

LA PSICOLOGIA DEI GRUPPI IN AZIONE

Tutti per uno e uno per tutti!

La coesione, un concetto semplice
solo in apparenza

Nel calcio la dimensione individuale e quella di gruppo sono ugualmente importanti. E al confine fra la dimensione individuale e quella di squadra, la coesione di gruppo è uno dei temi più complessi e interessanti. Esistono due tipi di coesione: quella "sul compito" e quella "sociale".

La prima ha a che fare con l'armonizzazione del gioco teso a raggiungere un obiettivo che non è tanto il gol ad ogni costo, quanto piuttosto la condivisione ludica di un'attività divertente. La coesione sociale riguarda invece la pratica del gioco d'insieme, il cui obiettivo è il sentirsi parte di un gruppo, l'interdipendenza, il percepirsi come persone con un'identità comune con obiettivi condivisi e con la capacità di resistere insieme alle difficoltà, riassumibile nel motto "tutti per uno e uno per tutti".



I MECCANISMI DELLA MOTIVAZIONE

Il lato nascosto dell'incoraggiamento

La differenza fra il fare bene
per se stessi o per compiacere i grandi

La motivazione è un concetto di cui tutti parliamo spesso, forse quotidianamente: «mi sento motivato a fare bene», «il ragazzo sembra abbastanza motivato» e altre espressioni simili sono molto frequenti. Ma per esplorare adeguatamente la motivazione è necessario chiedersi: verso chi o da che cosa è orientata la mia motivazione? In psicologia dello sport si è soliti distinguere fra motivazioni "intrinseche" – la cui origine e le conseguenze sono essenzialmente sulla persona: «Lo faccio perché mi piace» – ed "estrinseche", quelle in cui il ragazzo è mosso prevalentemente dal conseguimento di un beneficio proveniente da altri: l'approvazione degli adulti, vincere i premi, compiacere l'allenatore. Centrare l'attività sportiva su una dimensione intrinseca significa favorire il riconoscimento da parte del bambino del piacere di fare una cosa; al contrario, favorire una motivazione estrinseca equivale a concedere premi e gratificazioni al fine di "addestrare" un'adesione formale ad un modello vincente. Per questo motivo è necessario fare attenzione alle implicazioni dell'incoraggiamento: è preferibile sostituire il «bravo!» fine a se stesso con un più positivo «mi fa piacere che tu ti stia divertendo!».