

# GENITORI SÌ, GENITORI NO! L'IMPORTANZA DI UNA CORRETTA EDUCAZIONE.

Diego Polani

Psicologo-psicoterapeuta, Professore Facoltà di Medicina e Chirurgia di Firenze Corso di Laurea in Scienze Motorie  
Presidente Associazione Italiana Psicologia dello Sport

Spesso nel nostro lavoro, quando incontriamo tecnici che partecipano ai corsi, oppure studenti che incuriositi alla fine di una lezione universitaria si avvicinano chiedono, ad esempio, con ansia pensando che il loro è un problema unico ed irrecuperabile: **“Il problema è di un genitore (papà di una bimba di 10 anni esordienti B), che pensa di avere in casa una campionessa olimpica, a cui non riesco a trasmettere la negatività del suo atteggiamento. Esempi di affermazioni: la società acquista punti grazie a sua figlia, ogni gara è tutta una videoripresa, ha una raccolta di foto della stagione agonistica con tutti i risultati, ho la netta sensazione che scarichi video per poi riproporli alla figlia.....tutto questo ha creato un'ansia tremenda nella figlia, la quale a sua volta si sente una super atleta e viene allontanata dal resto della squadra. Nelle riunioni con i genitori ho sempre sottolineato l'importanza del sostegno positivo che ciascun genitore deve dare al proprio figlio, marcando tutto ciò che non doveva esser fatto, ma a lui non è entrato. Secondo voi devo affrontare il problema direttamente con lui? Cosa mi suggerite di fare?”**

Lo stesso avviene quando giornalisti ti intervistano dopo fatti eclatanti e vogliono sapere perché tanta violenza. Eppure si afferma con forza che lo **sport è salute!!!**

Quindi è ora di iniziare a parlare di come la psicologia può aiutare i tecnici, i genitori e gli atleti a vivere lo sport in maniera sana e cerchiamo di eliminare quel concetto perverso dove si chiede alla psicologia che cosa deve fare per curare quegli aspetti insani ed immorali dello sport.

Nel decidere questo passo mi aiuta la **“Carta dei diritti del bambino nello sport”** stipulata a Ginevra nel 1992 dall'UNESCO come naturale conseguenza alla **“Convenzione Internazionale sui Diritti dell'Infanzia”** che fu approvata dall'Assemblea Generale delle Nazioni Unite il 20 novembre del 1989 a New York. La Convenzione risulta essere il più importante tra gli strumenti per la tutela dei diritti dei bambini. La Convenzione del 1989, infatti, non si limita ad una dichiarazione di principi generali, ma, laddove è stata ratificata, rappresenta un vero e proprio vincolo giuridico per gli Stati contraenti, che devono uniformare le norme di diritto interno a quelle della Convenzione per far sì che i diritti e le libertà in essa proclamati siano resi effettivi. Per informazione è bene sapere che la Convenzione Internazionale sui Diritti dell'Infanzia è stata sino ad oggi ratificata da 190 paesi (tra i quali l'Italia): mancano all'appello ormai solo gli Stati Uniti e la Somalia per raggiungere la totalità dei paesi del mondo. Molto è stato fatto per i bambini, ma molto resta ancora da fare: non basta la ratifica della Convenzione per far sì che i soprusi ai danni dell'infanzia finiscano, ma occorre l'effettiva volontà di farlo e, soprattutto, occorre manifestare questa volontà attraverso l'approvazione di atti normativi che riconoscano il “bambino” come particolare soggetto di diritti. I punti principali della Convenzione sono i seguenti:

1. **Diritto alla vita ed alla salute**
2. **Al necessario per vivere**
3. **All'amore ed alla comprensione**
4. **Alla conoscenza ed alla istruzione**
5. **Alla libertà, alla dignità ed all'uguaglianza**
6. **Diritto alla pace ed a vivere in un clima sereno**
7. **Diritto al gioco**
8. **A non essere trascurato o maltrattato e a non essere oggetto di mercato**
9. **Diritto ad una vita soddisfacente anche se fisicamente o mentalmente svantaggiato**
10. **Diritto ad un nome ed a una nazionalità**
11. **Diritto al primo soccorso in situazioni di emergenza.**

La Carta per lo sport dell'UNESCO stipulata nel 1992 ha quindi recepito la filosofia di base della Convenzione e viene così evidenziata nei suoi 11 punti:

1. ***Diritto di divertirsi e di giocare come un bambino***
2. ***Diritto di fare lo sport***
3. ***Diritto di beneficiare di un ambiente sano***
4. ***Diritto di essere trattato con dignità***
5. ***Diritto di essere allenato e circondato da persone qualificate***
6. ***Diritto di seguire allenamenti adeguati ai propri ritmi***
7. ***Diritto di misurarsi con giovani che abbiano la stessa probabilità di successo***
8. ***Diritto di partecipare a gare adeguate***
9. ***Diritto di praticare il suo sport nella massima sicurezza***
10. ***Diritto di avere tempi di riposo***
11. ***Diritto di non essere un campione***

Queste poche parole che compongono questi undici articoli appena letti sono semplici ma allo stesso tempo intense.

**Carl Gustav Jung** affermava che *“Se c'è qualcosa che desideriamo cambiare nel bambino, dovremo prima chiederci se non sia qualcosa che faremmo meglio a cambiare in noi stessi.”* Quindi pensando a queste parole analizziamo solo ciò che può essere utile, fondamentale ed importante per la crescita psico-fisiologica di ogni bambino, e che forse un domani potrà divenire un vero **atleta adulto**.

I primi **due articoli** mettono in evidenza la necessità del gioco, del divertimento. Infatti come spesso si evidenzia l'aspetto ludico è fondamentale. Il gioco è una delle motivazioni primarie e fondamentali anche se per anni è stato erroneamente relegato tra le attività esclusive dell'infanzia. E' un'esigenza fondamentale per ogni essere umano indipendentemente dalla sua età o dalla sua cultura. E' uno strumento proiettivo, giocare vuol dire rappresentare, far presente, esporre, esternare; è come portare in scena una rappresentazione, quindi permette l'espressione di pulsioni e fantasie ossia il passaggio dall'isolamento dell'inconscio al contatto con l'ambiente, quindi alla relazione sociale dell'Io. Sviluppa la fantasia, come forma di espansione della personalità, un momento piacevole, in quanto si gratificano esigenze molto profonde di natura affettiva. In poche parole il gioco ha una notevole importanza educativa in quanto gli è affidato l'impegnativo compito di assecondare e promuovere i processi di maturazione dell'individuo. Si può affermare con estrema sicurezza che il gioco, così come i sogni, può realizzare quei bisogni interni che nell'andamento quotidiano della vita devono essere rimossi o differiti nei loro appagamenti; l'attività ludica tende a realizzare quello spazio estremamente privato e fantastico senza doversi sottomettere alla formalità del quotidiano. Per questo in fase evolutiva acquisisce un'importanza fondamentale sia a livello cognitivo che formativo ed affettivo. Inoltre si è notato che i bambini, spesso frustrati nella loro immaginazione dall'educazione classica, apprendono meglio se vengono loro riconosciuti gli interessi ed il loro spazio vitale. Il gioco fa crescere creatività e intelligenza, è il terreno privilegiato per affondare produttivamente le radici del processo di apprendimento. Ma non solo, il gioco è anche lo strumento per far crescere socialmente il bambino.

Quando il bambino si trova fuori dai contesti familiari incontra coetanei che hanno la sua stessa energia e gli stessi problemi, ed è con loro che inizia a vivere nuove esperienze e nuovi legami affettivi. E' con i coetanei, grazie al gioco, che il bambino può ricercare dinamiche affettive analoghe a quelle familiari, ristrutturando gli stessi ruoli, oppure, nella maggioranza dei casi, ricercarne differenziate fondando gli affetti su basi diverse assumendo ruoli diversi da ciò che avviene in famiglia. Ad esempio se in una famiglia esiste una supervalutazione di un eventuale fratello maggiore, il bambino giocando, al di fuori del contesto familiare, con i suoi coetanei si trova a vivere le stesse esperienze sia di successo che di insuccesso riequilibrando così il suo senso di inferiorità.

Stare tra coetanei è anche un modo per impossessarsi dei comportamenti degli adulti, per abituarsi al controllo della realtà imparando a responsabilizzarsi e ad accettare quelle regole morali e di comportamento che sono la base di una corretta socializzazione. Inizieranno a fare la loro comparsa anche le “regole” che verranno seguite e difficilmente cambiate. Si creeranno delle squadre, si inizierà ad evidenziare anche l’aspetto agonistico, che altro non è che una forma più adulta e matura del gioco. Esempio di quanto esposto ora lo si può trovare in quelle situazioni che si attuano in palestra, o all’aperto, dove si formano squadre per confrontarsi, in gruppo, in giochi che al tempo stesso sviluppano quelle capacità coordinative fondamentali nella crescita. Nel gioco il bambino imita l’adulto, ma evitando al tempo stesso le responsabilità dell’adulto: quando il bambino gioca i confini tra fantasia e realtà sono aboliti, crea situazioni immaginarie che affronta e padroneggia, riuscendo in tal modo a sopportare e superare l’ansia delle situazioni reali.

Il gioco è, quindi, un’attività molto importante e che serve ad assolvere molte funzioni:

1. **esplorazione:** il bambino osserva il suo ambiente e ne fa conoscenza manipolando e toccando i vari oggetti;
2. **acquisizione di abilità fisiche specifiche:** tramite i giochi di movimento e di precisione;
3. **fortificazione dell’organismo:** anche in questo caso tramite i vari giochi fisico-motori;
4. **aumento del senso di sicurezza e di autostima:** attività ludico motoria, giochi di precisione e giochi sociali;
5. **socializzazione:** giochi di gruppo;
6. **appropriazione dei ruoli sociali e sessuali degli adulti:** giochi simbolici e giochi sociali dove si instaurano i vari ruoli differenziati tra maschi e femmine;
7. **acquisizione di abilità logiche:** giochi di costruzione, di fantasia e di regole.

Compito dell’istruttore, ma non solo il suo, sarà quello di abituare il futuro atleta a vivere in modo tranquillo e non traumatico questo nuovo salto di qualità verso l’agonismo più strutturato. Rendere l’agonismo un qualcosa di strano che non è più gioco ma qualcosa di diverso potrà portare, invece, il futuro atleta a vivere lo sport in maniera negativa ricercando con altre vie (*doping oppure atti di violenza*) la propria realizzazione, problema affrontato insieme all’Associazione Giù le Mani dai Bambini di cui sono co-promotore ([www.giulemanidaibambini.org](http://www.giulemanidaibambini.org)). Anche questo caso, così come oramai si fa da tempo con il problema dell’abuso dei farmaci sui minori, è importante insegnare anche ai genitori quali sono i comportamenti corretti di una sana e valida educazione sociale e sportiva. E con questo passo entriamo a pieno titolo nell’articolo **tre**, per comprendere in maniera più esaustiva anche i successivi articoli **quattro**, **cinque** e **sei**. Infatti è bene sapere che alla base del comportamento agonistico, ci sono i bisogni di affermazione, il desiderio di emergere e di rassicurarsi circa le proprie capacità, in sintesi l’agonismo è un comportamento *aggressivo*, intendendo l’aggressività nella sua accezione positiva di *assertività*, ovvero la capacità di modificare l’ambiente rispetto alla possibilità di prendersi uno spazio vitale e impadronirsi delle cose.

L’aggressività è necessaria per la conservazione della specie, è legata alla vita (pulsione di vita), infatti laddove non viene espressa può portare a comportamenti autolesionistici, fino ai limiti estremi del suicidio (pulsione di morte). L’aggressività competitiva viene canalizzata nello sport agonistico: confrontandosi con degli avversari, c’è la possibilità di ingaggiare una lotta e quindi di rivaleggiare per vincere, nel rispetto delle regole, senza che ne consegua una distruzione dell’altro e quindi lo sviluppo della violenza. Si impara ad accettare la sconfitta, a gestire la rabbia derivante dalla frustrazione e a non lasciarsene sopraffare da queste emozioni. La sconfitta non esiste senza vittoria, è l’altra faccia della medaglia, vista in questa prospettiva essa diventerà uno stimolo per progredire, con conseguente rafforzamento dell’autostima.

Nello sport si lavora su principi semplici, con materiali fisiologici: il peso del corpo, l’equilibrio/disequilibrio, la relazione respiro/movimento.

Movimento inteso non più solo nelle sue componenti meccaniche e dinamiche, ma come espressione di una corporeità globale, includendo nel concetto di globalità anche le componenti psichiche e relazionali. E' l'emozione il carburante del movimento, l'istruttore deve quindi stimolare la consapevolezza del gesto anziché istruire sulla tecnica.

E' importante sapere che tutte queste informazioni acquisiscono valore in base alla realtà soggettiva che ognuno di noi si costruisce essenzialmente in base alle emozioni che si vivono di volta in volta. Emozioni negative danno input negativi ed emozioni positive danno input positivi. Emozioni ed input, quindi, interagiscono al fine di costruire la realtà del soggetto, e questo è di basilare importanza per comprendere totalmente le leggi dell'apprendimento. Un tecnico deve sapere che i risultati dell'insegnamento spesso dipendono dalla soggettività del singolo allievo.

E' importante che chiunque si appresti a fare l'educatore si renda conto di ciò che comunica in modo verbale o non verbale, in modo consapevole o inconsapevole, ed impari, di conseguenza, ad **ascoltare la comunicazione** degli altri e non solo quella verbale. Inoltre l'istruttore si relaziona agli altri mostrando il proprio corpo, la propria voce, il proprio modo di fare e di parlare, mostra cioè il proprio modo di essere, le proprie intenzioni.

La comunicazione è l'atto legato al passaggio di un certo materiale, noto ad uno, verso altri soggetti che si vogliono rendere edotti in tal senso. E', quindi, un qualcosa che non si fa a spese degli altri, ma in collaborazione con gli altri.

Lo scopo dell'utilizzo delle abilità comunicative per l'istruttore è principalmente:

- ✓ trasmettere le conoscenze tecniche necessarie;
- ✓ suscitare nell'allievo attenzione e passione per ciò che sta apprendendo.

Sarebbe opportuno che l'istruttore cercasse di migliorare essenzialmente il proprio sistema comunicativo al fine di migliorare le sue abilità di relazione sociale e conseguentemente la sua professionalità. L'istruttore che si pone nella condizione di ascoltare acquisisce una serie di importanti informazioni e segnali utili ad una più corretta comprensione dei sentimenti delle motivazioni e delle aspirazioni dell'atleta stesso.

Queste acquisizioni gli permetteranno di incrementare il grado di consapevolezza e di conseguenza di migliorare la trasmissione e ricezione dei messaggi indispensabili nello svolgimento della sua attività. Non è importante il sapere, ossia il che cosa bisogna comunicare, se poi non acquisiamo quella tecnica necessaria ed empatica che ci permette di capire come bisogna comunicare il sapere stesso. In definitiva si può affermare con estrema facilità che la comunicazione è probabilmente uno dei fattori principali che possono decretare la riuscita di un lavoro basato sull'insegnamento e sulla relazione. Non esiste comunicazione corretta o sbagliata, quindi si può affermare con forza che il buon allenatore è il solo responsabile (al 100%) dei risultati che ottiene (o che non ottiene)!

Se questi aspetti basilari vengono recepiti e attuati dagli adulti i successivi articoli della **Carta** non sono altro che la logica conseguenza. Infatti gli allievi si troveranno ad effettuare gare adeguate ai loro bisogni ed ai loro limiti, avendo la possibilità di misurarsi con giovani che abbiano la stessa probabilità di successo.

Divertirsi, giocare, non avere l'obbligo di essere un campione sono gli obiettivi che inconsciamente ogni bambino si propone quando affronta l'avventura di uno sport. Tutto il resto per lui è superfluo, anche se sempre più spesso diventa fondamentale a causa della pressione esercitata sui piccoli dall'ambiente circostante. Genitori, allenatori e società sportive si coalizzano in una ricerca spasmodica di *performances* e risultati spesso senza chiedersi se davvero tutto ciò possa fare del bene al bambino o non risponda invece a interessi o desideri che non gli appartengono. Fin da piccoli i giovani sportivi vengono spesso considerati come dei potenziali campioni, salvo poi essere esclusi dal giro alle prime prestazioni non riuscite, con conseguenze spesso negative e frustranti. È chiaro come questo sistema, basato su una incomprensione delle reali esigenze dei bambini, non miri al benessere psico-fisico dei giovani sportivi quanto a soddisfare delle ambizioni dei "grandi", e possa spesso portare ad un abbandono delle attività sportive da parte dei bambini oppure ad una

ricerca esasperata del risultato. In poche parole i giovani devono avere il diritto di gareggiare per se stessi e non per dimostrare ai vari adulti successi non propri ma insiti nelle motivazioni inconscie dei loro tecnici, dirigenti, famigliari, ecc. Ed inoltre aspetto finale ma non secondario potranno prendersi il lusso di gareggiare, giocare, divertirsi senza per questo dimostrare ad ogni costo di essere un campione.

Sarebbe utile ad esempio organizzare, con l'aiuto di psicologi preparati in ambito sportivo-sociale, delle giornate di incontro formativo comportamentale per i genitori. Ultimamente qualcosa del genere si sta verificando in alcune società giovanili di calcio per prevenire appunto un clima di esasperazione totale.

Ma più che le parole dette fino ad ora è il pensiero scritto da una bambina di seconda elementare di un paesino (Bucine) che ho trovato su internet: *“Questa mattina io e i miei compagni siamo andati in palestra con la maestra e Paolo. Abbiamo corso per la palestra poi ci siamo messi in fila e abbiamo fatto molti esercizi, tre salti a zoppino sul piede destro e tre sul piede sinistro, correre dandoci i calci nel sedere e tanti altri esercizi. Dopo abbiamo fatto il gioco del “Bowling”; poi siamo ritornati in classe tutti felici, perché avevamo pareggiato.”*

Vorrei aggiungere questi piccoli consigli:

**Ai genitori vorrei consigliare di:**

- ✓ Considerare il proprio figlio come una persona che deve essere educata e che non deve diventare per forza un campione da allenare.
- ✓ Considerare in prima istanza sempre il benessere fisico e psicologico del bambino al proprio desiderio narcisistico di vederlo vincere.

**Ai dirigenti vorrei ricordare che è importante:**

- Informare le famiglie sulle norme che regolano le attività dell'associazione sportiva e sul progetto educativo che si intende attuare, ricordando che il risultato non è importante.
- Sostenere il lavoro del tecnico, che deve essere un professionista preparato, con serenità al fine di ottenere gli effetti desiderati, sia tecnici, psico-fisiologici che di partecipazione.

**Ai tecnici ricorderei con enfasi di:**

- ◆ Favorire con estrema professionalità lo sviluppo delle potenzialità sportive e umane degli allievi, organizzando attività divertenti che siano fisiologicamente e psicologicamente coinvolgenti.
- ◆ Ricordare che gli allievi sono bambini e non piccoli adulti.

E' solo attraverso l'impegno di tutti noi, adulti, far sì che ci si possa permettere di mettere in pratica questo statuto, affinché i bambini del mondo (e in questo caso è bene pensare a tutti quei paesi in cui i piccoli non godono di nessuna forma di tutela né da parte delle famiglie né da parte degli organi governativi) possano sperare in un futuro (e in un presente) migliori.

## BIBLIOGRAFIA

- Benzi M, De Marco P, Moiso C. **“La comunicazione nello sport: il singolo, la squadra, l'ambiente”**, in: Tamorri S. (a cura di) **“Neuroscienze e Sport”**, UTET, Torino, 1999
- Ottavi I. **“La cura del corpo o il corpo che cura?”**, FISS, 1998
- Piaget J., **“L'epistemologia genetica”**, Laterza 1970
- Polani D. **“Crescita motoria della mente e schema corporeo”**, In **“Atti del Convegno Nazionale: Ricerca ed intervento in Psicologia dello Sport”**, Centro Veneto di Psicologia dello Sport, 12:16, 1988
- Polani D. **“Psicologia dello sport: aspetti cognitivo-strutturalisti”**, Synthesis, anno VII, 16, 5:8, 1988

- Polani D., Indrizzi S. **“Psicologia dell’apprendimento e scuola nuoto”**, Movimento, Vol.4, 1, 69:70, 1988
- Polani D. **“Lo sviluppo dell’apprendimento”**, La Tecnica del Nuoto, anno XXI, 2, 30:33, 1994
- Polani D. **“L’apprendimento”**, in Gatta G. (a cura di) **“Dispensa del Corso per allenatori Pallanuoto di 1° livello”**, 357-366, FIN. Roma, 1996
- Polani D. **“Il gioco come momento psicopedagogico fondamentale”**, in **“GIOCOSPORT”**, (nuova edizione) C.O.N.I./F.I.P.S.A.S., Roma, 1997
- Polani D. **“Le motivazioni dell’atleta”**, in: Tamorri S. (a cura di) **“Neuroscienze e Sport”**, UTET, Torino, 1999
- Polani D. **“Motivazioni primarie e secondarie”**, in: Tamorri S. (a cura di) **“Neuroscienze e Sport”**, UTET, Torino, 1999
- Polani D. **“Psicologia dell’immersione”**, Ed. Olimpia, Firenze, 1999
- Polani D. Vaillant M. **“Aspetti psico-pegagogici – Istruttori di 2° livello”**, in **“Manuale per Istruttori di II Livello”**, FIN. Roma, 2003
- Polani D., Ottavi I. **“Nuoto e disabilità: aspetti psicologici”**, La Tecnica del Nuoto, 2004, in via di pubblicazione
- Reda M.A., **“Sistemi cognitivi complessi e psicoterapia”**, NIS 1986
- Vaillant M., Polani D. **“Aspetti psico-pegagogici – Istruttori di 1° livello”**, in **“Manuale per Istruttori di I Livello”**, FIN. Roma, 2003