



Το serk.gr μετάφρασε και παρουσιάζει ένα πολύ ενδιαφέρον post από το [blog](#) του Εττόρε Μεσίνα στο ρώσικο «Sports». Αυτή τη φορά ο Ιταλός τεχνικός της ΤΣΣΚΑ Μόσχας (που είχε διδάξει στο Διεθνές Σεμινάριο Προπονητών το 2002 στην Αθήνα) αναλύει το «διάβασμα των φάσεων» και την απαιτούμενη ισορροπία που πρέπει να έχει ο «απαιτητικός κόουτς».

Είναι το δεύτερο κείμενο που φιλοξενεί το επίσημο site του Συνδέσμου των Ελλήνων Προπονητών Καλαθοσφαίρισης από το blog του Μεσίνα. Το πρώτο αναφερόταν στον [«επίσημο κώδικα των φάσεων»](#).

Αναλυτικά το νέο post του Μεσίνα.

«Ένα από τα πιο δύσκολα κομμάτια της προπονητικής είναι το να βρεις την ισορροπία μεταξύ του να απαιτείς και του να επαινείς τους παίκτες. Είναι μια μεγάλη πρόκληση για κάθε κόουτς. Ειδικά για μένα επειδή όχι μόνο απαιτώ πολλά από τους παίκτες του, αλλά από τον εαυτό μου.

Κάποιες φορές ο παίκτης δεν μπορεί να καταλαβαίνει γιατί ο προπονητής είναι τόσο σκληρός και επίμονος. Προσωπικά σπάνια αφήνω τους παίκτες μου να νομίζουν ότι λέω «ΟΚ Αυτός ο τύπος απλά δεν μπορεί να το κάνει». Το να είσαι απαιτητικός έχει ένα πολύ θετικό στοιχείο. Πιστεύω ότι οι παίκτες μου έχουν την ικανότητα να κάνουν αυτό που τους ζητάω, ανεξάρτητα από το πόσο δύσκολο φαίνεται αρχικά. Επίσης προσπαθώ να καταλάβω ότι μερικοί παίκτες δυσκολεύονται απέναντι την απαίτησή μου να παίζουν σε υψηλό

επίπεδο τόσο στα παιχνίδια, όσο και στις προπονήσεις.

Ακούω πολλούς να λένε ότι πάντα είχα καλούς παίκτες, χωρίς να θέλουν να αμφισβητήσουν την ποιότητα μου ως προπονητή. Κατά τα γνώμη μου για να γίνεις καλός προπονητής πρέπει να έχεις καλούς κι έξυπνους παίκτες. Για μένα αυτό βάζει την ουσία στο επάγγελμα μας.

Η φιλοσοφία που είχα στη Βίρτους, στη Μπενετόν, στην Εθνική Ιταλίας και τώρα στην ΤΣΣΚΑ βασίζεται σε αυτό που λένε οι Αμερικάνοι «διαβάζω την κατάσταση και αντιδρώ». Αν αφομοιώσεις αυτό το σύστημα τότε παραδέχεσαι ότι οι παίκτες σου χρειάζονται να έχουν δύο στοιχεία: πρώτον να είναι έξυπνοι και να καταλαβαίνουν τι γίνεται στο γήπεδο και δεύτερον να έχουν την ικανότητα να αντιδράσουν γρήγορα. Επίσης χρειάζεσαι παίκτες που να μην φοβούνται να πάρουν ευθύνη και να αποφασίσουν μες στο γήπεδο.

Η ικανότητα του να διαβάσεις μια κατάσταση δεν σχετίζεται απαραίτητα με το ταλέντο ενός παίκτη. Όταν διαβάσεις την κατάσταση, τότε χρειάζεσαι το ταλέντο. Αν είσαι ταλαντούχος και μπορείς να ντριμπλάρεις, να σουτάρεις ή να πασάρεις αυτό σου δίνει πολλές επιλογές στο να κάνεις κάτι, αντιδρώντας έτσι σε αυτό που βλέπεις στο παρκέ.

Αν είσαι έξυπνος παίκτης αλλά όχι τόσο ταλαντούχος πρέπει να ξέρεις τα όρια σου και να προσπαθήσεις να χρησιμοποιείς όσο ταλέντο έχεις. Για παράδειγμα αν είσαι καλός σουτέρ, αλλά όχι πολύ ικανός στο «ένας εναντίον ενός» αφού διαβάσεις μια κατάσταση, πρέπει να περιορίσεις τον εαυτό σου στο να πάρεις ένα καλό σουτ αν έχεις το χρόνο. Αν η άμυνα τρέχει πάνω σου πάσαρε τη μπάλα. Δεν χρειάζεται να πιέσεις μια διείσδυση. Το να γνωρίζεις τα όρια σου, να παίζεις σύμφωνα με αυτά και να μη βάζεις τον εαυτό σου σε καταστάσεις που δεν μπορείς να ανταπεξέλθεις, είναι σημάδια υψηλού μπασκετικού IQ.

Ποτέ δεν αξιολογώ τις αποφάσεις των παικτών μου με το αν έβαλαν το καλάθι ή όχι. Αποπροσανατολίζουμε τους παίκτες όταν μένουμε ικανοποιημένοι από μια εύστοχη προσπάθεια μετά από κακή εκτίμηση μιας κατάστασης ή μετά από μια κακή εκτέλεση. Αν το κάνουμε αυτό οι παίκτες σκέφτονται ότι το μόνο που μετράει είναι το αν μπαίνει η μπάλα μες στο καλάθι κι όχι η ικανότητα τους να διαβάσουν μια κατάσταση και να αντιδράσουν σύμφωνα με τους κανόνες της ομάδας. Όταν γίνεται αυτό είναι ένα τεράστιο λάθος.

Από τη μια ξέρω ότι είμαι πολύ απαιτητικός κι αυτό ενοχλεί πολλές φορές τους παίκτες, επειδή φαίνεται ότι δεν είμαι ποτέ χαρούμενος. Από την άλλη μπορώ να εγγυηθώ ότι προσπαθώ να είμαι δίκαιος στην αξιολόγηση των προσπαθειών τους στο γήπεδο: αν διαβάσουν καλά και αντιδρούν σωστά σύμφωνα με τη φιλοσοφία μας. Σπάνια αλλάζω κάποιον παίκτη αν πάρει καλές προσπάθειες αλλά αστοχήσει 2-3 συνεχόμενες φορές. Αυτό που με τρομάζει είναι όταν ένας παίκτης σουτάρει γιατί δεν ξέρει τι να κάνει. Συνήθως αυτό οδηγεί σε λάθος.

Δεν επιμένω ότι αυτός είναι ο καλύτερος τρόπος του να παίζεις ή να κοουτσάρεις. Είναι απλά ο δικός μου τρόπος. Παρόλα αυτά σέβομαι άλλες ιδέες και φιλοσοφίες. Ειλικρινά υπάρχουν πολλοί τρόποι και για αυτοί πολλοί παίκτες αγωνίζονται καλά με έναν προπονητή κι όχι τόσο καλά με έναν άλλον.

Η κυριότερη διαφορά μεταξύ των μπασκετικών φιλοσοφιών εξαρτάται από το πόσο ο προπονητής επιμένει στο διάβασμα των φάσεων και τις αντιδράσεις που θέλει σύμφωνα με τις επιλογές που παρουσιάζονται σε κάθε περίπτωση. Δεν έχει να κάνει με την ελευθερία και δεν είναι θέμα καλού ή κακού. Είναι ευκολότερο για κάποιους παίκτες να διαβάζουν λιγότερο και να έχουν λιγότερες επιλογές, γιατί έτσι έχουν λιγότερες πιθανότητες να μπερδευτούν.

Καμιά φορά οι παίκτες χάρις στο ταλέντο τους σου δείχνουν νέες επιλογές. Οι μεγάλοι παίκτες δημιουργούν τις δικές τους φάσεις, για αυτό πρέπει να είσαι έτοιμος να τις ξεσηκώσεις. Εδώ υπάρχει ένα άλλο πρόβλημα. Κάποιοι παίκτες είναι καλοί στο διάβασμα, ενώ κάποιοι άλλοι όχι κι εσύ πρέπει να κάνεις κάτι για να συντονίσεις τα δύο αυτά γκρουπ. Αν ο παίκτης διαβάζει την άμυνα και αντιδρά κάθε φορά με διαφορετικό τρόπο, δεν γίνεται κατανοητός από τους συμπαίκτες του κι έτσι δημιουργεί συχνά χάος. Άλλοι παίκτες απλά μπερδεύονται. Οπότε πρέπει να βρεις την ισορροπία στο πόσες επιλογές θα επιτρέψεις στους παίκτες βάσει του διαβάσματος της φάσης.

Ο αριθμός των επιλογών ενός παίκτη εξαρτάται από την εμπειρία που έχει και το μπασκετικό του υπόβαθρο. Αν κάποιος παίκτης μεγάλωσε μέσα σε ένα πρόγραμμα που βασιζόταν στις σωστές τοποθετήσεις, σωστές αποστάσεις και σωστό timing της ενέργειας, τότε έχει την ικανότητα να διαβάσει τη φάση και να αντιδράσει. Αν ο παίκτης μεγάλωσε σε ένα αυστηρό πρόγραμμα, τότε είναι δύσκολο για αυτόν.

Λειτουργεί ακριβώς με τον τρόπο που μεγαλώνουν οι γονείς τα παιδιά τους. Αν ένα παιδί μεγαλώσει σε ένα σύστημα που αναλαμβάνει προσωπική ευθύνη, θα γνωρίζει ότι όσο μεγαλώνει θα πρέπει να πάρει και μεγαλύτερες ευθύνες. Είναι μια μεταφορά της ζωής.

Για αυτό είναι τόσο σημαντική η επιλογή των παικτών. Ένας παίκτης μπορεί να είναι καλός για το δικό μου σύστημα, αλλά κακός για έναν άλλον προπονητή και το αντίθετο. Δεν έχει μόνο να κάνει με το πόσο ο παίκτης προσαρμόζεται στη φιλοσοφία, αλλά και στο πόσο η φιλοσοφία προσαρμόζεται στον παίκτη.

Για αυτό το λόγο σπάνια λαμβάνω υπόψη μου την άποψη άλλων προπονητών σχετικά με το αν θα πρέπει να πάρω έναν παίκτη ή όχι. Προτιμώ να μιλήσω μαζί του, να δω πως αντιδρά σε αυτά που το λέω και πως αντιλαμβάνεται το μπάσκετ. Όλοι οι έμπειροι προπονητές μπορούν να καταλάβουν αν ένας παίκτης είναι καλός για τη δική τους φιλοσοφία ή όχι.

Αυτό εξηγεί γιατί κάποιοι παίκτες είχαν σημαντικό ρόλο κάτω από έναν προπονητή και από την άλλη βρήκαν πολύ δύσκολο να διατηρήσουν τον ίδιο ρόλο και να αποδίδουν στο ίδιο

επίπεδο με τον επόμενο που ανέλαβε την ομάδα.

Η δουλειά του προπονητή είναι να βοηθάει τους παίκτες να διαβάζουν διαφορετικές καταστάσεις. Εκτός από αυτό μπορείς να χρησιμοποιείς τους παίκτες για αυτό που μπορούν να κάνουν ή να προσπαθήσεις να τους βελτιώσεις. Προπονώντας μικρά παιδιά για πολλά χρόνια, όντως πιστεύω ότι μπορείς να βελτιώσεις έναν βετεράνο παίκτη και το έχω αποδείξει αυτά ακόμη και με παίκτες άνω των 30 ετών.

Από την άλλη σέβομαι τους προπονητές που κάνουν κάτι διαφορετικό, γιατί ακριβώς υπάρχουν κάποιοι παίκτες που βλέπουν το θέμα διαφορετικά. Αυτοί προτιμούν να χρησιμοποιούνται για αυτό που μπορούν να κάνουν, διότι έτσι δεν πτοείται η αυτοπεποίθησή τους. Να δώσω ένα παράδειγμα: Είσαι ένας καλός παίκτης, μπορείς και διάσημος. Κι εγώ σου ζητάω να κάνεις κάτι με διαφορετικό τρόπο και δεν μπορείς να τα καταφέρεις. Μπορεί να σπάσει την αυτοπεποίθησή σου. Μπορείς να νομίζεις ότι δεν σε χρησιμοποιώ καλά κι ότι δεν σε βοηθάω.

Πρέπει να είσαι δυνατός για να παίξεις ή να δουλέψεις με κάποιον που θα σε σπρώχνει να παίζεις καλά κάθε μέρα κι οποίος σπάνια θα σε εξυμνεί για την καλή δουλειά που κάνεις. Είναι σαν να έχεις έναν πατέρα που είναι πολύ απαιτητικός και συνεχώς σου λέει ότι μπορούσες να έχεις κάνει μια καλύτερη δουλειά.

Οι παίκτες, ειδικά οι νεαροί κι όσοι μεγαλώνοντας άκουγαν διθυράμβους για την παραμικρή βελτίωση που σημείωναν, μπορεί να δυσκολευτούν να παίξουν στο σύστημα μου και μπορεί να ενοχληθούν από το γεγονός ότι θεωρώ πως ποτέ δεν έκαναν το καλύτερο που μπορούσαν. Αλλά για αυτό δεν μπορώ να κάνω κάτι. Δεν μπορώ να επιβάλω στον εαυτό μου να είμαι καλός. Προτιμώ να είμαι ευθύς.

Παραδέχομαι ότι κάποιες φορές δεν είναι τόσο καλός στο να καταλάβω πότε η ομάδα μου χρειάζεται υποστήριξη και πότε πρέπει να εξυμνηθεί για την προσπάθειά της, ακόμη κι αν δεν γίνονται όλα με τον σωστό τρόπο. Παρόλα αυτά είμαι πολύ τυχερός διότι οι περισσότεροι παίκτες μου καταλαβαίνουν ότι σπάνια λέω καλά λόγια για την προσπάθειά τους ή το αποτέλεσμα, επειδή είμαι πολύ απαιτητικός απέναντι στον εαυτό μου.

Ειλικρινά δεν είμαι ποτέ ικανοποιημένος από τον τρόπο που κοουτσάρα την ομάδα. Πολλοί υποστηρίζουν ότι όταν λέω κάποια πράγματα -όπως απέναντι στη Ρόμα όταν δήλωσα ότι η ευθύνη της κακής εμφάνισης είναι δική μου- χρησιμοποιώ κάποιο τρικ για να αποβάλω την πίεση. Αυτοί που με ξέρουν, γνωρίζουν ότι λέω αυτό ακριβώς που εννοώ».

Πίστευα ότι δεν έκαναν τις σωστές επιλογές τότε κι ότι δεν προετοίμασα καλά την ομάδα. Δεν μπόρεσε να τους κρατήσω πιο ήρεμους. Λόγω των συνεχόμενων αλλαγών στο ρόστερ κι εγώ πολλές φορές μπερδεύομαι με το ποια είναι η καλύτερη επιλογή για μας. Τώρα πιστεύω ότι έχουμε καταφέρει όλοι να καταλάβουν τι πρέπει να κάνουν στο γήπεδο.

Για παράδειγμα ο τρόπος που παίζει ο Γκορί όταν συνυπάρχει με τον Άντερσεν -ειδικά

στην επίθεση- είναι διαφορετικό με αυτό που κάνει όταν αγωνίζεται με τον Βαν Ντε Σπίνγκελ. Ο Βαν Ντε Σπίνγκελ είναι ένας παίκτης που κινείται πάντα προς το καλάθι, ενώ ο Άντερσεν είναι ένας παίκτης που μπορεί να κινηθεί και μακριά από αυτό. Οπότε ο Γκορί πρέπει να προσαρμόσει τη θέση του. Αλλά αν δεν γίνει σαφές στους παίκτες και δεν δουλέψεις πάνω σε αυτό, μπορεί να καταλήξεις να έχεις δύο παίκτες μακριά από το καλάθι, γεγονός που αφήνει την επίθεση χωρίς ισορροπία. Συν του ότι οι περιφερειακοί δεν ξέρουν πώς να αντιδράσουν αν δεν έχουν ένα σημείο αναφοράς μες στο καλάθι.

Οι λεπτομέρειες κάνουν τη διαφορά. Όλοι ξέρουν ότι υπάρχει μια ψυχολογική χημεία στην ομάδα, η οποία περιγράφει το πώς δένονται οι παίκτες μεταξύ τους. Αλλά υπάρχει κι η τεχνική χημεία η οποία είναι πιο σημαντική, διότι περιγράφει πως αντιδρούν οι παίκτες όταν βρίσκονται μαζί στο γήπεδο. Σε τελική ανάλυση όλοι οι παίκτες θέλουν να παίζουν, να διασκεδάζουν και να κερδίζουν. Οπότε αν δεν έχεις την σωστή τεχνική χημεία, θα είναι δύσκολο για μια ομάδα να μείνει ενωμένη και να έχει καλές σχέσεις.

Καμιά φορά το να αλλάζει τη θέση σου για 1-2 μέτρα είναι μια σημαντική διαφορά. Κάνει μια πάσα αδύνατη. Υπήρχε μια φάση στο παιχνίδι με τη Ρόμα στο οποίο ο Τζέι Αρ πάσαρε λάθος τη μπάλα στον Άντερσεν. Ο αντίπαλος έκανε κλέψιμο κι έβγαλε αιφνιδιασμό. Όταν είδα το παιχνίδι ήταν σαφές ότι οι δύο παίκτες δεν βρισκόντουσαν στη σωστή θέση, επειδή δεν ήταν σίγουροι προς το που έπρεπε να κινηθούν. Οπότε αυτή είναι δική μου ευθύνη, πρέπει να κάνω κάποια πράγματα ξεκάθαρα προς τους παίκτες. Αν δεν κάνεις το παιχνίδι ευκολότερο για αυτούς, θα μπερδευτούν. Είναι μια μεγάλη ευθύνη επειδή η ικανότητα τους στο διάβασμα των φάσεων θα κινδυνεύει ή θα καταστραφεί ολοκληρωτικά.

Τις περισσότερες φορές δεν είμαι χαρούμενος με αυτό που κάνω. Κάποιες άλλες χρειάζεται να πιέσω τον εαυτό μου να μην αλλάζω συχνά το σύστημα μου. Υπάρχουν όμως στιγμές που χρειάζεται μια αλλαγή για να δημιουργήσω τις κατάλληλες συνθήκες για τους παίκτες. Είναι δύσκολο για μένα να βρω την ισορροπία. Το καλό είναι ότι οι παίκτες αναγνωρίζουν ότι πάντα έχω στο μυαλό μου το πώς θα κάνω την ομάδα καλύτερη. Δεν είναι ότι κάνω αλλαγές, απλά για να τις κάνω "μοι;