

L'ATTEGGIAMENTO DEI "GRANDI" E LO SPORT DEI "PICCOLI"

Le indicazioni generali per un migliore funzionamento del sistema sportivo

Ammettiamo un principio: qualsiasi disciplina sportiva prevede la tutela indiscussa dei bambini e degli adolescenti (e ovviamente della popolazione in generale), il loro benessere psicofisico deve essere condiviso da chiunque si affacci alla loro crescita offrendo un contributo di qualsivoglia matrice.

Comunemente, purtroppo, nei fatti, questo accade di rado; i genitori opprimenti, gli allenatori ambiziosi e i dirigenti egocentrici ostacolano, di frequente, la crescita dello sportivo e la complicano.

Negli anni passati, l'Associazione Nazionale Americana di Educazione Fisica e Sport (NASPE), tramite la *Youth Sport Task Force*, stando all'importanza dell'evoluzione degli atleti, ha varato una **Carta dei diritti** che genitori, allenatori, psicologi e medici poi hanno condiviso.

Martens e Seefeldt¹, seguendo il medesimo filone, negli stessi anni, hanno concepito una lista di diritti riservata ai giovani, nell'elenco compare quanto segue:

1. diritto di fare sport;
2. diritto di gareggiare a livelli adeguati al proprio grado di maturità e d'abilità;
3. diritto di essere allenati da adulti qualificati;
4. diritto di giocare come ragazzi e non come adulti;
5. diritto di partecipare alla programmazione delle proprie attività agonistiche;
6. diritto di usufruire di ambienti sani e salutaris;
7. diritto di una preparazione atletica appropriata;
8. diritto di competere con avversari che hanno le proprie stesse probabilità di successo;
9. diritto di essere trattati con dignità;
10. diritto di divertirsi².

Ma veniamo al ruolo dei genitori.

Il rapporto fra gli atteggiamenti dei genitori e le attività sportive dei figli è sempre stato un tema di centrale importanza nella Psicologia dello Sport, che come disciplina, dal canto suo, nel tempo, ha attribuito una crescente importanza, non solo alle caratteristiche individuali, ma anche ai fattori relazionali e psicosociali.

¹ La prospettiva psicopedagogica promossa dagli Autori citati è altamente auspicabile, ma anche difficile da implementare, essa implica l'aspirazione, dei genitori e degli operatori sportivi, a privilegiare il rispetto della personalità (io aggiungerei del benessere) del giovane sportivo, anche a scapito della prestazione.

² Sarebbe una proposta interessante, all'interno di grandi e piccole realtà sportive, quella di istituire un confronto sistematico e strutturato sui dieci punti anzidetti e verificare, così, una salda concordanza tra i vari responsabili del settore.

Le indagini passate hanno evidenziato che nelle famiglie di ragazzi dotati si attribuisce enorme valore a dimensioni quali: la massima resa, la vittoria, la produttività, l'eccellenza, la persistenza su di un compito. Risultato: tale focalizzazione sul bambino si connette ad un forte investimento sulla sua individualità, piuttosto che su un'autentica autonomia, quindi, per quanto si tenda ad uno stile di vita indipendente, lo si fa secondo i criteri dettati dalle aspettative genitoriali.

Va anche precisato, ed è interessante, che una valutazione favorevole dello sport da parte dei genitori è spesso trasferita ai figli, sembra, infatti, che gli atteggiamenti positivi dei genitori verso la pratica sportiva abbiano una correlazione positiva con il corrispondente impegno dei ragazzi nello sport praticato.

Quindi, facendo riferimento ai possibili disagi psicofisici, connessi all'investimento sulla pratica sportiva, specie nei giovani è stato dimostrato che gli adulti, genitori in particolare, sono i responsabili di spicco.

Passiamo, quindi, a codificare i "doveri" a cui i genitori dovrebbero attendere e accettiamoli uno per uno:

- capire che cosa i loro bambini vogliono "davvero" dallo sport, avere aspettative realistiche e condividerle con i figli;
- saper interpretare e spiegare le esperienze sportive; per esempio, chiarire che la vittoria implica un risultato, mentre la percezione di riuscire è connessa alla prestazione³;
- fidarsi appieno degli istruttori sul piano tecnico⁴;
- educare i figli alla disciplina, quindi alla volontà e all'impegno, e preservare il buon umore⁵.

Facciamo, allora, l'identikit del "genitore-modello" e ciascuno, chi può chi meno, si identificherà.

- a) è consapevole del motivo per cui favorisce la pratica sportiva del figlio;
- b) è capace di gestire le proprie emozioni quando sono correlate al rapporto del figlio con l'ambiente sportivo al quale appartiene;
- c) si dimostra equanime nel valutare le qualità, i limiti e le motivazioni del figlio, come anche le caratteristiche della realtà sportiva alla quale lo "ha affidato";
- d) è presente ed osserva "a debita distanza" i rapporti del figlio con l'ambiente sportivo;
- e) è contento che il figlio faccia sport a prescindere dai risultati che ottiene;
- f) è capace di modulare la sua gioia per i successi del figlio e lo sostiene nel comprendere i motivi legati ai fallimenti;
- g) si astiene dal giudicare il figlio nella sua interezza sulla base (inconsistente) della prestazione sportiva che riesce al momento ad offrire;

³ È risaputo che lo sportivo che perde, sentendo di aver dato il meglio di sé, saprà sentirsi soddisfatto.

⁴ A quale genitore piacerebbe che un allenatore ingerisse al suo livello?

⁵ Quanti genitori, per esempio, davanti ad una sconfitta o una delusione del figlio, riescono a trasmettere la limpida convinzione che se qualcosa non va, le cose cambieranno e prenderanno una piega migliore?

- h) è capace di confortare il figlio quando osserva un comportamento dettato dall'impegno e dalla forza di volontà;
- i) ha fiducia nel figlio e lo accetta nonostante i punti deboli e gli errori che commette.

Il genitore come l'allenatore, il preparatore e il dirigente rappresentano, in forza della loro equanimità, un valido presupposto perché un qualsiasi giovane sperimenti il piacere e la crescita connaturali alla pratica sportiva.

Visto che grazie alla sua "artificialità" lo sport può elaborare l'evoluzione di un giovane nei propri spazi e nei propri tempi, *il genitore investa pure in questo settore e lo faccia nella piena consapevolezza che la sua tendenza a violare, con il suo comportamento, gli spazi e i tempi prestabiliti può dimostrarsi dannoso per lo sviluppo del figlio.*