

MIT ÉRTEK ALLEGRIZMUS ALATT?

Sportszeretők és futballimádók: a nevem Massimiliano Allegri. Tősgyökeres livornói vagyok, vérbeli toszkán, aki büszkén vallja, hogy arról a területről származik, ahol a dallamos és rendkívül gazdag olasz nyelv született. Egész életemben a focilabdát követtem. Aztán közel negyven év sportpályafutás – előbb játékosként, aztán edzőként – után úgy döntöttem, előveszem a jegyzeteimet, amelyek elkísértek az úton. Ezek a feljegyzések adnak most bátorságot és erőt, hogy megosszam veletek a tapasztalataimat. Ez a könyv egyrészt vallomás mindarról, amit a foci világában megtanultam, másfelől pedig annak bemutatása, hogy miként alkalmaztam a tanultakat, és hogyan alakítottam ki általuk a saját hitvallásomat a sportról, a labdarúgásról.

Nem az a célom, hogy bálványozzam magam. A következőkben inkább a karrierem során elkövetett hibáimat veszem sorra, és azt mutatom be, miként váltam általuk egyre tudatosabbá. Mindannyian követünk el hibákat, ez elkerülhetetlen. Meggyőződésem viszont, hogy engem elsősorban a hibák vittek előre az évek alatt. Rávilágítottak, hogy ha nem is kell a nulláról újrakezdenem, de át kell gondolnom bizonyos dolgokat,

amelyekhez azelőtt ragaszkodtam, és amelyek nem bizonyultak hatékonyak.

A klubedzői felfogásomat részben a személyes tapasztalataim alapozták meg, de nem csak azok. Alapvető jelentőségű volt számomra, hogy összemértem magamat másokkal. Amikor még mezben és sportszárban küzdöttem a pályán, a játékosársaimmal, aztán pedig mostani kollégáimmal, az edzőkkel. Úgy gondolom ugyanis, hogy egy jó edző számára megkerülhetetlen, hogy újra és újra összehasonlítsa magát az ellenfeleivel. Igyekeztem mindenkitől tanulni. Mindenkitől a környezetemben, akár egy kisgyerek, akiben túlcserél a vágy, hogy mindent megismerjen, és ezáltal egyre jobbra váljon.

Összefoglalva: a személyes tapasztalataimmal vágtam neki ennek a hosszú útnak. Elfogadtam, hogy a frontvonalon élek, a legmagasabb szinten vagyok jelen, és mindig mindenhez az arcomat adom. Csakis így tehettem szert ennyi ismeretre... és ez az adatbázis rendkívül fontos számomra.

Ahogy már említettem, ehhez adódik hozzá az a hajlandóság, hogy összehasonlítsam magamat az ellenfelekkel és a kollégákkal – persze e kettő gyakran ugyanazokra vonatkozik.

De a tanulási folyamatomnak van egy harmadik, a szívemnek különösen kedves állomása is. A személyes tapasztalaton és az összehasonlításon kívül mindig is próbáltam jobbra tenni, képezni magam, könyveket és szakfolyóiratokat olvasni, konferenciákon részt venni: mindezt azért, hogy edzőként szabad legyek.

Mert úgy tartom, a szabadság a tudás gyermeke: minél jártasabb valaki valamiben, annál inkább képes olyan döntéseket hozni, amelyeket a kényszer helyett a választás szabadsága szül.

Rengeteget olvastam a fociról. De nem csak a fociról, meggyőződésem ugyanis, hogy egy csoport irányítása és igazi „csapattá” formálása csak azok számára lehetséges, akik rendelkeznek vezetői képességekkel. Olyanokkal, amelyek túlmutatnak a játék technikai-taktikai ismeretén. Ezért vettem részt számos alkalommal vállalatvezetői tanfolyamokon: úgy gondolom ugyanis, hogy egy focicsapat nem sokban különbözik egy nagyvállalattól, ahol mindenkinek megvan a saját feladata, és a végeredmény a csapattagok – minden egyes csapattag – hatékony munkájának függvénye.

E ponton szeretnék egy konkrét példával szolgálni, egy kollégám megfigyelését fogom megosztani veletek. Egyszer, amikor egy kosárlabdáról szóló cikket olvastam (igen, a kosárlabdából is rengeteget lehet tanulni), elbűvölt egy metafora, amelyet egy kiváló edző használt, hogy lelkesítse egy fontos meccsen a kezdő ötösét. Az edző, akinek nem akarom leírni a nevét, úgy beszélt a játékosaihoz, mintha egy kéz öt ujjá volnának. Ezt mondta például az irányítónak: „Te vagy a legkisebb, de nálad van legtöbbször a labda, a te feladatod felépíteni a játékot. Olyan vagy, mint a kisujj: elsőre kevésbé tűnsz fontosnak, de próbáljátok valamit megmarkolni a kisujjatok nélkül, és meglátjátok: jóval erőtlenebb lesz a szorítás, mint akkor, ha részt vesz benne a kisujj is. Ez rátok, többiekre is érvényes: a center olyan, mint a középső, leghosszabb ujj. Próbáljátok összezárni a kezeteket a középső ujjatok nélkül: elvész a fele erő. És a mutatóujj, vagyis a dobóhátvéd? Mennyi ereje van a kéznek mutatóujj nélkül? Ugyanez vonatkozik a szintén nélkülözhetetlen gyűrűsujjra is. És végül a hüvelykujj: bumfordinak tűnik és terebélyesnek, de ha ökölbe szorítjuk a kezünket, a hüvelykujjunk zárja le a többi

ujjunkat, az teszi a kezünket bevehetetlen erődtéménnyé.” Egy ilyen metafora nem hagyhat hidegen egy vérmes livornóit, már csak azért sem, mert a városom számos oldalt írt tele az olasz kosárlabda történetében.

A kosárlabdához hasonlóan a labdarúgás is egy csodálatos, sok-sok elemből összeálló csapatsport. Sosem egyetlen játékosnak köszönhető a győzelem, hanem az egységnek, a csapatnak. A nézők és az újságírók számára a csapat jelenti a kirakatot, de a csapat mutatja meg az egész klub működésének hatékonyságát, a csapat testesíti meg az alkalmazottakat és a kiszolgáló személyzetet is. Egy olyan csapat, amely mögött nincs tökéletesen működő struktúra, nyerhet egy, kettő, három mérkőzést, de nagyon nehezen képzelhető el, hogy elhódítja a bajnoki címet, vagy fontos nemzetközi trófeát nyer.

Mindezek a felismerések hozzátettek valamit a mai Massimiliano Allegrihez, aki olyan ember és edző, akit a tapasztalatai vértettek fel, és az örök vágy, hogy jobba váljon. Nemcsak az ismert latin mondás miatt vágtam bele, hogy írásba foglaljam a gondolkodásom alapjait, mely szerint *a szó elszáll, az írás megmarad*, hanem azért is, hogy világosabb legyen, mit miért teszek.

Ha kérkedni szeretnék az intellektusommal – biztosíthatlak titeket, hogy szó sincs ilyesmiről –, azt mondhatnám, ami következik, az a saját filozófiám. A szemléletmód, ahogyan a sportot és különösen a labdarúgást látom. E ponton akár meg is kérdezhettétek: miért csak most írom meg mindazt, amit megtanultam negyven év alatt? A válasz nagyon egyszerű: mert csak most jutottam el oda, hogy kellő távolságból tudjam megítélni a módszereket, amelyek segítségével a labdarúgást

tanítom. Ezért döntöttem úgy – és megerősített ebben néhány olyan ember kedvező véleménye is, akik jól ismernek –, hogy elérkezett a pillanat az írásra. Arra, hogy kézzelfogható tanúbizonyosságot tegyek az edzői hitvallásomról. Ebben a könyvben kifejtem azokat az alapvető szabályokat, amelyeket megélt helyzetekben alkalmaztam edzőségem hosszú éveit alatt; valamint bemutatom nektek, hogyan zajlik egy munkahetem. Na igen, a fociedző számára a munkahét a legfontosabb intervallum.

Hadd magyarázzam meg bővebben. Egy topligás csapat edzőjének a mindennapjaiban rengeteg helyzet ismétlődik, melyek szükségességük vagy halaszthatatlanságuk miatt heti rendszerességgel mindig ugyanúgy, ugyanabban a ritmusban követik egymást. Egy fociedzőre és a csapatára – ha a tévéközvetítés miatt át nem rakják a meccset egy másik napra – vasárnap mérkőzés vár; hétfőn pihenőnap következik, kedden pedig az előző meccs megbeszélése, és megkezdődik a felkészülés a következő összecsapásra.

Nos, megpróbáltam felvázolni nektek egy átlagos hetemet, persze az átlagos, „normális” munkahetek mellett számolnunk kell azokkal a periódusokkal is, amikor hétközben nemzetközi kupamérkőzéseket vagy bajnoki meccseket is játszunk. Tudjátok jól, a mai fociban már alig marad olyan hét, amikor *csak* a hétvégére kell készülni, mert a fent említettekén kívül egyéb hétközi elfoglaltságok is akadnak, mint az Olasz Kupa, a Szuperkupa vagy az UEFA-Szuperkupa.

Úgy döntöttem, a következőkben taglalt témákat 32 szabályra osztom, hogy megkönnyítsem ennek a könyvnek az olvasását. Az *Ilyen egyszerű* nem csak tanítási célból íródott, ez leginkább az én történetem. Egy edzőé, aki mindenekelőtt ember.

Ez a 32 szabály nem más, mint megannyi vezérelv, melyek különböző gondolati sémák továbbfejlesztésére szolgálnak. Számomra nélkülözhetetlen sarokkövek, amelyeknek a használata és a megtanítása is elengedhetetlen a véleményem szerint.

A 32 egy klasszikus tökéletlen szám. Ez is rám vall: nem tökéletes könyvet akartam írni, hanem egyfajta vallomást arról, hogy milyen vagyok, és mindarról, amit megtanultam. A könyv lapjain rábízom az énem egy részét mindazokra, akik elolvassák a most következő szabályokat. Megírhattam volna a hitvallásomat 30 szabályban is, vagy mondjuk lehetett volna 33, ami kétségkívül jelentősebb érzelmi töltettel rendelkezik. De nem, az én világom, illetve az, ahogyan a sportot és a focit megélem, pontosan 32 szabállyal írható le. Az enyémeikkel. Amiket most megosztok veletek.

Jó olvasást, és köszönet mindenkinek!

A

32

SZABÁLY

Partvonal

Partvonal

1. SZABÁLY:

HA KEVESEBBET
TANÍTOTTAK VOLNA
NEKÜNK, TÖBBET
TANULTUNK VOLNA

Nem vagyok tanár, ezért az első szabály kifejtését inkább egy viszonylag friss élettapasztalatom fölelevenítésével kezdem. Az egyik barátom küldött nekem egy fotót. Egy falat ábrázolt a kép, amelyre a következőt írta fel valaki: „Talán, ha kevesebbet tanítanak nekünk, többet tanultunk volna.”

Elgondolkodtam a mondat értelmén, és eszembe jutott az a két héttel korábbi eset, amikor a Juve U23-as csapata elleni barátságos meccsen teljesen szokatlan taktikával játszottam a srácokat. Olyannyira szokatlan volt, hogy semmilyen utasítást, semmiféle instrukciót nem adtam a játékosaimnak.

Feltűnt, hogy az első negyedórában a fiúk kissé tanácstalanok, de én csak ültem tovább a kispadon, és szótlánul figyeltem a meccset. Azt is észrevettem, hogy három-négy perc után a fiatal hátvédem, Daniele Rugani elkezdte irányítani a többieket. Ez spontán reakció volt a részéről, így próbálta szervezettebbé tenni a játékot. Elkezdett önállóan gondolkodni, és szerintem ez roppant pozitív dolog, mert igaz ugyan, hogy az edző nem hagyhatja magukra a játékosait, másrészt viszont nem szabad ketrecbe zárnia sem őket a szigorú taktikai sémákkal, amelyek gátolják az önálló kezdeményezést.

Ez a megközelítés érvényes a legfiatalabbakra és az olyan tapasztalt labdarúgókra is, mint az én futballistáim a Juventus első csapatánál: fel kell őket építeni, irányítani kell őket, ugyanakkor meg kell őket tanítani az önálló gondolkodásra.

Nem is fejtegetem ezt most tovább, mert a következő szabálynál úgyis visszatérünk még ehhez. Ezúttal csak annyit szeretnék kiemelni, hogy az egyes játékosok kezdeményezőkézsége roppant fontos az olyan esetekben, amikor szabadon, anélkül dönthetnek, hogy az edző a szájukba rágta volna, mit lehet, és mit kell tenniük.

Tanítani a legnehezebb mesterség a világon. Tudják ezt a szülők, akik csemetéik első oktatói; és tudják a tanárok is, akik az iskolában helyettesíteni kezdik a szülőket, vagy legalábbis új ismeretek közvetítőiként jelennek meg az anya és az apa figurája mellett. Megítélésem szerint a sport világában a tanítás mégsem mesterség, sokkal inkább feladat. Az élet előbb-utóbb mindnyájunknak megtanít valamit.

Természetesen több tucat, a tanításról szóló elmélet létezik, és mindegyikből tanulhatunk valamit. A saját elképzelésemet ismét egy gyakorlati példán keresztül szeretném bemutatni. Tegyük fel, hogy egy kisgyereket kell megtanítanunk cipőfűzőt kötni.

Egyszerű, de roppant fontos dolog, hiszen egész életében szüksége lesz rá. Sokféleképpen sajátíthatja el a mozdulatsort, az én dolgom csupán az, hogy megmutassam neki, hogyan kell csinálni – vagy legalábbis nekem hogyan tanították ezt annak idején. Aztán hagynom kell, hadd próbálja meg egyedül, még ha az elején bizony hibázni is fog.

RÓLAM MONDJÁK

CARLETTO MAZZONE

„Max edzője voltam a Napolinál.
Aranyos srác volt, szerethető,
de nem szakadt bele a munkába.
Nehezen beszélte a nápolyi nyelvjárást.
Keveset játszott, de jól, hasznosan.
Az álmodott dicsőséget nem játékosként,
hanem edzőként érte el. Mindig nyerni
akart, nagyon technikás volt, de sok múlt
a pillanatnyi hangulatán.”

ALEX FERGUSON

„Kivételes edző, aki erős csapatá
formálta a Juventust.”

Meggyőződésem, hogy ha nem jól értett valamit, ki kell javítani a cipőfűzőkötéssel bíbelődő srácot, de anélkül, hogy le-törnénk a kreativitását: útmutatást kell adnunk számára, hogy mekkora és milyen erős legyen a cipőfűzőn a csomó. Ha túl sok információt közvetítünk felé, fennáll a veszélye, hogy összeza-varodik. Ha viszont megtapasztalja, hogy a cipőfűző két lépés után kioldódik, rájön: mindez azért történt, mert nem húzta meg eléggé a csomót. Ekkor nem szabad leszúrni, inkább biz-tatni kell, hogy próbálja meg újra bekötni a cipőfűzőt, és húzza meg jobban. Nem szükséges ismét megmutatni a szerintünk he-lyes mozdulatot. Lehet, hogy csúnyácska lesz a csomó, de tartós.

Ez esetben akkor értük el a célunkat, ha a gyerek megérti, hogy egy szép, de laza csomó kevésbé hasznos, mint egy csú-nya, de erős, ami a lábán tartja a cipőt séta és futás közben is. A szépség jön majd magától, de az egy következő lépés: látja például az én cipőfűzőm csomóját, vagy még inkább, megpró-bálja leutánozni a nagyobb gyerekeket – talán éppen az öltöző-ben, egy focimeccs előtt.

Azért tartom fontosnak a cipőfűzős példát, mert mindig is zavart, hogy nagyobb hangsúlyt szokás fektetni a tanításra, ahelyett, hogy az önálló elsajátításnak biztosítanánk teret. Így van ez a foci világában is: már-már túszai vagyunk a tudomány-nak, minduntalan számokkal bombáznak minket (melyek per-se a legtöbbször hasznosak), és közben hajlamosak vagyunk elfelejteni, hogy a minőségi különbséget mindig a technikai minőség, a leleményesség jelenti, az egyéni játék, ami új terüle-teket nyit, helyzetek kialakításához segít, gólokat eredményez.

Mindenáron a szabványosra szorítkozni szerintem beha-tároltsághoz vezet – vagyis végső soron vereséghez. Beszélünk

majd még erről egy másik szabály kapcsán is, mert véleményem szerint nem lehet eléggé hangsúlyozni, hogy az egyszerűséget kell megtanítani, és nem szabad olyan rendszerbe integrálni a srácokat, ami fullasztó nekik.

Visszatérve a cipőfűzős példánkhoz: a játékos, ha az edzője bizalommal fordul felé, és hagyja élni, játszani, ugyanúgy elszakítja majd a taktikai finomságokat, ahogy a cipőfűző bekötését a kisgyerek. Sosem riadtam meg az előttem tornyosuló akadályoktól, nem akartam megkerülni őket, inkább megküzdöttem velük. Mára, sok-sok év után szinte már vágyom rá, hogy újabb torlaszok kerüljenek az utamba.

Hogyhogy? – kérdezitek most biztosan. Nagyon egyszerű: az akadályok által fejlődöm, kiteljesedek, az akadályok segítenek nekem jobbra válni. Hogyan tanulna meg a kisgyerek cipőfűzőt kötni, ha sosem találkozna az akadállyal, hogy ha nem köti be, akkor elveszíti a lábbelijét? Ha megkerülné az akadályt, vagyis sosem viselne fűzős cipőt, sosem tanulná meg, mit jelent a kényelmes, passzentes cipő. Az akadály tehát azért szükséges, mert a leküzdésével új lehetőségek nyílhatnak előttem, és megismerhetek új elképzeléseket és megoldásokat.

És mi a helyzet a focival? Elgondolkodtatok már rajta valaha, miért játszik jobban egyik-másik csapat, ha kiállítják egy játékosát? Ez esetben a piros lap kétségkívül akadály, amely híján sosem derülne ki, hogyan tud (jól) játszani a csapat emberhátrányban.

**Az akadály azért szükséges,
mert a leküzdésével
új lehetőségek nyílhatnak
előttem, és megismerhetek
új elképzeléseket
és megoldásokat.**

Noha korábban senki sem tanította meg, mit kell ilyenkor tennie, a proaktív, kreatív játékos ebben a helyzetben jobban fog teljesíteni, mint az, akinek mindig mindent a szájába rágtak, és ezzel a kezdeményezőkézsége odalett.

Így jutunk vissza az edző ideális munkahetének bemutatásához. A fent leírt cipőfűzős példa ugyanis vonatkozhat akár a meccs utáni első edzésre is. Ilyenkor az edző csak a fitt, egészséges játékosokkal tud foglalkozni, míg az esetleges sérültek, vagy akik túlságosan kihajtották magukat az előző találkozón, és össze kell szedniük az erejüket a következő mérkőzésre, pihennek. Ez a nap a hétfő, ha nemzetközi megmérettetések vagy más hétközi mérkőzések várnak a csapatra, esetleg a kedd, ha csak a hétvégi bajnokira kell készülni. A hétfő vagy a kedd taktikailag laza nap, legfeljebb a videózás során esik róla pár szó, de a pályán az egyéni kezdeményezéseké a főszerep. Mindenki bekötheti magának a cipőjét, a legjobb tudása szerint.