

Biofidbek na svetskom prvenstvu u fudbalu 2006.

«Oružje Italijana je u njihovim glavama»

AARON DERFEL, The Gazette (časopis Gazet)

Štampan: Subota, 8 jul,2006

Kada Italija sutra bude igrala protiv Francuske u finalu svetskog prvenstva, neki od njenih najboljih igrača će se oslanjati na tajno oružje.

Čipele sa specijalnim klinovima? Ne. Šorcevi koji utiču na to da se trči brže? Ma, ne.

Tajno oružje koje je u pitanju zove se Mind Room (Umna Soba) i razvijeno je u Montrealu.

Mesecima pre ovog događaja najmanje četiri igrača Italijanske nacionalne reprezentacije trenirali su u Mind Room da bi se mentalno pripremili za odlučujuće momente na svetskom prvenstvu. Iako je Mind Room locirana u Italiji, biofidbek oprema je stvorena i razvijena u fabrici Thought Technology Ltd. iz Montreala.

Napadač Alberto Gilardino, odbrambeni igrač Alessandro Nesta kao i igrači sredine terena Andrea Pirlo i Gennaro Gattuso, svi su se «kleli» u efikasnost ProComp uređaja, osnovnog uređaj Mind Room-a. Iako je Nesta povređen, ostala trojica će sigurno igrati u finalu.

«Ove momke je trenirao Bruno De Michelis, upravnik sportskih nauka AC Milan, da budu sposobni da se fokusiraju, da se koncentrišu i da uđu u zonu svog vrhunskog izvođenja.»-kaže Lawrence Klein, vice predsednik Thought Technology. «Neosporno je da je mentalna priprema ključna razlika pobednika, jer su svi ovi momci u drugoj ekipi neobično talentovani i fizički spremni. Naši instrumenti pomažu sportistima da dosegnu optimalno stanje uma.»

U «Vežbaonici Uma», sportisti su udobno smešteni u stolicu sa naslonom, na njihova tela i glavu priključeni su senzori ProComp uređaja koji mere brojne fiziološke signale-moždane talase, mišićnu napetost, disanje, puls. De Michelis ih onda trenira da koriste svoj um i postignu meditativno stanje.

Sledeći korak je učenje sportista da održe takvo stanje dok vizualizuju u svom umu svoje sportsko izvođenje. Često gledaju i video snimke svoje igre u ključnim situacijama.

Ako imaju neki poseban problem, kao što je promašeni penal ili pogođena stativa-De Michelis će ih trenirati da se mentalno relaksiraju. On to radi tako što ih prvo uvede u meditativno stanje i tada im pokaže video snimak njihovog lošeg izvođenja nekoliko sekundi. Prirodno, njihovi mišići će se momentalno stegnuti i skočiće im krvni pritisak dok gledaju propušteni gol. Ali, De Michelis će ih naučiti kako da se ponovo relaksiraju.

Psiholog će to ponavljati sve dok igrač ne bude sposoban da gleda svoje loše izvođenje od početka do kraja a da pri tome ostane u meditativnom stanju.

Ideja je da kada dođu u kritičnu situaciju i treba da šutiraju penale igrači budu tako fokusirani, tako mentalno spremni da neće promašiti. Oni će biti sposobni da uspore svoj puls kada ne moraju da trče, i tako će štedeti svoju energiju. I to će raditi a da čak ne moraju ni da razmišljaju o tome (automatska veština).

«Sportisti će moći da postignu takvo stanje uma kada su suočeni sa velikim izazovima.»-tvrđi Hal Meyers, izumitelj ProComp uređaja, koji ima doktorat eksperimentalne medicine.

Klein i Meyers, obojica zaljubljenici u sport, osnovali su Thought Technology 1974. godine da bi pravili instrumente za ljude koji se oporavljaju od ploga i drugih medicinskih problema. Ali, ubrzo su shvatili da se njihova biofidbek tehnologija može lako i efikasno primeniti u sportu...(članak se može pročitati preko interneta na adresi: <http://www.canada.com/montrealgazette/news/story.html?id=f0289b54-accl-4710/899d-e...>