

Sport

Sfida. Marisa Muzio, psicologa sportiva e numero 1 di Psicosport Milano, studia il derby

«LA DUREZZA MENTALE AFFRONTA LA “CHIMICA”»

«L'Inter ha capacità di reazione incredibili. Milan motivato e coeso. Mou fuoriclasse, Leo manager»

Marcella Caruso
sport@epolismilano.it

Si fa presto a dire derby. È molto più difficile capire cosa ci sta 'dentro'. Non in maniera metaforica ma reale. Cosa può nascondersi nei pensieri dei protagonisti alla vigilia di una "stracittadina" che è la partita più importante del campionato? Lo abbiamo chiesto a Marisa Muzio, psicologa sportiva e presidente di Psicosport Milano, struttura che si occupa "del raggiungimento delle condizioni ottimali individuali e di squadra in ambito sportivo". «La premessa - chiarisce la psicologa - è che le mie impressioni non nascono da una conoscenza diretta delle due realtà, ma dall'osservazione esterna di un'esperta del settore».

È giusto considerare la gara come fondamentale per le due squadre?

Sì. Questo derby è importante sia per il valore oggettivo delle due squadre, sia per il particolare momento psicologico che stanno vivendo. L'Inter da una posizione di predominio incontrastato si trova adesso a soli sei punti dal Milan in



► Tre sfide, campionato e amichevoli, tre vittorie di Mou su Leo

recupero. Dall'altra parte i rossoneri con un tecnico che lavora molto sulla 'chimica' del gruppo, la crescita di Ronaldinho e l'inserimento di Beckham che aumenta il senso di sicurezza dei compagni. Di certo, però, esiste un fattore psicologico a sfavore: la pressione su una squadra sulla quale è puntata l'attenzione di tutti vista la possibilità di contrastare la capolista.

Insights?

Al Milan c'è un ambiente motivato, una squadra coesa e un allenatore

che lavora sul raggiungimento dell'obiettivo e la soddisfazione dei singoli. L'Inter è, come si è visto nelle ultime partite, una squadra dalla capacità di recupero notevolissima. Questo significa una grossa tenuta, oltre che a livello fisico e atletico, anche a livello psicologico. Nel nostro ambito si chiama "durezza mentale" e comporta motivazione, capacità di reagire all'errore, di reggere alla frustrazione e una grande lucidità.

Mourinho e Leonardo sembrano

due tecnici sintetici...

Mourinho appare come un fuoriclasse che si è costruito un personaggio al quale è impedito di essere gradevole. Leonardo come una figura diversa che lavora sull'ottimizzazione delle competenze professionali e sulle competenze di ruolo trasformandosi in un manager in termini di leadership e comunicazione.

Vittoria o sconfitta: come potranno influire sulle due squadre?

Credo, innanzitutto, che questi allenatori siano talmente evoluti da seguire il principio che ogni partita sia unica. In caso di vittoria può esserci un inconsueto calo di motivazioni, in caso di sconfitta ci potrebbero essere strascichi negativi che minano la consapevolezza delle proprie capacità.

Paradossalmente, quindi, anche la vittoria può essere potenzialmente pericolosa?

Sì, ma l'abilità del mister, a risultato acquisito, è quella di ridimensionare la forte valenza emotiva dell'evento. È questo il segreto degli allenatori vincenti ed entrambi lo sono». ■