

# 3 domande a...

**BEPPE VERCELLI**

Docente di psicologia dello Sport e del Lavoro

di **PIERANGELO MOLINARO**

## **1** Perché un campione va in depressione?

*E' un fenomeno che in carriera possono attraversare tutti i campioni, anche se con effetti diversi. Chi vince sempre ha la naturale capacità di accendere in gara i propri punti di forza. A volte invece non ce la fa.*

## **2** Come si cura?

*Se l'atleta è capace di fare una giusta analisi e trovare cosa non ha funzionato può trovare da solo i giusti rimedi. Chi non ce la fa, lascia nella sua anima delle porte aperte che lo proiettano in una condizione di debolezza dove può nascere insicurezza o anche il rifiuto di un mondo.*

## **3** In questa situazione cosa può fare uno psicologo?

*Il primo intervento è quello di aiutare l'atleta ad analizzare in profondità la situazione che si è creata, con il massimo della serenità. Fatto questo, cerca di aiutare l'atleta a ritrovare quegli interruttori che innescavano in gara le sue qualità migliori.*