



Formazione Professionale per  
**Operatore Olistico**  
*indirizzo Scienze Psiciche*

# La numerologia nello sport come strumento di aiuto alla creazione del team building

Elaborato finale di  
**Alessandro Valli**  
N. Registro ASPIN: FORM-861-OP

Relatore: Sebastiano Arena

Febbraio 2019



**Centro di Ricerca Erba Sacra**  
*Associazione di Promozione Sociale per la Conoscenza e  
lo Studio*

## **INTRODUZIONE**

*La Numerologia è il linguaggio dei numeri.*

*A Pitagora, nato nell'isola di Samo intorno al 572 a.C., si attribuisce la paternità della numerologia applicata allo studio del carattere umano.*

*Pitagora viaggiò molto: Egitto, Tebe, Fenicia, Babilonia, India, e studiò quelle civiltà.*

*Fu filosofo, matematico, astronomo, musicista (creò il ciclo dell'armonia, gli accordi attraverso i rapporti numerici delle frequenze).*

*Si trasferì a Crotona dove fondò una scuola di scienze, musica e matematica.*

*Egli diceva: "Tutto dipende dal numero, tutto nell'Universo può essere letto in chiave numerica. I numeri sono principi cosmici divini."*

*Pitagora, servendosi dei numeri corrispondenti alle lettere del nome e ai numeri della data di nascita, riusciva a dare risposta alle domande fondamentali dell'uomo:*

*"Chi sono? Qual è la strada che devo percorrere?"*

*I numeri non esprimono quindi solo quantità, ma anche qualità, idee, caratteristiche, comportamenti.*

*I numeri sono Archetipi.*

*Archetipo, dal greco archè=principio e typos=modello, è il modello primordiale.*

*Gli Archetipi sono i mattoni con cui è costruito l'universo.*

*Sono modelli di comportamento istintuali presenti da sempre in ogni essere vivente.*

*Sono nascosti nell'inconscio, vivono dentro di noi e influenzano il nostro comportamento: è importante portarli alla luce, riconoscerli e prima di tutto accettarli.*

*Ciascuno di noi agisce sulla base di queste energie inconsce.*

*L'insieme degli archetipi costituisce quello che Jung chiama "inconscio collettivo", cioè la somma delle esperienze della specie umana che ci tramandiamo inconsciamente.*

*I miti, le leggende, le favole, le religioni, sono trasposizioni in chiave drammatica degli archetipi.*

*Poiché gli archetipi vivono in noi è importante avere consapevolezza delle loro dinamiche.*

*Essi interagiscono in noi creando differenti stati d'animo.*

*Dice Jung: "Ciò che non conosciamo ci possiede, nel momento in cui un archetipo non è riconosciuto si impossessa di noi esercitando il suo dominio dalle profondità dell'inconscio."*

*La numerologia ci permette di far venire alla luce i nostri archetipi.*

*I numeri sono la rappresentazione grafica degli archetipi.*

*Lo scopo della numerologia è, attraverso la data di nascita e il nome trasformato in numeri, determinare i nostri archetipi numerici che ci daranno indicazioni su:*

*il percorso di vita, la lezione che dobbiamo imparare in questa esistenza, il bagaglio che abbiamo per affrontare il percorso, i nostri desideri più nascosti, i nostri punti deboli, i nostri punti di forza, le sfide che la vita ci mette davanti.*

*Il quadro numerologico evidenzia caratteristiche dell'individuo quali: il Destino, la Personalità o Espressione, l'Anima o Determinazione, la Maschera o Apparenza, il Lato ombra o Numero Sfida.*

*Con il termine **Destino** si intende il motivo per cui si viene al mondo, il nostro karma.*

***Personalità** è l'insieme delle nostre caratteristiche, pregi, difetti, punti di forza, che rappresentano il bagaglio con il quale affrontiamo il viaggio del karma.*

***Anima** rappresenta i nostri desideri, le nostre aspirazioni profonde che spesso rimangono racchiuse nell'inconscio e che la numerologia aiuta a far venire in superficie.*

***Maschera** è letteralmente una maschera, un abito che indossiamo per relazionarci con gli altri. Siamo inconsapevoli di indossarla, rappresenta il modo in cui vogliamo inconsciamente che gli altri ci vedano e nello stesso tempo è un modo di nascondere e proteggere la nostra Anima.*

***Lato ombra** è il lato oscuro della personalità, il nostro punto debole e spesso destabilizzante, con il quale ciascuno di noi dovrebbe confrontarsi per portarlo in superficie, riconoscerlo e accettarlo.*

*Ho sperimentato personalmente l'efficacia e la potenza della Numerologia applicandola ai giocatori delle squadre che ho allenato.*

*Sono un insegnante con una grande passione per la pallacanestro. Alleno da più di 20 anni e ho fatto esperienza partendo dalle giovanili fino ad arrivare alla serie B in cui ancora oggi alleno.*

*Nel corso della mia attività ho potuto constatare che l'aspetto più importante per ottenere risultati è la conoscenza di ogni singolo giocatore dal punto di vista psicologico.*

*Sono senza dubbio indispensabili la tecnica, le capacità atletiche, il talento, ma non basta.*

*È la mente che guida il corpo e non viceversa.*

*Per avere ottime prestazioni è necessario avere la mente in equilibrio, avere la consapevolezza di ciò che si è in grado di fare, saper gestire le emozioni e infine mettere le proprie capacità al servizio della squadra.*

*Lo scopo è quello di creare un gruppo omogeneo, capace di interagire valorizzando le capacità di ciascuno.*

*Ho potuto verificare sul campo la validità del quadro numerologico come strumento di analisi delle potenzialità, delle capacità, del carattere di ciascun giocatore.*

*Senza dubbio, in questo modo si accelera il processo di conoscenza della persona mostrando immediatamente le caratteristiche della sua personalità, i suoi aspetti positivi, ma anche gli aspetti in cui è più carente e sui quali possiamo sin da subito lavorare.*

*È incredibile vedere come solo dal nome e dalla data di nascita si ottenga un risultato così profondo e veritiero.*

*La numerologia porta davvero alla conoscenza di sé stessi, all'auto-consapevolezza.*

*La conoscenza della numerologia permette di inserire modalità che favoriscono la creazione del team building (la coesione, il gruppo). Sono tecniche che normalmente non si allenano nello sport moderno (al di là di organizzare ogni tanto serate assieme o prevedere ritiri pre-campionato), ma se si chiede a un allenatore quale sia la cosa più importante per una squadra di certo risponderà “l'unione, il fare gruppo, lo stare bene insieme”. Questi aspetti sono in realtà poco allenati, anche se equivalgono come importanza alla tecnica, alla tattica e al lavoro fisico. Per questo motivo sarà vitale prevedere tempi di lavoro sul team building pari a quelli che si dedicano ad altri tre fondamentali (tecnica, tattica, lavoro fisico). Se aumenta l'interazione e la fiducia tra i compagni è sicuramente più facile raggiungere l'obiettivo comune. In ogni gruppo dopo l'iniziale “Luna di miele” in cui tutto sembra rose e fiori, comincia il periodo difficile nel quale l'allenatore ha un ruolo fondamentale perché questo è il momento dei conflitti. Si genera una fase in cui viene fuori la “vera” etica del lavoro dei giocatori ed emergono le loro “autentiche” identità; tutto ciò normalmente genera conflitti. La numerologia può essere lo strumento ideale per venire fuori più velocemente dalla fase di “tempesta” che va di solito a crearsi in un nuovo gruppo dopo l'iniziale momento di conoscenza reciproca e il coach può avvalersi di essa per intervenire a creare più unione e conoscenza tra i giocatori. La numerologia permette una conoscenza molto dettagliata della persona che si ha di fronte, anche nei suoi aspetti più*

*profondi e inconsci , e può aiutarla a diventare più consapevole di quelli che sono i propri difetti e, soprattutto, come riuscire a venirne a capo. È evidente quindi quale importanza fondamentale possa avere questa disciplina nella costruzione del team building.*

*Inoltre la numerologia ci rende consapevoli di come noi appariamo agli occhi degli altri (che idea si fanno di noi appena ci vedono o dopo pochissime interazioni) e questa cosa è di vitale importanza considerato che gli atleti guardano principalmente il linguaggio non verbale (il linguaggio del corpo) della persona che hanno di fronte. Nello specifico un coach verrà molto “pesato” dai suoi giocatori su questi aspetti, soprattutto per valutare se c'è assonanza tra quello che dice (e come lo dice) e la gestualità che utilizza. Averne consapevolezza già in partenza di sicuro potrà essere uno strumento decisivo ai fini dell'immagine e delle idee che un coach vorrà “far passare” alla sua squadra. Sapere da subito come “si appare” agli altri potrà essere per un allenatore uno strumento importante ai fini della costruzione dell'interazione con la squadra. Lo stesso principio di auto-consapevolezza vale per i giocatori che, avendo appreso quale idea generano sui compagni e sul coach, possono lavorare su loro stessi in modo da migliorare la qualità delle proprie interazioni.*

*Riporto di seguito i quadri numerologici di alcuni giocatori da me allenati e le mie considerazioni caso per caso.*

<b><i>Giocatore 1 (19-09-1993)</i></b>	
Espressione	3
Determinazione	4
Apparenza	8
Destino	5
3°Numero di sfida	5
Quintessenza	8

**Numero più frequente 2** (ben sei "2" nel quadro): si tratta quindi di una persona eccessivamente timida e indecisa, troppo disponibile, che si fa influenzare e sfruttare, ed è molto debole nel rapporto con gli altri. Non esprime mai le proprie emozioni negative e mostra il sorriso anche quando le cose non vanno per il verso giusto. È troppo dipendente dagli altri

**Insegnamento karmico 3:** il giocatore si mostra poco comunicativo, taciturno, con la tendenza a non farsi notare. Questi aspetti si aggravano ulteriormente se collegati al 2 in eccesso, rendendo questa persona ancora più chiusa, meno espansiva, che tiene tutto dentro e non si espone mai.

**Linea di tensione 1-2-3:** la realizzazione di sé viene al primo posto, così come la dedizione verso una carriera o un talento, con una pronunciata capacità a collaborare con gli altri (data dal 2 prevalente nella linea) al fine di raggiungere il proprio scopo.

**Equilibrio perfetto 4-5-6:** grande concentrazione sugli aspetti pratici, organizzativi e materiali delle cose. Sa trovare le soluzioni pratiche con

padronanza di sé e del proprio tempo, e anche di quello degli altri. C'è la comprensione di un progetto e la conoscenza delle cose necessarie per realizzarlo.

### Considerazioni:

Considerati questi aspetti, emerge il quadro di un giocatore che, da solo, non sarebbe mai riuscito a esprimere a pieno il proprio potenziale. Sarebbe rimasto sempre nella propria intimità, senza disturbare nessun compagno di squadra, limitandosi a svolgere il "compitino" e facendosi influenzare a turno da qualunque cosa gli avesse detto un compagno. Ecco dunque che diventa fondamentale l'intervento dell'allenatore che, essendo a conoscenza di queste sue debolezze, può intervenire per favorire a pieno lo sviluppo delle sue potenzialità.

**1° aspetto:** usare dolcezza e tranquillità, farlo sentire a proprio agio senza mai aggredirlo (avendo **Determinazione 4** desidera infatti vivere in ambienti rassicuranti con regole e punti di riferimento) e soprattutto fargli capire che può appoggiarsi totalmente all'allenatore.

**2° aspetto:** non farlo mai esporre in prima persona con i compagni di squadra (perché lui non lo desidera e perché è facilmente influenzabile dal loro pensiero) nonostante il suo ruolo, il "play maker" (ovvero il regista della squadra), lo preveda. Per ottenere ciò ho dovuto strutturare il gioco in maniera tale che le "chiamate" degli schemi fossero quasi automatiche per lui e aiutassero così la sua indecisione che avrebbe poi generato la relativa probabile influenza negativa dei compagni sulle sue scelte (nei primi tempi non riusciva a decidere una cosa senza prima aver guardato me in panchina o senza aver esaudito il desiderio di qualche altro giocatore della squadra).

**3° aspetto:** valorizzare il suo talento agli occhi dei compagni con giochi o situazioni tattiche create apposta per lui in cui le sue doti potessero esaltarsi, acquisendo maggiori sicurezze e accrescendo di conseguenza la considerazione che i compagni avevano già in parte nei suoi riguardi (avendo **Apparenza 8** era percepito come una persona degna di fiducia).

Grazie a questi interventi mirati, unitamente però al grande desiderio di emergere del giocatore e alle sue enormi qualità organizzative e pratiche (si trattava di un giocatore che lavorava ore e ore per migliorare i propri difetti, si osservava e riguardava più volte anche nei video delle partite, era molto abile a mettere in pratica e fare propri i suggerimenti e consigli tecnici che riceveva) siamo riusciti nel giro di due stagioni a farlo diventare un ottimo giocatore per la categoria nella quale aveva appena esordito.

<b>Giocatore 2 (21-05-1990)</b>	
Espressione	8
Determinazione	7
Apparenza	1
Destino	9
3°Numero di sfida	9
Quintessenza	8

**Linea di tensione 3-5-7:** consapevolezza e utilizzo del fascino personale, grande magnetismo all'interno del gruppo.

**Insegnamento karmico 9** (e, in aggiunta, **3° numero di sfida 9**): manca di sensibilità e altruismo, è troppo sbilanciato verso se stesso, egocentrico. Vuole essere ricompensato per quello che fa, non vive in modo equilibrato gli aspetti della generosità, dell'empatia e della tolleranza. Inoltre il controllo della propria emotività è precario, nel senso che apparentemente, e anche nei fatti, è quasi sempre una persona controllata, tranne i momenti in cui manifesta esplosioni di rabbia esagerate e incontrollate.

**Espressione 8:** la stabilità economica è al primo posto; ha bisogno di sentirsi libero dai bisogni materiali. È portato per attività che comportano la conquista di prestigio, il resto è tempo perso; ricerca posizioni ambiziose e di potere. Grande lavoratore, si fida solo di se stesso, critica gli altri e non è molto tollerante. Influenza gli altri con la fiducia e ha grande autostima. Supera gli ostacoli con determinazione, è un ottimo vincitore, ma un

pessimo perdente.

**Bilancia 4-5-6:** può dare agli altri un'impressione di durezza, di serietà (accentuata anche dall'**apparenza 1** che lo fa apparire sicuro di sé, deciso, determinato, bravo come organizzatore), anche se poi la linea di tensione 3-5-7 maschera in parte questo aspetto e lo rende meno duro di quello che sembra. Persona comunque molto pratica, che ha voglia di lavorare e che è molto desiderosa di regole, anche se poi spesso decide di testa propria (prevale l'**espressione 8**).

**Determinazione 7:** desidera essere apprezzato per la propria saggezza, essere preso ad esempio, non vuole essere criticato, né consigliato. Ha bisogno e apprezza la tranquillità, la calma, la solitudine e l'indipendenza.

Considerazioni:

**1° aspetto:** si tratta di un giocatore capace di attirare verso di sé le simpatie non solo del gruppo squadra, ma anche dei tifosi. È molto bravo a rendersi simpatico e ben visto da tutto l'ambiente (linea di tensione 3-5-7) e sa poi sfruttare questa situazione a proprio vantaggio. Fondamentalmente si tratta di una persona egoista, opportunistica, disposta a tutto pur di ottenere risultati e prestigio (**espressione 8, insegnamento karmico 9**), quindi difficilmente gestibile nel caso non venga considerato uno degli elementi chiave della squadra (difficile che accetti di buon grado di giocare poco o essere ai margini rispetto ad altri a livello di impiego e utilizzo in campo). La cosa è ancora più complicata proprio perché con i suoi modi di fare questa persona è capace di conquistarsi il consenso e la stima dell'ambiente. Di conseguenza, relegarla a un ruolo marginale potrebbe generare critiche nei confronti dell'operato di chi deve decidere la sua gestione. In definitiva la

cosa migliore è prevedere una strutturazione costruita in modo che questo giocatore possa essere assoluto protagonista in campo a fronte di un impiego sempre elevato e costante. Nella nostra squadra, essendo di fatto lui il "4" titolare, questo aspetto è stato facilmente perseguibile, nel senso che spazio per giocare il ragazzo ne aveva tantissimo e quindi da questo punto di vista ci siamo trovati. Un'altra situazione che ho sfruttato è stata quella di fare leva sulla sua grandissima ambizione. Lui era reduce da un'esperienza in una categoria superiore, dove però aveva giocato molto poco e per questo motivo era finito da noi in una serie minore. Dentro di sé però era convinto di valere e ambiva a tornare in quella categoria da cui era stato tagliato. Per queste ragioni ho organizzato con lui dei lavori tecnici individuali per migliorare le sue carenze e questa cosa lo ha molto interessato e ci si è impegnato tanto sopra. L'unione di questi due aspetti, cioè giocare tanti minuti la domenica e lavorare sui suoi fondamentali individuali per accrescerli, mi ha permesso di poter gestire al meglio un giocatore che altrimenti non sarebbe stato di facile utilizzo.

**2° aspetto:** questa persona dovrà provare a orientarsi verso il proprio **destino (9)** che gli richiede comprensione, tolleranza e sensibilità verso gli altri, assenza di giudizio, elasticità e adattabilità. A livello sportivo dovrebbe limitare, o magari eliminare, i suoi obiettivi personali per essere realmente più aperto alle esigenze della squadra (quindi accettare più serenamente il fatto che le scelte in funzione del gruppo potrebbero anche portarlo a giocare meno). Allo stesso tempo dovrà imparare ed essere aiutato a controllare il proprio livello di emotività nei momenti in cui le esplosioni di rabbia sono eccessive e fuori controllo (**3° numero di sfida 9**). Una metodologia semplice potrebbe essere semplicemente toglierlo per un breve periodo dal

campo nel momento in cui si osserva il nascere di queste fasi di irascibilità. Ancora più efficaci potrebbero essere invece delle attività extra basket di isolamento e consapevolezza di sé (vedi ad esempio le pratiche yoga) che lo aiutino a gestire meglio e incanalare la rabbia e l'intolleranza che si porta dentro.

<b>Giocatore 3 (30-08-1981)</b>	
Espressione	3
Determinazione	9
Apparenza	3
Destino	3
3°Numero di sfida	3
Quintessenza	6

**Linea di tensione 1-5-9:** l'attività lavorativa è fondamentale per la realizzazione personale, l'impegno professionale viene messo al primo posto rispetto agli altri aspetti della vita. Lavora per la soddisfazione personale, per il prestigio. L'ambizione è molto forte.

**Numero più frequente 9** (con, in aggiunta, **determinazione 9**): non controlla l'emotività, l'impressionabilità, la rabbia incontrollata, l'ansia eccessiva. Si accende molto facilmente. Le vocali 9 lo portano anche a desiderare riconoscimenti morali, con l'intenzione di lasciare il segno.

**Espressione 3** (all'interno della **linea 3-5-7 piena**): ha una comunicativa naturale e ha bisogno di vedere e di parlare sempre con qualcuno. Ama il successo, essere il centro dell'attenzione, farsi notare, essere ammirato. È loquace e questo lo aiuta a superare le difficoltà senza applicarsi troppo. Coltiva le amicizie, le attira e le convince con l'allegria e la simpatia. Avendo anche linea 3-5-7 piena (**con numero più frequente 3**) è un capo nato, un giocatore che risulta simpatico a tutti e trascina con la simpatia e il

sorriso.

**Apparenza 3:** appare estroverso, gioviale, allegro, spiritoso, una persona che ama parlare e che ha facilità a stringere amicizie, denotando originalità nell'abbigliamento e, in generale, in tutto quello che riguarda l'apparire.

**Bilancia 4-5-6:** predilige un lavoro organizzato, costante, anche con una certa ripetitività (vuole, ad esempio, che gli schemi siano portati a termine, anche se poi è lui il primo a uscirne, ma a proprio vantaggio). Le sue idee sono piuttosto rigide, non le cambia facilmente (**linea 3-6-9** piena e piuttosto forte), per questo può diventare piuttosto pesante da sopportare per gli altri in campo.

Considerazioni:

**1° aspetto:** è un giocatore che ha tutte le caratteristiche del leader: è spiritoso, simpatico ai compagni, ha grande ascendente anche su tutto quello che gravita intorno all'ambiente della squadra, e può diventare facilmente un beniamino dei tifosi. È evidente quindi che bisogna ritagliare un ruolo da protagonista a un giocatore del genere, bisogna farlo sentire molto importante, riconoscergli una certa autorità e leadership all'interno del gruppo. È fondamentale non creargli dualismi nel suo ruolo perché altrimenti si correrebbe il rischio di farlo accendere, di farlo entrare in competizione (**9 forte e determinazione 9**) visto che desidera essere una “primadonna” e vuole avere riconoscimenti.

**2° aspetto:** per un suo migliore rendimento sarà fondamentale riuscire un po' alla volta a limitare la sua forte emotività che talvolta potrebbe portarlo a voler strafare o a vivere tutto come una sfida personale, facendogli poi perdere la sua capacità pratica e razionale.

**3° aspetto: Quintessenza 6**, dovrebbe dirigere la propria attenzione anche agli altri, ricercare l'armonia, andando così a smussare un po' il suo smisurato desiderio di primeggiare e anche la sua notevole rigidità (**linea 3-6-9 molto forte, bilancia 4-5-6**) che lo porta solitamente a non accettare punti di vista e situazioni tecniche diverse da quelle in cui crede o è cresciuto (ad esempio, la non accettazione delle nuove generazioni che non hanno più la capacità di ricevere forti rimproveri come invece succedeva a lui quando era al loro posto). Di grande aiuto potrebbe essere il fatto di fargli notare che, essendo lui il giocatore più esperto e di maggiore qualità della squadra, diventa un esempio e un modello da seguire agli occhi dei giovani atleti presenti in rosa. Proprio per questo motivo lui dovrebbe essere bravo a dare ai giovani il giusto esempio su come ci si debba comportare non solo dal punto di vista pratico (cioè come ci si dovrebbe allenare forte ogni giorno, cosa sulla quale è sicuramente molto valido e da imitare), ma anche comportamentale (questo giocatore, per esempio, è molto carente sulle modalità di approccio con le nuove generazioni, nel senso che ritiene giusto il tipo di comportamento che c'era ai tempi della sua adolescenza e quindi non tollera il fatto che un giovane possa arrivare in prima squadra e non avere "il fuoco dentro" che lui possedeva quando aveva quella età). Se prendesse consapevolezza di questi aspetti, sicuramente potrebbe avere giovamenti a livello personale, anche nella gestione della sua irascibilità e emotività, oltre che dal punto di vista della flessibilità del suo modo di pensare e vedere le cose. Un ruolo da capitano che interagisce in maniera più flessibile coi compagni e trasmette loro l'esempio dal punto di vista pratico in allenamento, potrebbe essere un'investitura assai gratificante per questo giocatore e che potrebbe generare benefici a livello di squadra.

<b>Giocatore 4 (05-06-1992)</b>	
Espressione	4
Determinazione	1
Apparenza	3
Destino	5
3° Numero di sfida	1
Quintessenza	9

**2 linee di tensione 1-5-9/1-2-3:** la realizzazione di sé viene al primo posto, così come la dedizione alla carriera o al proprio talento. Può trascurare la famiglia per questo. Ha grande autostima, crede nelle proprie capacità, ha una forte determinazione a raggiungere i risultati (**numero più frequente 1** nelle due linee), ed è concreto (dà importanza anche ai soldi).

La situazione sopra esposta è accentuata dal fatto che questa persona ha **determinazione 1**, quindi desidera essere lodato, ascoltato, ammirato, vuole emergere e ottenere risultati importanti, mira a lavorare da solo in una posizione di autonomia, senza interferenze.

**3° numero di sfida 1:** la necessità di vedere riconosciuto il proprio valore, la propria unicità e il timore di non essere preso in considerazione lo portano ad atteggiamenti di impulsività. Cerca a tutti i costi di **essere** un leader agendo d'impulso, in modo aggressivo e ostinato. Si mostra forte, sicuro di sé, eccede nel lavoro e nello stress.

**Linea 3-6-9** : ha equilibrio mentale, una mente calma e che ragiona, anche se con un **9 solo** rischia di essere una persona un po' fredda, distaccata e centrata su di sé. Inoltre con **due 6** in una griglia con pochi numeri può assumere i connotati di un individuo che si fissa sulle cose, su un problema, risultando quindi piuttosto pesante e pignolo.

Considerazioni:

**1° aspetto:** si tratta, nel complesso, di una persona individualista, che ha idee radicate e non facili da modificare, quindi di un giocatore che difficilmente può coesistere con altri “primi attori” in un gruppo. Ecco quindi il consiglio della sua **Quintessenza**, il **9**, che lo invita ad una maggiore apertura mentale evitando una visione limitata delle cose. La **Quintessenza 9**, inoltre, gli consiglia di essere più altruista (cosa in effetti difficile per lui, dal momento che sul campo di gioco difficilmente riesce a coinvolgere i compagni, ma si ostina a giocare per conto suo) e di sviluppare maggiormente la sensibilità, il guardare anche agli altri.

**2° aspetto:** il suo **destino 5**, poi, lo invita a imparare la lezione della flessibilità, evitando quindi di attaccarsi troppo alle abitudini, cercando di avere una visione multilaterale delle cose, con maggiore versatilità nel fare più cose insieme (un aspetto questo che risulta assai complicato per questo giocatore che, alla richiesta di giocare in più ruoli da parte dell'allenatore, si mostrava favorevole, ma in realtà voleva giocare solo nel ruolo che lui pensava fosse consono alle sue caratteristiche). Dovrà apprendere anche a essere più aperto alle nuove occasioni che la vita prospetta, imparando ad adattarsi ai cambiamenti, alle nuove vicissitudini della vita. Tutto ciò si traduce per lui nel riuscire a collaborare, interagire e relazionarsi con nuovi

compagni, contesti e situazioni senza rimanere ancorato alle proprie certezze ed esperienze passate, ma aprendosi ai cambiamenti, a nuovi punti di vista e a nuove modalità di vivere la pallacanestro. Nel concreto si tratta di far capire a questa persona che se vuole emergere, se vuole poter ambire ad un livello maggiore di quello fino ad ora affrontato, deve assolutamente abbassare il suo ego e mettersi al servizio degli altri. La priorità a livello tecnico deve diventare la fase difensiva, deve applicarsi molto in difesa, deve far vedere ai compagni che per prima cosa lui lavora per il bene della squadra e poi, solo secondariamente, pensa anche al suo "bottino" personale (inteso come punti segnati). Deve inoltre mostrarsi anche molto più socievole e disponibile agli altri, soprattutto nei riguardi del contesto esterno alla squadra (società, tifosi, addetti ai lavori), perchè altrimenti rischia di essere percepito come una persona chiusa, dura, ermetica e totalmente centrata su di sé. Solo in questa maniera questo giocatore potrà elevare il suo livello, altrimenti la sua carriera sarà limitata ad essere il leader di squadre mediocri, dove potrà sì fare la primadonna, ma mai lottare per traguardi prestigiosi.

<b>Giocatore 5 (04-02-1988)</b>	
Espressione	7
Determinazione	1
Apparenza	6
Destino	5
3°Numero di sfida	2
Quintessenza	3

**Linea di tensione 1-2-3 e Bilancia:** la realizzazione di sé diventa una necessità. Ha grande talento e capacità di comunicare, esprime simpatia e creatività in tutte le sue forme. Ha grande autostima di sé, crede nelle proprie capacità (1 e 3 sono numeri dominanti in questa linea e soprattutto sono presenti in maniera notevole)

**Linea 3-6-9 completa e pesante:** equilibrio mentale, sicurezza delle proprie opinioni. Avendo un **3 molto pesante**, sicuramente c'è grande fantasia e creatività e tutto è facile, però sono presenti anche voglia di fare solo ciò che piace, poca umiltà, esibizionismo e non rispetto di obblighi e responsabilità. Avendo anche **1 come numero più frequente e determinazione 1**, la voglia di dominare e imporre le proprie opinioni, oltre al desiderio di essere lodato, ascoltato e non accettare interferenze, sono di certo sue peculiarità.

**3° numero di sfida 2:** Completa disponibilità verso coloro che ama, bisogno esagerato di attenzione perché teme di non essere preso sul serio. Servile, adulatore, soggetto a forti sbalzi d'umore e al vittimismo, troppo emotivo e

permaloso. Mostra ribellione quando perde la capacità di valutare gli eventi, facendo sì che le piccole difficoltà diventino insormontabili.

**Espressione 7:** ha difficoltà a conoscere i propri sentimenti, è critico verso gli altri, trova difetti in tutti dicendo di non giudicare, ma di constatare pregi e difetti. Il risultato di queste sue analisi è però sempre sfavorevole. Non tollera di avere torto o di avere sbagliato anche di fronte all'evidenza. Non è portato per le cose pratiche e materiali (ha anche **4 come insegnamento karmico**, quindi è carente di regolarità, di metodo, si disperde, manca di senso pratico), anche se è un acuto osservatore. Seleziona le amicizie e ha bisogno di uno spazio tranquillo tutto per sé.

#### Considerazioni:

**1° aspetto:** fondamentalmente si tratta di un giocatore molto incentrato su di sé, convinto di possedere notevoli potenzialità, quindi difficilmente inquadrabile in un contesto altruistico, di gioco di squadra. Non è sicuramente una persona adatta a ricoprire ruoli secondari, è una primadonna che anzi tende a fare confronti e a essere molto critico nei confronti dei suoi antagonisti. Per questo motivo ha accettato con difficoltà negli anni il ruolo di cambio, cioè di giocatore che entra dalla panchina per dare un cambio di ritmo alla partita. Ha accettato la cosa solo perché ogni volta motivato e reso consapevole di quanto fosse fondamentale per la squadra questo tipo di ruolo, ma a intervalli regolari nel tempo si avvertivano le sue reazioni negative nei confronti di questo aspetto considerato dal giocatore limitante rispetto alle qualità da lui possedute. In questi momenti poi la sua reazione era quella di isolarsi, di non interessarsi più per niente alle vicende della squadra, anzi quasi di volerla danneggiare con atteggiamenti di rifiuto o

“sciopero” sul campo, mentre la sua **quintessenza 3** lo invita a stare a contatto con gli altri, a comunicare e rimanere ottimista in ogni situazione, a limitare un po' questo suo desiderio assoluto di primeggiare, di essere al centro di tutto.

**2° aspetto:** lavorare su alcune sue mancanze (vedi ad esempio il numero 4) sarà molto importante per lui: limitare la sua notevole impazienza, il volere tutto e subito a vantaggio invece di un atteggiamento più programmato, più stabile, meno incostante, ma finalizzato al raggiungimento di un risultato duraturo sarà dunque un obiettivo prioritario. Tradotto a livello pratico significa approcciarsi alla disciplina sportiva in maniera più organizzata, cioè accettando le mansioni che vengono affidate e lavorando con costanza, metodo e dedizione per cercare di crescere su tanti aspetti in maniera poi da poter ambire a un ruolo più importante nel tempo all'interno della squadra stessa. Questo giocatore, invece di continuare a pensare di essere poco considerato in riferimento al talento posseduto, dovrà costruirsi con pazienza, metodo e fatica un ruolo stabile all'interno della squadra. Dovrà studiare a fondo i dettagli e le caratteristiche di questa sua nuova posizione e allenarsi giornalmente con voglia e costanza per affinare le capacità tecnico-tattiche necessarie per ricoprire questo ruolo (per esempio, la fase difensiva dovrà crescere molto e diventare un punto stabile e di forza sul quale lui e la squadra potranno fare sempre affidamento). Chiaramente l'impiego in campo sarà inferiore alle grandi aspettative che ha su di sé questa persona, però in questa maniera riuscirà a diventare uno specialista, un giocatore di sicuro affidamento in una categoria cestistica assai importante. In caso contrario potrà solo limitarsi a essere il giocatore scostante e turbolento che è sempre stato in una serie inferiore rispetto a quella in cui ha ultimamente giocato.

<b>Giocatore 6 (17-04-1986)</b>	
Espressione	1
Determinazione	9
Apparenza	1
Destino	9
3°Numero di sfida	2
Quintessenza	1

**Linea di tensione 1-5-9** (con, in aggiunta, **espressione 1**): l'impegno professionale viene necessariamente messo al primo posto rispetto agli altri aspetti della vita. È presente una forte determinazione nel raggiungere risultati concreti, ma anche grande creatività. Avendo anche **espressione 1** risulta una persona efficiente, un gran lavoratore che organizza con precisione, ma che a volte pretende anche troppo dalle proprie forze. Vuole risolvere i problemi velocemente, l'indecisione gli procura ansia, e in genere prende le decisioni rapidamente senza chiedere pareri. Ama l'autonomia, è coraggioso e determinato.

**Numero più frequente 1**: è ostinato, impulsivo, vuole tutto e subito, denota rabbia causata dall'impazienza e questo gli genera stress, così come l'eccesso di lavoro di cui si fa carico, anche questo portatore di stress.

**Linea 3-6-9 solo sul 9** (con, in aggiunta, **determinazione 9**): non ha una mente serena, un equilibrio mentale, il pensiero tende al pessimismo, alla malinconia, tutto diventa difficile, non riesce a organizzare i pensieri, rischia

di perdersi. Il peso incentrato tutto sul 9 gli dà emotività (tendenza a scatti d'ira, a infiammarsi), oltre che intuitività e creatività. La **determinazione 9** accentua il lato emotivo, ma lo porta anche a sviluppare comprensione e amore per tutti, in modo disinteressato; pensare in grande, avere idee nuove e lasciare il segno sono peculiarità del carattere di questa persona.

**3° numero di sfida 2:** bisogno esagerato di attenzione perché teme di non essere preso sul serio. È soggetto a forti sbalzi d'umore, troppo emotivo e permaloso. Mostra una tendenza a reprimere le emozioni, a non esprimere quello che prova o pensa per timore di essere giudicato.

**Linea 3-5-7 (con 3 e 7 mancanti):** la linea del carisma è carente. Mancando il 7 non riesce ad arrivare alla gente, ed essendo assente il 3 non è molto sviluppata la capacità di comunicare, anche se il 5 forte gli procura grande fascino personale, il dono di sapersi esprimere (anche se senza 3 non è portato a farlo) e la capacità di lavorare in un gruppo.

#### Considerazioni:

**1° aspetto:** compensare le carenze derivanti **dal 6 come insegnamento karmico:** in altre parole, si tratta di una persona concentrata soprattutto sulle proprie esigenze, disinteressata ai problemi altrui e questi aspetti sono accentuati dal fatto che è **espressione 1** e non ha il 3, quindi tende a stare ancor di più sulle sue. Per queste ragioni è fondamentale per lui seguire il suo **destino (9)** che lo invita alla comprensione, alla tolleranza, alla sensibilità, all'apertura verso gli altri, ad avere una mente aperta, elastica, adattabile. Potrebbe essere utile per questo giocatore vedersi affidato il ruolo di capitano della squadra perché è una persona magnetica e dotata anche di buon cuore e quindi potrebbe essere sicuramente positivo per gli altri. La

cosa chiaramente dovrebbe essere molto incentivata e stimolata perché non è propriamente nella natura di questa persona, però potrebbe arrecargli grande giovamento. Inoltre questo aspetto potrebbe aiutarlo a risolvere i problemi derivanti dal fatto di avere come **3° numero di sfida** il numero **2**, e cioè un bisogno esagerato di attenzione per paura di non essere preso sul serio e il fatto di essere molto influenzabile da parte di coloro che ritiene superiori a sé. Questo secondo aspetto potrebbe essere molto deleterio per l'economia di squadra se i giocatori che vengono considerati di maggiore livello rispetto al suo sono però persone che non forniscono esempi positivi, con uno spessore morale non particolarmente elevato. Diventare il leader della squadra da un lato gli darebbe certezza sul fatto di essere preso in grande considerazione dall'allenatore, dall'altro gli permetterebbe magari col tempo di imporsi su quegli elementi da lui ritenuti “superiori” che però non si dimostrano tali con i loro comportamenti inadeguati sul campo.

<b>Giocatore 7 (27-09-1975)</b>	
Espressione	6
Determinazione	1
Apparenza	5
Destino	4
3°Numero di sfida	5
Quintessenza	1

**3° numero di sfida 5:** necessità di libertà, bisogno di cambiamento, irrequietezza, personalità immatura, incostante, tante iniziative cominciate e non portate a termine, instabile.

**Numero più frequente 5:** ansia per impazienza, iper-attività, insofferenza ai legami, eccesso di libertà, spregiudicatezza nel pensare e nell'agire, reiterazione degli stessi errori per mancanza di osservazione, desiderio di cambiamento.

**Numero più frequente 1** (con, in aggiunta, **determinazione 1**): impaziente, vuole tutto e subito, impulsivo, mostra rabbia per impazienza, eccesso di lavoro che genera stress. Desidera indipendenza, non accetta interferenze, vuole risolvere velocemente i problemi, ama essere ascoltato, emergere, ottenere risultati importanti, lavorare da solo in una posizione di autonomia.

**Linea 3-6-9** (con solo il 9): mancando dei numeri in questa linea la persona non ha un carattere e una mente sereni, un buon equilibrio mentale. Non riesce a organizzare i propri pensieri, rischia di perdersi, ha un pensiero che

tende al pessimismo, alla malinconia e di conseguenza, tutto diventa difficile. È una persona che però possiede intelligenza intuitiva, creatività, ma anche notevole emotività (frequenti sono le esplosioni di rabbia).

**Linea di tensione 1-5-9:** l'attività lavorativa è fondamentale per la realizzazione personale, l'impegno professionale viene necessariamente messo al primo posto rispetto agli altri aspetti della vita. C'è forte determinazione a raggiungere i risultati, forte creatività, concretezza. La chiave del successo per lui è il fascino personale, il magnetismo e la capacità di esprimere le proprie idee.

**Espressione 6 (ma insegnamento karmico 6):** l'espressione 6 ricerca la pace, l'armonia a ogni costo, soffre molto in caso di incomprensioni e litigi. È sensibile, dolce, diplomatico e accondiscendente, accetta supinamente le decisioni per quieto vivere, può essere pignolo e attento alla forma. L'insegnamento karmico 6, però, gli dà poca diplomazia e particolare concentrazione alle proprie esigenze, piuttosto che ai problemi altrui. Si lamenta per gli obblighi, tutto diventa un problema e la colpa è sempre di altri, mai propria. È poco adattabile, rigido mentalmente, ogni impegno diventa un peso.

### Considerazioni:

**1° aspetto:** ci troviamo di fronte a una persona molto instabile dal punto di vista mentale, una persona che da un lato ricerca una sorta di armonia, di pace, ma dall'altro si accende in un attimo, ha scatti d'ira furiosi, vuole fare tutto di testa sua e non è costante nelle cose. La chiave per migliorare leggermente la situazione è quella di organizzare un poco la mente di questo giocatore che, avendo **insegnamento karmico 6**, ha bisogno di ricevere

dall'allenatore precise indicazioni su quello che deve fare, su quello che si pretende e ci si aspetta da lui. Questo un po' migliorerà la situazione, darà al giocatore delle linee guida su cui poggiarsi e non gli farà pensare di avere mille cose da fare. Chiaramente, però, non ci si potrà aspettare che le indicazioni vengano poi seguite alla lettera perché di fondo questa persona ama mettere del suo in tutte le cose, desidera essere indipendente nelle scelte finali da prendere, ma questo forse produrrà un po' più di chiarezza nella sua testa.

**2° aspetto:** imparare a seguire la lezione del suo **destino**, il numero **4**, cioè realizzare cose solide e durevoli fatte con metodo e costanza (al contrario invece del suo **3° numero di sfida 5** che gli genera incostanza, tante iniziative cominciate e non portate a termine, instabilità), curare i particolari organizzando con attenzione, coltivare serietà, pazienza, resistenza, accettare le responsabilità dalle quali invece tende a fuggire. In ambito prettamente sportivo questo significa anche riuscire a garantire un rendimento costante durante tutto l'arco della stagione dedicandosi, magari con più attenzione, all'esecuzione di certi particolari, concentrarsi maggiormente su piccoli aspetti del gioco che, però, se garantiti in ogni partita, possono arrecare notevoli vantaggi alla squadra, essere più preciso nelle esecuzioni delle situazioni di gioco per garantirsi da una parte una certa sicurezza e certezza in campo e, dall'altra, per limitare le proprie iniziative individuali che poi tendono a generare confusione e disorientamento anche nei compagni di squadra. Inoltre sarà necessaria la ricerca di una stabilità affettiva, familiare, nei limiti di una persona che tende a stancarsi facilmente delle persone e delle cose. Essere però un po' più sereno dal punto di vista degli affetti (cosa invece totalmente assente ai tempi in cui lo allenavo) sicuramente

gioverebbe molto al suo equilibrio psichico e probabilmente lo renderebbe un minimo più malleabile anche in squadra.

<b>Giocatore 8 (27-07-1984)</b>	
Espressione	5
Determinazione	7
Apparenza	7
Destino	2
3°Numero di sfida	3
Quintessenza	7

**Linee di tensione 1-5-9 e 3-6-9:** l'attività lavorativa è fondamentale per la realizzazione personale, l'impegno professionale viene necessariamente messo al primo posto rispetto agli altri aspetti della vita. L'ambizione è molto forte, il successo è dovuto alle intuizioni, si lavora per la soddisfazione personale, per il prestigio; si tratta di una persona disposta a fare sacrifici per ciò in cui crede anche a discapito degli affetti. La linea 3-6-9 piena indica indipendenza di pensiero, pensiero forte, mente serena, aperta. Si predilige il ragionamento prima di esprimere o prendere decisioni, e c'è una forte sicurezza nelle proprie opinioni (presunzione). È più portato per le cose della mente che per quelle pratiche. Ha intelligenza intuitiva, creatività, ma anche molta emotività (dovuta al **9 forte**).

**Numero più frequente 9:** non controlla l'emotività, impressionabilità, ha bisogno di spazi-rifugio dove far riposare la mente, ha paura di esplodere. Assorbe tutto ciò che avviene intorno, si lascia condizionare eccessivamente, ha molta sensibilità per le sofferenze altrui.

**Linea 9-8-7 piena:** la pulsione più forte è quella di convincere gli altri della bontà delle proprie idee, agisce sugli altri avendo la capacità di influenzarli per realizzare sia grandi obiettivi che scopi personali. Influenza con il calore delle sue intuizioni, vuole essere una guida per gli altri.

**Determinazione 7:** desidera essere apprezzato per la propria saggezza, essere preso come esempio, non desidera essere criticato né consigliato, né vivere situazioni di stress, litigi. Ama momenti di solitudine, calma, silenzio, indipendenza a contatto con la natura.

**Linea 2-5-8:** abile nel rapporto con la gente, sa leggere nel cuore degli altri. Ottimo organizzatore di persone avendo la linea della testa piena. Persona autorevole, portata a dare ordini e anche opportunista, capace quindi di sfruttare gli altri a proprio vantaggio.

Considerazioni:

**1° aspetto:** si tratta di un giocatore estremamente bravo nel capire gli altri e ancora di più a influenzarli. Inoltre è una persona abbastanza sicura delle proprie idee e a cui piace poco essere criticato, anche se l'emotività molto alta e anche l'impressionabilità lo possono portare talvolta a farsi condizionare dal pensiero e dalle idee di coloro che ritiene degni di fiducia (o intellettualmente superiori a lui per cultura o conoscenze). All'interno del contesto squadra ci troviamo di fronte a una persona che non è bene mettersi contro, nel senso che poi potrebbe, con la sua influenza, condizionare il comportamento del resto del gruppo e quindi aprire delle crepe all'interno dello spogliatoio. Si tratta anche di un giocatore che dopo un anno, massimo due, in una certa posizione (per esempio nel ruolo di cambio, quindi come giocatore che entra dalla panchina e comunque si ritaglia uno spazio

importante) ha la necessità di vedere migliorato e maggiormente riconosciuto il suo status all'interno della squadra (sia per la sua **espressione 5**, che necessita sempre di cambiamenti, ma anche per la sua notevole ambizione); se questo non avviene può veramente diventare negativo e deleterio per l'armonia di squadra.

**2° aspetto:** diventa fondamentale per questa persona molto emotiva e facile agli scatti d'ira (**numero più frequente 9**) riuscire a seguire la propria **quintessenza 7** che lo invita a dirigersi verso la riflessione, verso lo studio e soprattutto verso il controllo dell'impulsività (ad esempio utilizzando esercizi di rilassamento e controllo prima di una gara proprio al fine di regolare questo suo esubero di infiammabilità ed emotività). A livello pratico si dovrebbe poi intervenire in due maniere: da una parte bisognerebbe fornirgli un programma specifico di lavoro pre-allenamento incentrato su sedute di rilassamento e consapevolezza interiore con la pretesa però che il giocatore le segua con costanza; dall'altra l'allenatore dovrebbe strutturare una-due situazioni tattiche di gioco esclusivamente per lui e far sì che durante la partita ogni tanto vengano chiamate e soprattutto riconosciute dalla squadra. In questa maniera si andrà a soddisfare il desiderio di considerazione di questo giocatore senza snaturare troppo l'organizzazione tecnico tattica della squadra.

<b>Giocatore 9 (02-02-1994)</b>	
Espressione	3
Determinazione	8
Apparenza	4
Destino	9
3°Numero di sfida	3
Quintessenza	3

**Linea di tensione 1-5-9:** l'attività lavorativa è fondamentale per la realizzazione personale, l'impegno professionale viene necessariamente messo al primo posto rispetto agli altri aspetti della vita. Ambizione molto forte, successo dovuto alle intuizioni, lavora per la soddisfazione personale, disposto a fare sacrifici per ciò in cui crede dimenticando gli affetti (ha piena anche la linea **1-2-3 con 1 dominante** e questo accentua la realizzazione di sé, la sua autostima e il credere nelle proprie capacità).

**Espressione 3:** ama il successo, essere il centro dell'attenzione, farsi notare, essere ammirato (la **determinazione 8** gli dà ulteriore desiderio di successo, di prestigio, di potere, oltre al fatto di avere tutto sotto controllo). Non sa vivere con leggerezza, non sa lasciarsi andare, pretende molto da se stesso e, a causa del suo desiderio di avere tutto sotto controllo, non accetta che una situazione non possa essere messa immediatamente a posto (ad esempio il fatto che in campo non riesca a fare canestro come vorrebbe e per questo non si dà pace perché non riesce facilmente a risolverla). Ha fiducia in sé e vuole la fiducia degli altri da usare come arma, lavora con l'intuizione

piuttosto che con lo studio, improvvisa (questo aspetto è accentuato dall'**insegnamento karmico 4** che lo rende poco preciso, non curante dei dettagli, dispersivo, mancante di senso pratico e di metodo). È un ottimista e ha una comunicativa naturale che lo porta ad avere bisogno di vedere e parlare sempre con qualcuno. Se non si diverte in quello che fa si deprime, non ama la routine, ma un lavoro creativo.

**3° numero di sfida 3:** la persona potrebbe manifestare da una parte eccessivo esibizionismo, loquacità esagerata, essere estremamente leggera e superficiale, preoccupata di piacere agli altri; dall'altra parte potrebbe manifestare invece intolleranza, critica di situazioni e persone diventando anche pettegola, pessimista, malinconica.

**Numero più frequente 9:** non controlla l'emotività e l'impressionabilità (esplosioni improvvise di rabbia, si accende), assorbe tutto ciò che avviene intorno (compresa per esempio la delusione del coach perché non lo vede preciso e "dentro" i giochi come vorrebbe). Si accende in un secondo (in due amichevoli ha già avuto due screzi molto pesanti con arbitro e avversari).

**Linea 2-5-8 piena:** comprensione empatica degli altri, sa leggere nel cuore degli altri e li sa sfruttare a proprio vantaggio (**8 dominante**), bravo organizzatore di persone. Si evidenzia comunque il suo buon cuore e la capacità di capire al volo chi gli sta vicino.

### Considerazioni:

**1°aspetto: Quintessenza 3,** cioè il cercare di stare a contatto con gli altri, comunicare ed essere ottimista. Nel suo caso specifico sarà fondamentale imparare a giocare insieme agli altri, con altruismo, senza per forza essere al centro dell'attenzione e nello stesso tempo diventare più preciso, più

rispettoso delle regole (lavorare sull'**insegnamento karmico 4**). Per questo secondo aspetto diventa fondamentale per l'allenatore programmare e strutturare situazioni tattiche che aiutino la mancanza di precisione ai dettagli del giocatore (fondamentale non proporre troppe soluzioni diverse o che si prestino a interpretazioni soggettive, ma dare la priorità a schemi chiari, precisi, con poche letture pretendendo il loro assoluto rispetto), ma che al tempo stesso non limitino totalmente il suo estro, la sua creatività.

**2° aspetto:** con un 9 forte, in eccesso, è facile prevedere che nei momenti di difficoltà, di trance agonistica, il giocatore possa ulteriormente accentuare le sue caratteristiche di imprecisione, protagonismo, individualismo, emotività. Importante sarà quindi rendere consapevole il ragazzo di queste sue peculiarità e soprattutto di questi suoi momenti, e contemporaneamente intervenire con esercitazioni che possano fare da calmiera a questo 9 forte. A livello pratico l'allenatore potrà prevedere sostituzioni nei momenti di eccessiva emotività o scelta di situazioni tecniche che possano limitare o incanalare l'esuberanza del giocatore (per esempio schemi che portino l'atleta ad essere per alcuni momenti al di fuori del fulcro del gioco oppure che, al contrario, lo premiano con un movimento in suo favore). In generale, considerata la sua notevole emotività e incostanza di rendimento, sarà fondamentale trovare un punto saldo sul quale appoggiarsi durante le partite. L'aspetto da cui partire credo sia la solidità difensiva che il giocatore dovrà garantire in ogni sua prestazione e che potrebbe calibrare la sua mente su un concetto chiaro, evidente, concreto e non dipendente da emozioni come invece sarebbe l'efficacia del suo tiro (generalmente infatti il suo andamento positivo o negativo in campo è conseguenza del fare o meno canestro da fuori)

<b>Giocatore 10 (26-08-1987)</b>	
Espressione	1
Determinazione	5
Apparenza	5
Destino	5
3°Numero di sfida	1
Quintessenza	6

**Apparenza 5:** appare come una persona vitale, divertente, irrequieta, senza schemi rigidi o attaccamento alle regole e alle convenzioni, come uno che sa godersi la vita da tutti i punti di vista (unito anche a **Determinazione 5** che lo spinge a desiderare di essere veramente libero, senza legami stretti né impegni o responsabilità assillanti e vincolanti).

**Quintessenza 6:** la direzione è verso l'aiuto agli altri. È sicuramente portato a essere disponibile verso gli altri, avendo tre 2; allo stesso tempo, avendo solo due 9 e espressione 1, potrebbe prevalere l'individualismo. Questo aspetto delle responsabilità, di poter essere uno che traina e aiuta gli altri, potrebbe rappresentare un problema per lui a causa della sua **espressione 1**, quindi persona determinata, coraggiosa, che risolve i problemi e prende le decisioni per sé velocemente senza chiedere pareri, che vuole essere ascoltato e considerato, che tende a operare in solitudine, a stare sulle sue. Parallelamente il suo **3° numero di sfida 1** lo porta a perdere fiducia in sé, a evitare di primeggiare (avendo anche **insegnamento karmico 3** diventa poi anche poco comunicativo, taciturno, tendente all'isolamento, non vuole

mettersi in mostra, rimane nel suo). Avendo anche un **2 forte (con 7** presente nella griglia) non è una persona che si espone, teme il giudizio e per questo si tiene tutto dentro, motivo per cui sarà difficile fargli dire quello che prova realmente, poiché non esprime le proprie emozioni negative, anzi le nega, mostrando il sorriso anche quando le cose non vanno bene. Potrebbe però crearsi un ruolo di leader se fosse più disponibile a dare buoni consigli agli altri (cosa che però non farebbe mai di propria iniziativa) anche se la chiave per lui sarebbe quella di interessarsi maggiormente agli altri, alle loro problematiche, per favorire una migliore armonia.

**Linea di tensione 4-5-6:** forte personalità, dà un'impressione di dominio, può provocare soggezione negli altri per la sicurezza di comportamento che dimostra (avendo anche **4 forte** è sicuramente molto attento ai particolari e pignolo, anche se il **5 altrettanto pesante** lo rende anche frenetico, magnetico). Questa linea di tensione potrebbe aiutare la sua leadership se andasse incontro agli altri, perché in caso contrario i compagni lo percepirebbero come una persona affidabile, anche se un po' dura, nonostante l'**apparenza 5** mitighi questa sua asprezza. La disponibilità verso gli altri potrebbe renderlo una persona ricercata per la sua capacità organizzativa, anche se la sua tendenza a non esporsi ed essere individualista (**espressione 1**) rende la cosa complicata. Ha dimostrato le sue fissazioni e le sue nevrosi quando ha voluto cambiare casa: il primo motivo era perché non c'era il bidè, il secondo invece derivava dall'idea cervellotica che fosse il materasso troppo duro a provocargli mal di schiena (tanto che poi lo ha voluto sostituire a tutti i costi). All'interno del sistema di gioco si nota come mal sopporti le situazioni in cui non c'è ordine, dove magari un giocatore prende iniziative personali che non dovrebbe prendere (nel secondo quarto

di una partita è esplosivo con i compagni perché non avevano fatto i giochi che l'allenatore aveva detto loro due minuti prima; l'esplosione è stata forte, quindi è passato in un attimo dalla calma e dalla simpatia a uno scatto d'ira importante). Lui però non esprime questo suo disappunto a parole al compagno; è solamente nel cambiamento della sua espressione facciale (diventa più serio, meno sorridente) che si nota come qualcosa non gli sia andato bene (l'esecuzione precisa dello schema da parte sua e dei compagni è una cosa molto importante per lui, la pretende), anche se poi magari è lui stesso che interpreta lo schema con qualche sua variante o giocata personale.

### Considerazioni:

**1° aspetto: Destino 5**, flessibilità, imparare ad adattarsi ai cambiamenti, alle nuove vicissitudini della vita, evitare di attaccarsi troppo alle abitudini. Sarebbe importante per lui capire che non tutte le esperienze sportive vissute sono uguali, così come non lo sono i compagni di squadra (ad esempio sulle mancanze societarie riguardanti assenza di materiale, pulmino e altro reagisce con ironia e facendo battute, ma si nota come dentro di sé si stia trattenendo e stia soffrendo). Sarebbe utile per lui imparare ad accettare diversità di proposte didattiche e comportamenti di alcuni compagni di squadra sul campo non in linea con quanto lui si aspetterebbe (in relazione a quanto stabilito dalle regole di gioco inserite dall'allenatore) o che ha visto succedere in precedenti stagioni sportive; questo gli farebbe vivere meglio la situazione, con meno sofferenze. **Destino 5** lo invita anche a essere versatile, a fare più cose insieme e questa cosa tradotta in senso tecnico potrebbe voler significare non limitarsi a fare il ruolo che è sempre stato suo in campo, ma aprirsi alla possibilità di sperimentarne altro (quindi saper giocare in più ruoli).

**2° aspetto:** la sua **quintessenza 6**, se seguita, sicuramente gli gioverebbe parecchio. Lo invita a direzionarsi verso l'aiuto agli altri (che quindi non devono essere solo criticati per gli errori che fanno, ma incoraggiati e sostenuti e soprattutto da lui avvicinati e fatti sentire più accettati), verso l'armonia e l'accettazione delle responsabilità (accettare per esempio il ruolo di guida positiva per i propri compagni, guida che sa trovare sempre aspetti positivi per aiutare e motivare gli altri). Questo sarebbe per lui motivo di grande crescita e serenità interiore. A livello tecnico, pur avendo lui il ruolo di playmaker, quindi diciamo di guida e ordine per i compagni, si evidenzia spesso l'influenza “negativa” dei suoi numeri principali (espressione 1 e determinazione 5) nell'organizzazione del gioco. Sovente, cioè, diventa un giocatore anarchico che esce dagli schemi per prendere soluzioni forzate e individuali, pur avendo poi consapevolezza dei propri errori una volta tornato a mente lucida. Diventa quindi cruciale il ruolo dell'allenatore che dovrà lasciare meno libertà di scelta nelle chiamate dei giochi a questa persona, ma essere molto più direttivo, in maniera da limitare i suoi momenti di individualismo e incanalarlo dentro tracce tecniche più definite.

<b><i>Giocatore 11 (15-07-1991)</i></b>	
Espressione	1
Determinazione	9
Apparenza	1
Destino	6
3°Numero di sfida	3
Quintessenza	7

**Apparenza 1:** appare come una persona sicura di sé, determinata, che sa quello che vuole, uno che parla poco, ma che preferisce agire, un bravo organizzatore (aspetto sicuramente confermato dalla **Linea di tensione 4-5-6** che aumenta negli altri l'idea di una persona sicura nel comportamento, che provoca quasi soggezione. Avendo un **4 forte**, poi, questo giocatore è realmente una persona molto attenta ai particolari, pignolo, quasi maniacale, con grande senso del dovere.

**Linea di tensione 1-5-9 (con Bilancia):** Genera insicurezza e dubbi continui sul fatto che non si abbia fiducia in lui, proprio perché è lui il primo a essere insicuro senza ragione, a essere incline al dubbio e troppo dedito all'introspezione.

**Determinazione 9:** è sicuramente una persona che si infiamma in certe situazioni, anche se di base appare controllato avendo solo due 9 nella griglia. È sicuramente anche molto sensibile e comprensivo con un'ottima apertura mentale (per esempio è molto curioso di conoscere nuove cose, non è

per nulla chiuso alle novità).

Considerazioni:

**1° aspetto: Destino 6**, cioè l'accettare serenamente le responsabilità, porsi al servizio degli altri con dolcezza e calore, essere adattabile e cercare di realizzare l'armonia intorno a sé, evitando i contrasti. Avendo **Bilancia e linea di tensione 1-5-9** e **insegnamento karmico 3** non è semplice per lui assumersi responsabilità sia per mancanza di fiducia in sé, sia perché tende a stare sulle sue, a non esporsi, essendo privo di 3. In aggiunta, una personalità 1 tendenzialmente prova a fare di testa propria piuttosto che collaborare e stare con gli altri.

**2° aspetto: Quintessenza 7** significa dirigersi verso la riflessione, lo studio e soprattutto il controllo dell'impulsività (che la determinazione 9 sicuramente gli provoca). Quintessenza 7 è importante anche per alleggerire il carico derivante dall'essere troppo pignolo e dal fatto di porsi sempre dubbi e insicurezze sulle proprie capacità (ecco che dedicarsi a pratiche di rilassamento fisico e mentale prima di una partita o anche durante tutto l'arco della settimana, potrebbe essere di grande giovamento per la sua tranquillità interiore).

A livello tecnico si tratta di un giocatore che ha bisogno di prendere fiducia, di sbloccarsi ogni volta emotivamente (e l'unica modalità di sblocco per lui è il fare canestro da fuori) per riuscire a fornire prestazioni all'altezza. In questo è assai importante il ruolo dell'allenatore che deve prevedere situazioni tattiche di gioco dove il giocatore sia molto cercato dai compagni e possa prendere subito fiducia a livello realizzativo. Essendo una persona molto precisa e abitudinaria, sentire direttamente il suo parere relativamente

a quali schemi negli anni lo hanno fatto sentire più a suo agio sarebbe sicuramente una modalità operativa assai efficace. In questa maniera il giocatore sentirebbe grande fiducia nei suoi confronti da parte dell'allenatore e quest'ultimo potrebbe risolvere più facilmente il problema di come farlo “sbloccare” più rapidamente possibile in partita.