizione alla crescita e allo sviluppo dei giovani talenti.

Riconosciuto come mental coach a livello internazionale, Dr. Castaldo ha esteso la sua influenza ben oltre il basket, diventando coautore del libro "Umilmente ambizioni" insieme a Walter De Raffaele, esplorando temi di team coaching e leadership sportiva. La sua expertise nel mental coaching è ricercata in vari ambiti sportivi.

Attualmente, guida la Pall. San Michele nel campionato di Serie C.

È un commerciliasta associato all'associazione Commercialisti Sportivi con verticalizzazione sulla attuale riforma dello sport.

Inoltre, ricopre il ruolo di caporedattore per Tuttobasket.net, contribuendo al dibattito e alla divulgazione del basket con la sua profonda conoscenza del settore.

Il suo approccio multidisciplinare lo ha portato a collaborare con la FIR (Federazione Italiana Rugby), lavorando su progetti di formazione per dirigenti e allenatori incentrati su coaching e gamification. Il progetto "Rilancio Sud" ha visto la sua partecipazione attiva, coinvolgendo tutte le società affiliate alla federazione rugby in un'iniziativa di managerializzazione del settore sportivo.



Impariamo dal passato per essere efficaci nel presente e pianificare

Il termine “coach” deriva dalla parola ungherese “kocsi”, che si riferisce a una carrozza proveniente dalla città di Kocs nel XV secolo. Questa etimologia simboleggia il ruolo del coach: trasportare una persona da dove si trova a dove desidera essere. Tuttavia, l'essenza del coaching, intesa come guida o mentorship, può essere rintracciata molto più indietro nel tempo, fino ai filosofi della Grecia antica come Socrate (470-399 a.C.) che utilizzava il suo metodo di domande per stimolare il pensiero critico e l'apprendimento nei suoi discepoli. Il coaching, con le sue profonde radici filosofiche e le sue applicazioni moderne, ha subito una notevole evoluzione, diventando un potente strumento di sviluppo personale e professionale.

Origini e Sviluppo Iniziale

Primi del XX Secolo:

Le radici del mental coaching possono essere fatte risalire agli inizi della psicologia sportiva, con i primi studi sulle performance atletiche e l'influenza della mente.

Carl Diem, un pioniere tedesco, inizia a incorporare tecniche psicologiche nello sport.

Anni '50 e '60:

La psicologia sportiva guadagna riconoscimento come campo di studio.

Inizia l'uso di tecniche di visualizzazione e di impostazione degli obiettivi negli sport.

Espansione e Popolarizzazione

Anni '70 e '80:

Cresce l'interesse per l'aspetto mentale dello sport.

Psicologi come Bruce Ogilvie e Thomas Tutko esplorano la psicologia applicata allo sport.

Si sviluppano programmi di formazione mentale per atleti.

Anni '90:

Il mental coaching si estende oltre lo sport, entrando nel mondo aziendale e della vita quotidiana.

Emergono figure come Tony Robbins, che popolarizzano il coaching motivazionale.

Evoluzione Contemporanea

Anni 2000 e oltre:

Il mental coaching diventa una pratica diffusa in molti settori, inclusi affari, educazione e salute. Cresce l'attenzione sulla mindfulness e la consapevolezza.

Si sviluppano approcci integrati che combinano tecniche di coaching con psicologia, neuroscienze e altre discipline.

Impatto e Riconoscimento

Oggi:

Il mental coaching è riconosciuto come strumento chiave per il miglioramento delle prestazioni, sia nello sport che nella vita professionale e personale.

L'approccio si è evoluto per includere una vasta gamma di tecniche, come la PNL (Programmazione Neuro-Linguistica), il Coaching trasformazionale, l'Intelligenza emotiva, il People management, il Performance management, la Gamification ed il Modello di Neuro Coaching integrato che inserisce i tre pilastri



(Coaching Umanistico, Coaching delle Prestazioni e Leadership) in una chiave Umanistica nuova facendo leva su: Matematica, Neuroscienze e Coaching.

Futuro, non tanto Remoto

Prospettive Future:

Si prevede un'ulteriore personalizzazione del coaching, con l'uso di tecnologie come l'intelligenza artificiale e la realtà virtuale. L'accento sulla salute mentale e il benessere generale continua a crescere, ampliando il campo di applicazione del mental coaching.

Le Radici Filosofiche del Coaching e il Basket

Il coaching trae origine da pratiche filosofiche antiche che enfatizzano l'auto-riflessione, la realizzazione di sé e la resilienza mentale. Questi principi filosofici trovano una risonanza diretta nel coaching moderno nel basket, dove l'attenzione si sposta dall'insegnamento tecnico alla guida degli atleti verso il miglioramento personale e professionale.



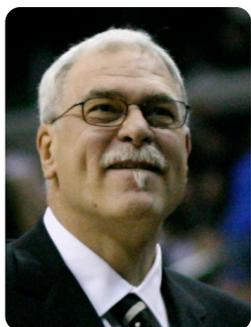
L'Influenza di Gallwey e Whitmore sul Coaching nel Basket

Tim Gallwey e John Whitmore hanno introdotto approcci rivoluzionari che hanno trasformato il coaching, enfatizzando l'importanza dell'autoconsapevolezza e della responsabilità personale. Nel basket, questi concetti si traducono in strategie che aiutano gli atleti a superare gli ostacoli interni e a concentrarsi sul processo di crescita.

Strategie di Allenatori di Basket di Fama Mondiale

Le parole di allenatori leggendari del basket offrono una prospettiva pratica sull'applicazione dei principi del coaching:

1. Phil Jackson in "Eleven Rings: The Soul of Success"



riflette: "L'approccio zen al basket, e alla vita, è incentrato sull'idea che la strada per la vittoria passa attraverso un'attenzione incondizionata al momento presente." Questa visione sottolinea l'importanza dell'autoconsapevolezza e della presenza mentale, pilastri del coaching moderno. Il

lavoro integrato sulle 4 aree di sviluppo individuale per giocatori e coach: aspetto tecnico, aspetto tattico, aspetto fisico ed aspetto mentale sono i pilastri dello sviluppo individuale in un contesto di squadra che abbia come presupposto imprescindibile il riconoscimento della persona al centro del progetto del team. Chiarezza di ruoli, competenze e responsabilità rappresentano le leve di successo.

2. John Wooden, nel suo "Wooden on Leadership",



afferma: "Il successo non si misura dal punteggio finale, ma dallo sforzo che si è messo nel raggiungere quel punteggio." Questo principio evidenzia l'importanza del processo e dello sforzo, concetti fondamentali nel coaching orientato alla crescita. Uno degli aspetti

più importanti del coaching orientato allo sviluppo degli allenatori nel basket è la fase di Goal Setting. La conoscenza delle differenze tra: obiettivo risultato, obiettivo performance ed obiettivo processo determina in modo considerevole le chance di successo o fallimento. L'inserimento di obiettivi individuali e di team totalmente sotto il pieno controllo e responsabilità rappresentano il punto di partenza. La trasformazione di questi Obiettivi Processo in Obiettivi Performance, misurando: tempo, quantità e qualità della prestazione con indicatori chiari nella fase di sviluppo riduce il margine di errore nell'evoluzione in Obiettivi Risultato.

3. Mike Krzyzewski, in "Leading with the



Heart", dice: "La leadership è un rapporto personale basato sulla cura e sul rispetto." Questo enfatizza l'importanza della relazione tra allenatore e atleta, un aspetto centrale del coaching efficace. La

leadership moderna è di servizio. Il modello umanistico riconosce nel rapporto, anche tra pari, una completa sinergia tra posizioni a specchio in cui è il leader responsabile della relazione e della comunicazione cambiando spesso posizione di ascolto per comprendere al meglio l'altro. Lo sviluppo della Leadership anche tra pari aumenta la flessibilità del team nei momenti di stress e rende tutti maggiormente autonomi.

4. Pat Summitt in "Reach for the Summit"

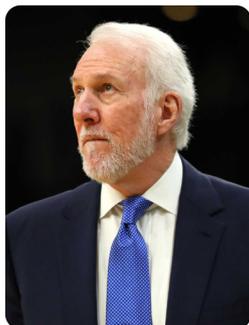


parla dell'importanza dell'autonomia e della responsabilità: "Ogni giocatore ha un ruolo da svolgere, e ogni ruolo contribuisce al successo complessivo." Questo risuona con l'approccio moderno al coaching che mira a sviluppare la piena

autonomia tra gli atleti e nel rapporto con gli stakeholder esterni (tifosi, dirigenti, staff, famiglia...). Il modello integrato della pallacanestro così come quello del coaching mira ad una Autonomia Ecologica, ovvero nel rispetto dell'ambiente sociale circostante. Questo spinge ad una piena evoluzione del processo interno che si trasforma in performance ad alto impatto.



5. **Gregg Popovich** ha spesso sottolineato: "Il mio lavoro come allenatore è più che insegnare il basket. È insegnare le abilità di vita." Questo approccio olistico va oltre le abilità tecniche per includere lo sviluppo personale e sociale degli atleti. Sempre più spesso lo squilibrio tra talento espresso in campo e disequilibrio sociale porta ad avere performance alterne e rischi di dispersione altissimi. Al contrario il rispetto delle regole del gioco nello sport porterà ad avere un approccio molto più efficiente nella vita in termini globali.



In conclusione lo strumento del coaching è utile per gli allenatori di basket attraverso l'applicazione di questi strumenti:

1. **Goal Setting e pianificazione strategica**
2. **Comunicazione efficace**
3. **Sviluppo della Leadership**
4. **Gestione delle performance individuali e di team**
5. **Gestione del talento**
6. **Misurazione e piani di sviluppo individuali all'interno di contesti di squadra su aspetti: tecnici, tattici, fisici e mentali**
7. **Sviluppo, miglioramento e gestione di autonomia ed autorevolezza**

e questi sono tutti aspetti che, se gestiti al meglio per il ruolo del coach, si trasformeranno in abilità specifiche negli atleti ed in modo ancora più evidente sulle caratteristiche del team.

In conclusione le citazioni di questi allenatori di basket di fama mondiale ci consentono di trasformare questi concetti in prospettive pratiche dimostrando come i principi del coaching moderno siano applicati efficacemente nel basket. Questi allenatori hanno raggiunto successi sportivi e hanno avuto un impatto significativo sulla vita dei loro atleti, evidenziando che il vero valore del coaching risiede nella sua capacità di promuovere la crescita, il benessere e il successo, sia sul campo che nella vita. L'evoluzione del coaching nel basket mostra un percorso trasformativo che unisce la saggezza del passato con le strategie moderne, offrendo agli allenatori strumenti potenti per sviluppare le capacità dei loro atleti e migliorare le dinamiche di squadra.

Coach Roberto Castaldo



+39 051261185

VIA DELL'ABBADIA, 8 BOLOGNA

UNIONE SINDACALE ALLENATORI PALLACANESTRO

PER CRESCERE INSIEME



WWW.USAP.IT



@USAPBASKETCOACH



@USAP5032



USAP_ALLENATORI_BASKET



USAP@USAP.IT



USAP ALLENATORI



USAP