



Sport - Tennis, Roland Garros, Sabalenka in crisi: "Sono caduta in un buco nero mentale, ora vorrei solo smettere di giocare"

Roma - 04 giu 2026 (Prima Notizia 24) Aryna Sabalenka, principale favorita del Roland Garros, è stata eliminata nei quarti di finale da Diana Shnaider dopo una drammatica rimonta. La bielorusca, inizialmente in controllo, ha subito dieci game consecutivi, manifestando vulnerabilità e prostrazione.

Il tabellone femminile del Roland Garros perde la sua principale favorita al termine di un match dai due volti, che lascia pesanti strascichi psicologici sulla leader del ranking mondiale. Aryna Sabalenka è stata eliminata nei quarti di finale dello Slam parigino per mano di Diana Shnaider, capace di firmare una rimonta che fino a metà del secondo set appariva calcisticamente e tecnicamente impossibile. La giocatrice bielorusca ha mostrato un volto profondamente provato e vulnerabile davanti ai giornalisti, esordendo con una dichiarazione che fotografa perfettamente il suo stato di prostrazione: "In questo momento vorrei solo smettere di giocare a tennis". L'andamento della sfida accentua la portata del trauma sportivo patito dalla numero uno del tabellone. Dopo essersi imposta con apparente facilità nella frazione d'apertura, Sabalenka si era portata a condurre per 5-3 nel secondo parziale, arrivando a impugnare la racchetta per servire e archiviare definitivamente la contesa. In quel preciso istante si è verificato un blackout totale: la campionessa in carica ha incassato una striscia negativa di dieci game consecutivi a beneficio della Shnaider, abbandonando anzitempo il torneo senza opporre ulteriore resistenza. Nella successiva disamina tecnica, Sabalenka ha ripercorso quel drammatico snodo agonistico: "Ho avuto opportunità importanti per chiudere la partita nel secondo set. Le ho sprecate e lei ha iniziato a giocare con grande determinazione. Mentalmente non sono più riuscita a riprendermi dopo quel parziale. Credo di essere caduta in un buco nero molto profondo e non sono riuscita a uscirne. Non ricordo nemmeno l'ultima volta che mi è capitato di perdere dieci game di fila". Il focus delle dichiarazioni si è rapidamente spostato dagli aspetti puramente atletici alle dinamiche interiori che condizionano le sue prestazioni nei momenti di massima pressione agonistica. La tennista ha ammesso di soffrire la tendenza a perdere la lucidità tattica quando l'ansia da prestazione prende il sopravvento: "Forse penso troppo a non sbagliare. Inizio a rimuginare, divento troppo emotiva e perdo il controllo. Commetto errori semplici e dall'altra parte l'avversaria prende fiducia". Uno schema ripetitivo che comincia a pesare sul percorso della numero uno del mondo: "Sono stufo di perdere partite perché mi lascio sopraffare dalle emozioni. Devo capire cosa succede nella mia testa in quei momenti". Nonostante l'amarezza del verdetto parigino, la parte finale dell'incontro con i media ha mostrato i primi segnali di un temperamento mai domo, tipico della sua storia sportiva. Aggrappandosi a un celebre aforisma, Sabalenka ha provato a proiettarsi verso

il futuro: “Ciò che non ci uccide ci rende più forti, no? Prima o poi troverò una soluzione e tornerò più forte”. Subito dopo, stemperando la tensione con una punta di ironia cinica, ha svelato il suo singolare piano per smaltire la delusione nelle prossime ventiquattr'ore: “Avete presente quelle stanze dove si entra per distruggere tutto? Probabilmente passerò l'intera giornata di domani lì dentro a spaccare qualsiasi cosa. Magari funzionerà. Magari no”.

(Prima Notizia 24) Giovedì 04 Giugno 2026