

# A SCUOLA DI SPORT GENITORI E FIGLI

di Marisa Muzio



Li vedi mentre corrono in campo e ti chiedi: quanto conta il calcio nella crescita di un ragazzo, in particolare di un adolescente? Quanto aiuta a farne un adulto consapevole? Alcune risposte giungono direttamente dai nostri studi: Ad esempio, messi a confronto i bambini sportivi conoscono e sopportano il dolore meglio dei coetanei che non fanno sport. Oppure, in tema di alimentazione, le regole dello sport sono utili supporti al mangiare quotidiano. Ma è anche doveroso mettere in discussione lo sport giovanile: quali danni può produrre, se è proposto malamente? E ancora, qual è il vero ruolo degli adulti nel processo di crescita dei giovani atleti? Domande che è bene porsi, viste le pressioni familiari (le aspettative dei genitori, la "voglia matta di avere un figlio campione") che si propongono un po' ovunque e le richieste competitive (spesso sproporzionate all'età e alle capacità di un giovane calciatore, da parte di alcuni allenatori). Se a tutto questo aggiungete una didattica discutibile - alcuni allenatori non ricordano il loro ruolo di educatori - e l'inadeguatezza di alcuni adulti, ecco spiegato come mai cadano le motivazioni di taluni giovani a fare sport. Di qui l'abbandono precoce e, talvolta, il consegnarsi di alcuni adolescenti a un mondo senza sport, scuola, regole, senza neppure sbocchi lavorativi leciti, tanto da diventare casi in mano al Tribunale dei Minori. Famiglia, scuola e società sportiva, i tre cardini del mondo di un giovane sportivo, dovrebbero soprattutto saper leggere i bisogni dell'atleta nel suo processo di maturazione, in cui molto è mimesi, cioè imitazione. Del campione di riferimento, un modello automatico per i giovani atleti. Anche qui: quanto incide il campione?

Moltissimo, se il grande atleta sa raccontare come si affronta il successo, come ci si allena a gestirlo, comprese le reazioni emotive. Per costruire il futuro, il campione lavora su di sé, sulla fiducia, sul senso di efficacia personale. Lo stesso deve saper fare il giovane atleta. Conta quello, il talento - da solo - vale poco.

## Dalle cronache

I quotidiani riportano episodi inquietanti: volley femminile under 16, l'arbitro prende decisioni non condivise dal pubblico, ignaro delle modifiche regolamentari. L'atmosfera si fa incandescente, con insulti e minacce del pubblico alle giocatrici e all'arbitro. Disorientamento e lacrime delle ragazze, con l'arbitro che decide di sospendere l'incontro ed espellere i

genitori troppo tifosi. I giovani atleti fanno insomma rapidamente i conti con il tifo scorretto. Siamo arrivati anche allo sciopero dei baby calciatori di una società dilettantistica di Empoli, in Toscana. I piccoli sono scesi in campo senza giocare, reggendo striscioni dalle scritte eloquenti: "Genitori non litigate, fateci giocare", "No alle parolacce, sì al divertimento". Una scelta che ha fatto discutere, visto che il calcio dilettantistico non può fare a meno dei genitori. Non dimentichiamo, fra l'altro, che la nota espressione di Doc Counsilman - uno dei più grandi allenatori di nuoto di sempre - "l'ideale è allenare atleti orfani", al di là delle lecite perplessità, non è applicabile se pensiamo che le famiglie supportano, a livello organizzativo e gestionale, l'attività dei loro ➔

## TALENTI, NON TALENTO

"Uno su mille ce la fa, ma quanto è dura la salita!"  
Ogni anno sui campetti in ogni parte del mondo si presentano bambini che sperano di essere, in futuro, tra i pochissimi protagonisti della canzone di Gianni Morandi: calciatori affermati, di successo. Strada lunga, faticosa e ricca di ostacoli quella che porta in vetta, riservata solo a chi ha talento. Anzi, più d'uno. Bisogna parlare di talenti, di una pluralità: non bastano il controllo di palla, la coordinazione, il tiro. Oltre alle abilità motorie e tecniche per giocare a calcio occorrono doti fisiche: in primis forza e resistenza. E poi doti psicologiche: dato che il calcio è uno sport di situazione, la qualità più importante - anche per un giovanissimo calciatore - è saper risolvere, in breve e in maniera efficace, le diverse situazioni che si presentano nel gioco. L'analisi dei talenti non è finita: occorre saper resistere alle pressioni, la capacità di vivere positivamente l'esperienza sportiva, di continuare a divertirsi giocando.

## IL PROTOCOLLO PSICOSPORT PER IL SETTORE GIOVANILE

### PER:

- Alimentare la cultura dello sport, quale strumento formativo nell'età dello sviluppo
- Promuovere la conoscenza di strumenti capaci di ottimizzare il potenziale del giovane atleta, in termini individuali e nel gruppo squadra
- Prevenire il fenomeno dell'abbandono precoce (drop out), attraverso una maggior competenza dell'ambiente
- Favorire comunicazione e coerenza educativa fra famiglia, scuola e ambiente sportivo: un sistema integrato

### QUANDO:

Inizio e durata dell'intervento prestazione vengono individuati in funzione di bisogni e obiettivi condivisi con la società

### COME:

#### 1. Con gli allenatori / istruttori / staff dirigenziale

##### Per:

- trasmettere conoscenze e competenze
- garantire figure professionali adeguate, favorendone il processo di identificazione nel ruolo

##### Come:

incontri di gruppo

#### 2. Con i giovani atleti:

##### Per:

alimentare consapevolezza delle proprie risorse in campo e per apprendere le basi della preparazione mentale

##### Come:

incontri in piccoli gruppi

#### 3. Con le famiglie:

##### Per:

promuovere educazione ed etica sportiva, favorire l'ascolto da parte del mondo degli adulti sui bisogni dei ragazzi, far comprendere il ruolo fondamentale che la pratica sportiva riveste nel processo di sviluppo.

##### Come:

- Parents' School: incontri della durata di 60-90 minuti
- Sportello Genitori: attività di consultazione a richiesta

figli. La scuola spesso latita. Anche gli allenatori di livello hanno il loro bel daffare: recente è il caso del tecnico dell'Ascoli, Bepi Pillon: la sua squadra va in gol mentre un avversario è a terra dolorante. Lui ordina di restituire il favore. A fine partita, persa dall'Ascoli, giocatori e allenatore rimangono un paio d'ore negli spogliatoi. Fuori, non meno di 400 scalmanati che li assediavano. Commento di Pillon: «Non so se lo rifarei». Quando si ragiona di cultura di sport, dei suoi valori da trasmettere ai più giovani, bisognerebbe adottare un timeout, un minuto di riflessione. Per uscirne con un interrogativo risolto: è giunto il momento di tornare a scuola di sport.

#### Genitori a scuola

Un mondo dello sport da riedificare, una cultura da diffondere ripartendo dalle basi. Dall'educazione degli educatori. Con que-

ste premesse è nata, a Milano, l'iniziativa di Parents' School promossa da Psicosport: cicli di incontri, sul modello americano, dedicati a genitori, allenatori, istruttori. A coloro che, per lavoro o per passione, insegnano lo sport ai ragazzi. Si chiama "Scuola dei genitori", e negli Stati Uniti è già una realtà: in alcuni campionati, addirittura, i ragazzi non vengono convocati dall'allenatore se i loro genitori non hanno presenziato agli incontri. Tutti modelli positivi da importare e imitare.

A Milano ma non solo questa speciale cattedra è stata affidata a Sandro Gamba, un "senatore" del basket (per anni Ct della Nazionale italiana, dopo una strepitosa carriera da giocatore nell'Olimpia; oggi Hall of Fame del basket) impegnato nella promozione dei valori sani dello sport.

Il Bollino Azzurro

La risposta degli addetti ai lavori ha fatto nascere l'idea del Bollino Azzurro, un riconoscimento che dà credito alle società che si impegnano a diffondere la cultura di sport. Non a parole, ma con fatti documentabili. Perché il Bollino Azzurro viene rilasciato soltanto se la società sportiva aderisce a una speciale Carta dei Valori che riporta i principali comandamenti del corretto comportamento genitoriale. Alcuni spunti, condivisibili: "Incoraggiatelo, ma non allenatelo. Per quello c'è già il mister"; "Non opprimetelo con il vostro passato sportivo"; "Non ditegli mai che vincere è l'unica cosa". E via seguitando. La Scuola dei Genitori e il Bollino Azzurro sono una sfida intelligente. Occorrerà tempo, disponibilità delle istituzioni e consapevolezza del mondo dello sport. Ai vari livelli. Ma la semina è iniziata da un paio d'anni, ora si attendono i frutti. ●