

LO PSICOLOGO RISPONDE

Vittoria in campo, sconfitta nello spogliatoio

Quando le prese in giro dei "Maradona" fanno passare la voglia ai meno dotati



Sono tante le lettere con le quali, raccogliendo il nostro appello lanciato nei numeri precedenti, avete voluto raccontarci le vostre storie e sottoporci i vostri problemi. Questa settimana abbiamo voluto soffermarci su un paio di casi legati alle pressioni che i piccoli calciatori meno dotati subiscono, talvolta, da parte dei loro compagni più forti.

Una mamma, ad esempio, ci racconta: «Mio figlio è scarso! Ma nonostante questo, si è sempre divertito tantissimo a giocare a pallone, e la semplice passione per diverso tempo è bastata a tener viva la sua motivazione ad allenarsi e migliorare. A lungo andare, però, i "Maradona" della squadra hanno preso sempre più confidenza, fino ad arrivare alla pretesa di voler far fuori i "brocchi". Una situazione che si è fatta via via più difficile da gestire, con continui dileggi e svalutazioni fino al giorno in cui, di ritorno a casa dopo una partita, mio figlio mi ha raccontato l'episodio che lo ha portato a prendere la decisione definitiva di lasciare il calcio: al termine di un incontro nel quale era stato proprio lui l'unico dei suoi a segnare un gol, anziché ricevere i complimenti dei compagni, una volta negli spogliatoi è stato bersagliato da pesanti prese in giro da parte degli altri giocatori dettate, probabilmente, dalla gelosia per l'improvvisa ribalta che quella volta gli era toccata. La presenza di giocatori "scarsi", per quanto motivati, sembra quindi essere poco gradita non tanto dagli allenatori, quanto soprattutto dai genitori e dai compagni che si considerano dei piccoli "Maradona". E questo è un peccato».

E un caso analogo è quello che ci racconta un'altra mamma: «La scorsa estate mio figlio mi ha chiesto di iscriverlo alla scuola calcio del nostro paese. Negli ultimi tempi, però, ha cominciato a mostrare disinteresse per gli allenamenti chiedendo di saltarli ed è ormai difficile convincerlo a mantenere costante la frequenza. Sembra più motivato a giocare le partite nel week end, ma poi a casa si lamenta e dice di sentirsi emarginato dalla squadra e rifiutato dai compagni che lo prendono in giro per il modo in cui gioca: e questo sia che faccia bene, sia che faccia male. Questo atteggiamento da parte dei compagni lo demotiva moltissimo e, se le cose continueranno così, saremo costretti a ritirarlo presto dalla squadra per pensare eventualmente di provare in un'altra società o, magari, con un altro sport».

Da queste due testimonianze emergono diversi interrogativi: in primo luogo, quali sono gli obiettivi di una scuola calcio? E quali le priorità nell'età evolutiva? Quali messaggi noi, adulti di riferimento, facciamo passare? Come possiamo aiutare i bambini a diventare, prima ancora che abili calciatori, persone capaci di stare insieme agli altri, avendo come valori di riferimento la condivisione e il rispetto delle capacità altrui, al di là delle abilità tecniche di ognuno?

In tal senso è doveroso ricordare che in età evolutiva le stesse capacità psicomotorie sono in continua evoluzione e, dunque, non è detto che i "Maradona" di oggi si riveleranno davvero i migliori anche un domani. Così come, d'altra parte, i più scarsi non rimarranno necessariamente tali anche in futuro. La tecnica arriva con il tempo, con la motivazione, con la capacità di entrare in giusta competizione, con

il desiderio di divertirsi - che, per i bambini, rimane fondamentale - e di vincere "giocando" insieme agli altri, avversari compresi. Peraltro, gli stessi allenatori sanno bene che il conseguimento di risultati molto precoci può essere inversamente proporzionale a quello che si otterrà "da grandi," e che la vera differenza tra un buon giovane calciatore e uno ancora "immaturo", risiede soprattutto nella sua capacità di stare con gli altri, più che in quella di giocare una buona par-

tita o di segnare tanti gol. La formazione psico-sportiva su temi inerenti le dinamiche di gruppo in età evolutiva, le tappe dello sviluppo, i principali assiomi della comunicazione con i bambini, diventano quindi aspetti imprescindibili per gli allenatori, così come sono un imperativo gli incontri di formazione e sensibilizzazione su queste tematiche con i genitori. I bambini sono sempre pronti ad imparare i giusti valori se noi adulti glieli porgiamo con chiarezza e

sicurezza, e siamo noi stessi a dover ricordare che, in età giovanile, un gol frutto di impegno, motivazione e passione è, se non di maggior valore, perlomeno di pari importanza rispetto a quello che invece è figlio del talento precoce.

La comunicazione tra le società e i genitori acquista quindi un'importanza centrale. Generalmente, a inizio stagione, avvengono incontri presso le società, nei quali viene presentato il progetto sportivo. È que-

sto un momento di elezione che deve essere quanto più possibile autentico tra dirigenti e allenatori da una parte, e genitori dall'altra. Genitori che si affidano pieni di speranze, dubbi e soprattutto sogni ad altri adulti con una fortemente educativa. Verrà dato più spazio alla competizione oppure alla formazione della persona?

La congruenza tra quello che la società dice ai genitori in fase di presentazione e quello che farà effettivamente "sul campo" è un requisito indispensabile di chiarezza e affidabilità. Troppo spesso ai genitori viene infatti venduto un prodotto che, una volta spacchettato, contiene tutt'altro. La promessa dell'apertura verso tutti rischia di lasciare gradualmente spazio ad un clima competitivo che i bambini respirano e traducono in comportamenti esplicitamente discriminanti negli spogliatoi. Cresce nelle pieghe delle dinamiche tra bambini ciò che nasce nella scarsa chiarezza degli adulti. La frustrazione di genitori e figli si amplifica nelle famiglie degli atleti che non mostrano immediati talenti da campione, con il rischio di allontanare molti ragazzi dai campi da gioco.

CALCIO E SCUOLA

L'allenamento né premio né punizione

Il calcio non è un premio al buon rendimento scolastico

Siamo quasi alla consegna delle schede del primo quadrimestre, momento in cui alcuni genitori, di fronte al cattivo andamento scolastico, ricorrono spesso al castigo, vietando al figlio la partecipazione agli allenamenti. Giocare a calcio viene così considerato un premio e quindi, per abitudine educativa, utilizzato di contro come punizione.

La pratica sportiva favorisce lo sviluppo di "competenze trasversali", ovvero l'apprendimento di quelle capacità che si imparano giocando, ma che si rivelano utili anche allo svolgimento di altri compiti, comprese le attività scolastiche. Inoltre i desideri dei bambini e dei ragazzi possono stimolare il loro senso di responsabilità e spingerli, così, ad imparare come organizzare al meglio il loro tempo. In questo contesto è preferibile, quindi, cercare di integrare nel percorso educativo dei propri figli una corretta gestione delle esigenze di studio e degli impegni extra-scolastici, attribuendo a ciascuno il giusto valore, e stando attenti a non subordinare la pratica sportiva a provvedimenti punitivi per la cattiva resa scolastica.



CREARE UN CLIMA POSITIVO IN CAMPO

Perché mio figlio non si diverte più?

Il rischio di burnout nel giovane calciatore

Accade, a volte, che un genitore si renda conto che il proprio figlio non trova più divertente giocare a calcio. Prima c'erano gli amici, e le partite e gli allenamenti erano occasione di incontro con i propri compagni. Oggi, invece, quegli stessi momenti diventano motivo di pressione, anziché di svago e divertimento. Cosa può aver causato nel bambino questo improvviso cambio di rotta? Sono diversi i fattori che concorrono a quello che viene chiamato burnout, o esaurimento psico-fisico: il bambino si sente stressato, non ha più voglia di allenarsi o affrontare le partite, non si diverte più. In questi casi il ruolo delle figure di riferimento, come appunto i genitori e gli allenatori, diventa fondamentale. In psicologia dello sport si definisce clima motivazionale l'ambiente in cui il giovane svolge la sua attività sportiva. L'allenatore può porre l'accento sulla competizione e sul confronto con gli altri compagni piuttosto che sulla cooperazione e il miglioramento personale: nel primo caso è stato dimostrato come lo stress aumenti e il rischio di non divertirsi più è dietro l'angolo. Gli stessi genitori hanno un ruolo determinante: frasi come «Ti sei divertito?», piuttosto che «Allora, com'è andata la partita, hai vinto?» pesano molto sulla percezione che il bambino ha dello sport. La spinta alla perfezione a tutti i costi carica il giovane di un peso molto difficile da gestire. Per questo, nella fascia d'età adolescenziale e, ancor più, pre-adolescenziale, è utile instaurare un clima adatto alla dimensione psicologica dei giovani calciatori, alleggerendoli delle pressioni legate al conseguimento del risultato ad ogni costo.

Rubrica a cura di



ORDINE DEGLI PSICOLOGI della Liguria

Piazza della Vittoria 11/B
16121 - Genova

Per domande e consigli
Tel. 010541225
Fax. 010541228

redazione@ordinepsicologiliguria.it
www.ordinepsicologi-liguria.it