



Con la collaborazione organizzativa di

Società Ginnastica Triestina 1863 - Trieste

TRIESTE 30 novembre 2019

Sede sociale, Sala "Primo Rovis", Via della Ginnastica n. 47, Trieste

**15° CONVEGNO NAZIONALE
ANNUALE U.N.A.S.C.I.**

Sport e Famiglia

lo sport per i nonni o per i nipoti?

**“I genitori e il corretto approccio
con lo sport del figlio”**

Relazione di:

Marco Marchei,

Castignano (Ascoli Piceno), da 42 anni a Milano. Giornalista. Olimpico di maratona, padre di Valentina, due volte olimpica nel pattinaggio su ghiaccio.

Una volta, direi negli anni Sessanta e Settanta, e in parte anche negli Ottanta, si cominciava a “fare sport” a 14, 15, 16 anni, generalmente dopo aver frequentato le scuole Medie ed essere approdati in realtà più organizzate di quelle, spontanee, vissute fino ad allora in slarghi di piccoli borghi o negli spiazzi dei quartieri di città più o meno grandi. Negli spazi liberi disponibili si “giocava” al calcio segnando grossolanamente il campo e le porte con materiale vario, ricorrendo, se necessario, alle proprie “cose” – le borse o gli zaini con i libri di scuola o maglioni, giubbini, cappotti –; oppure si facevano “due tiri a canestro” dove si aveva la fortuna di trovare qualcosa che assomigliasse a un tabellone o a un cerchio in cui far passare il pallone; o, ancora, si organizzavano dispute di corsa più o meno lunghe, magari a staffetta, con squadre di genere anche misto. Tutto, come detto, all’insegna della spontaneità, con l’intento preminente di divertirsi o, perché no?, per la necessità di “bruciare” le energie in eccesso tipiche dell’età adolescenziale.

Capitava non di rado che ad animare l’ambiente intervenisse qualche adulto. Facilmente si trattava di un ex sportivo che, vuoi per le caratteristiche del suo lavoro, vuoi perché già pensionato, aveva del tempo libero da dedicare volontariamente ai ragazzi, per i quali rendeva quei giochi più organizzati. Poco importava se tecnicamente fosse poco preparato: il solo fatto che si fosse dichiarato disponibile lo rendeva benemerito sia agli occhi dei ragazzi che dei loro genitori, rassicurati dalla sua presenza e dall’attività di controllo di un adulto.

Spesso, peraltro, più o meno volutamente, questi si trasformava in un talent scout, segnalando i migliori alle società sportive di cui era a conoscenza. Se così non era, capitava piuttosto frequentemente che qualche osservatore di squadre organizzate passasse in zona e adocchiasse i ragazzi più dotati fisicamente, o comunque genericamente più promettenti, per tesserarli e avviarli a una carriera sportiva vera e propria, dove all’aspetto ludico si aggiungeva quello di una più armonica e sistematica crescita fisica e tecnica.

In quegli anni, d’altra parte, i ragazzi venivano da stili di vita abbastanza spartani, tipici del particolare momento storico, che li portavano ad essere parecchio tonici muscolarmente e con una motricità piuttosto sviluppata per via di esperienze ludiche sperimentate, sempre spontaneamente, nel corso degli anni delle Elementari, ma forse anche all’Asilo (ricordate la *Campana*, il *Ruba Bandiera*, la *Palla Prigioniera*?), e spesso si presentavano ai provini organizzati dalle società sportive già molto “avanti” quanto a preparazione atletica e molto facilitati nell’apprendere la tecnica.

Come detto, da quel momento in poi, quindi ormai in età da scuole superiori, i più bravi venivano indirizzati a un’attività di vertice, mentre quelli meno dotati continuavano la loro nei tornei locali continuando, di fatto, a divertirsi “giocando” attraverso lo sport.

Non che i più capaci non continuassero a sperimentare la componente “gioco”... Indubbiamente, però, per loro la nuova esperienza sportiva procedeva su binari differenti, con l’affinamento delle qualità personali affidato non più al pensionato/guardiano di turno, bensì a figure professionalmente qualificate – dal preparatore all’allenatore, dal massaggiatore al medico, al dirigente dedicato – in grado di garantire miglioramenti notevoli e, spesso, grandi prestazioni e belle soddisfazioni, ma solo a fronte di una condotta di vita ben organizzata e quanto più possibile rigorosa e attenta alla cura dell’allenamento e al mantenimento del miglior stato di forma fisica.

Questo, non va comunque dimenticato, anche a fronte però di una notevole pressione psicologica che talvolta vanificava il piacere di praticare lo sport preferito e portava addirittura qualcuno di essi a non reggere i ritmi di lavoro e le relative tensioni, spingendolo a gettare la spugna e tornare dai “vecchi compagni”.

Per questi ultimi, liberi dal fardello di un ambiente esterno molto esigente, tutto risultava invece estremamente semplice, senza la necessità di affrontare i giudizi di vertici societari esigenti o di tifosi ottusi oppure di ripagare le attese, talvolta legittime, proprie dei genitori dei potenziali campioni, coinvolti sia emotivamente che economicamente dall’attività dei figli.

Al contrario, i loro genitori, quando s'interessavano alla loro attività sportiva della quale riconoscevano il carattere eminentemente amatoriale, ancorché carico di passione e di agonismo, la vivevano in qualità di semplici e disincantati supporter.

L'era del "mini" sport

Tutto questo accadeva, con inevitabili variabili – e in verità non sempre nella maniera descritta, resa semplificata per motivi di spazio –, più o meno in tutti gli sport, nessuno escluso: dal calcio al basket, dalla pallavolo alla pallamano, dall'hockey (su ghiaccio o su prato) al tennis, dal ciclismo all'atletica leggera, dalla ginnastica alla scherma, dal nuoto alla pallanuoto al rugby e così via...

Oggi tutto è cambiato.

Nel senso che le società sportive hanno evoluto le loro strutture inserendo nuove figure professionali, più qualificate, e schemi organizzativi più aggiornati. In particolare, a tutti i livelli, si è data molta più attenzione all'attività giovanile, non più delegata a chi ha più tempo, ma a chi è più preparato. Quindi a diplomati ISEF, a laureati in scienze motorie o comunque a preparatori e tecnici ben ferrati, che di fatto sono andati a surrogare quella preparazione spontanea andata pian piano a sparire, in particolare da quando, in una fase storica di aggiornamento di usi e costumi della società italiana, genitori particolarmente protettivi hanno cominciato a controllare le attività quotidiane dei loro figli, impedendo loro, spesso in maniera del tutto inconscia, di dedicarsi a quella socializzazione spontanea che una volta portava i ragazzi a misurarsi, anche fisicamente, in salutari sfide tra loro attraverso semplici ma divertenti esercitazioni ludiche.

La nuova attività organizzata, generalmente accompagnata dal prefisso "mini" (*minibasket, minivolley ecc.*) o dalla parola magica "scuola" (la *Scuola Calcio* su tutte), che ormai in quasi tutti gli sport va a reclutare bimbi sempre più piccoli, ha finito per coinvolgere anche i loro genitori, i quali si sono trasformati dapprima in supporter e poi, spesso, in tifosi dall'animo "caliente", più simili a ultrà che a assicuranti accompagnatori.

Un figlio, come si dice, è "*nu piezz 'e core*", ma in ambito sportivo – oggi che la riservatezza non è più considerata una virtù, bensì una debolezza, e si prediligono comportamenti offensivi, aggressivi, talora violenti – è risaputo che per molti papà e mamme tende ormai inconsciamente a diventare molto di più: una proiezione di ambizioni mancate, una risoluzione delle proprie frustrazioni, una generica rivincita di prevaricazioni subite.

Quando tutto questo si somma a sentimenti legittimi come l'entusiasmo e la passione per uno sport, benché praticato da altri, nella fattispecie dai propri figli, il cocktail diventa esplosivo e sfocia in episodi sgradevoli come quelli che si racconta avvengano a bordo campo, a bordo pista o a bordo vasca, anche in campionati o tornei meno importanti, con genitori che esprimono il peggio di sé incuranti del cattivo esempio che danno e dell'imbarazzo che generano nei loro pargoli.

Il fatto è che una generica "maggiore informazione" che arriva ormai da ogni parte, dai social media a pubblicazioni dal contenuto tecnico estremamente basico, fa ritenere a molti adulti di avere le conoscenze per trasformarsi in preparatori atletici, allenatori, fisioterapisti, medici, oltre che fini psicologi, intervenendo poi a sproposito in molte situazioni e creando disagi, incertezze e confusione nelle teste dei ragazzi, i quali, indecisi se seguire i consigli dei genitori o quelli delle figure preposte alla loro preparazione, faticano a capire quale sia la strada da percorrere e poi rimangono quanto meno sconcertati dalle contraddizioni che si trovano a vivere ogni volta che varcano la porta dello spogliatoio o entrano in campo/palestra/piscina.

A risentirne non è, spesso, solo il loro rendimento, in allenamento o in gara/partita, ma anche lo stato dei rapporti con i quadri societari – dal tecnico ai dirigenti –, generalmente prevenuti nei confronti delle famiglie più invadenti e quindi, di riflesso, dei ragazzi stessi, che risultano inevitabilmente penalizzati.

Una delle battute che circola negli ambienti dei settori giovanili, ritenuta divertente ma in realtà di estremo cattivo gusto, dice che “*per diventare campioni i giovani atleti dovrebbero essere orfani*”, riferendosi proprio alle ingerenze dei genitori nell’attività sportiva dei loro figli e agli inopportuni (e importuni) sconfinamenti dal loro ruolo per intervenire in quelli, ritenuti preminenti, dell’allenatore e del dirigente societario.

Il rispetto dei ruoli

La verità è che basterebbe, appunto, proprio il rispetto dei ruoli, per riassegnare a ciascuno l’ambito in cui operare al meglio per la salute fisica e psichica dei ragazzi che praticano, a un qualsivoglia livello, lo sport organizzato. In proposito non è un mistero che il segreto per lo sviluppo lineare di una carriera sportiva sta proprio nella validità della compagine organizzata che affianca l’atleta. Che è tanto più efficace quanto più si avvale di figure effettivamente utili e professionalmente qualificate, dalla struttura tecnica (preparatore, allenatore) a quella sanitaria (medico, fisioterapista, massaggiatore, nutrizionista, psicologo dello sport) a quella dirigenziale, il più possibile ampia e articolata dal punto di vista funzionale.

È ovvio che tale articolazione è ideale ed è fatta propria da poche società sportive, generalmente quelle professionistiche (ma in verità non sempre). Quale però che sia il livello garantito, l’importante è che ciascuna figura si occupi del proprio ambito e, pur nello spirito della più ampia collaborazione, rispetti il ruolo degli altri “operatori”. Partendo dal presupposto che l’atleta faccia al meglio la sua parte mettendo “in campo” le proprie qualità fisiche e motivazionali, oltre a una condotta consona, che rispetti le primarie regole d’igiene e ritmi di vita che consentano prestazioni ottimali, in questo modo diventa chiaro che il supporto dei suoi collaboratori e lo scambio tra loro d’informazioni consentirà un continuo monitoraggio e interventi immediati in caso di piccole o grandi emergenze.

Affaticamenti improvvisi? Cali di forma o di motivazione inattesi? Un malanno inatteso? Se la sinergia è funzionale e attenta, si può agire al più presto lasciando l’ambito d’intervento alla figura più appropriata alla situazione, che a sua volta si rapporterà con le altre per “aggiustare il tiro”, cioè riadeguare la programmazione o ridimensionare, magari solo temporaneamente, gli obiettivi.

L’importante, come si diceva, è che ciascuno porti il contributo che gli compete, senza... sconfinamenti. Accade invece piuttosto di frequente che il massaggiatore, che magari è un autodidatta e non ha mai trattato i quadricipiti o i polpacci di un saltatore in alto, di un hockeista o di un tennista («*Ma è bravo, massaggiava le pallavoliste della C2, mi è stato consigliato da Tizio, che di sport ne capisce...*»), “prescriva” al giovane atleta un medicinale o un certo tipo di cura anziché dare un feedback al medico o al fisioterapista e lasciare poi a questi la diagnosi e la terapia.

O che il medico, che di fisiologia inevitabilmente ne sa, rifacendosi agli esiti di esami strumentali fatti dall’atleta, gli suggerisca di variare il programma di allenamento del preparatore atletico o del tecnico anziché riportare i dati a questi e confrontarsi con loro per rivedere il lavoro proposto.

O, ancora, che l’allenatore, col pretesto di farlo “per il bene dell’atleta”, intervenga nella sua vita di relazione (sentimentale, emozionale, affettiva) e/o nelle scelte familiari, sostituendosi di fatto ai genitori, che di quest’ambito devono invece essere gli unici “titolari”.

Scelte obbligate

Eccoci dunque tornati al capolinea: i genitori.

Papà e mamma una volta si preoccupavano marginalmente del fatto che un loro figlio praticasse uno sport, almeno, come detto, fino a una certa età.

Oggi, pressati dalle “politiche promozionali” piuttosto aggressive delle società – presenti ormai anche nelle realtà abitative più piccole, generalmente in dipendenza della vicinanza di un impianto funzionale e funzionante –, che si rivolgono a un reclutamento sempre più precoce, si vedono invece quasi sempre costretti a fare una scelta immediata e obbligata, legata talvolta più al sociale che allo sportivo.

Procrastinarla vorrebbe dire escludere il bimbo da un meccanismo diventato ormai così perfetto da non poter essere più “riagganciato”. Iscriverlo infatti uno o due anni dopo, o non iscriverlo del tutto, vorrebbe dire farlo uscire dal suo giro di amicizie, rinunciare a sinergie d'intervento con altri genitori (accompagnamenti, passaggi in auto eccetera), oltre che suggerire un atteggiamento quasi snobistico. Accettarla vuol dire invece beneficiare di un paio di garanzie piuttosto allettanti: veder “insegnato” lo sport scelto al loro bimbo e saperlo impegnato per un certo numero di ore settimanali in un ambito protetto.

La scelta, d'altra parte, presuppone l'accettazione della realtà societaria esistente, auspicabilmente ben strutturata e in grado di dare assistenza piena ai giovani sportivi in un'età particolarmente delicata per la loro crescita psicofisica. Un settore giovanile affidato a istruttori e dirigenti improvvisati è infatti quanto di più pericoloso possa rivelarsi nel mondo dello sport. La scarsa conoscenza della didattica o della progressività nell'insegnamento della tecnica può portare all'apprendimento sbagliato, da parte degli allievi, di movimenti (o sequenze di movimenti) fondamentali, precludendo, di fatto, il loro accesso a futuri risultati di rilievo. La cosa è indubbiamente grave, ma non lo è quanto l'ignoranza riguardo i ritmi biologici di crescita dei ragazzi, catalogati da tempo dalla scienza e purtroppo ignoti ai più, perché interventi inappropriati incidono in maniera fortemente negativa, pericolosa e talora irrimediabile, nel fisico e nella psiche dei giovani atleti.

Piuttosto che affidare questi ultimi a strutture inadeguate, verrebbe da dire, meglio farli tornare in strada a fare quello che facevano i quarantenni, i cinquantenni e i sessantenni di oggi. Peccato che la cosa, per mille intuibili motivi, non sia più possibile.

Benvenuti mamma e papà

Cosa diavolo dovrebbe dunque fare oggi una coppia di genitori (o anche un singolo) per far vivere al proprio figlio (o ai propri figli) l'esperienza sportiva migliore?

Per prima cosa dovrà chiedersi, e chiedergli, se è disposto ad affrontare col migliore stato d'animo la nuova esperienza.

Improbabile che abbia una risposta diversa da «*a me piace giocare a..., pattinare, nuotare, fare ginnastica*», soprattutto se avrà posto la domanda a un bimbo (o una bimba, ovviamente), particolarmente piccolo, al quale interesserà principalmente l'aspetto ludico dello sport scelto. Ma anche da un bambino più cresciuto avrà difficilmente una risposta più decisa, che presupponga una lungimiranza che vada oltre l'iniziale, entusiastica passione.

Quale che sia la risposta, e l'idea che ne sarà scaturita, i genitori dovranno poi comunque monitorare nel tempo l'attività per verificare se la preferenza del bimbo per quello sport è genuina e non frutto di una forzatura, anche minima, e, inoltre, se c'è vero feeling con la realtà – istruttori, compagni, impianti – con cui egli si rapporta.

Quanto a questa, va selezionata con una certa cura, così da ridurre al minimo il rischio di essere costretti a cambiarla strada facendo. I criteri di scelta non sono sempre semplici, ma con un po' d'attenzione e, ovviamente, con previ incontri miratamente richiesti o proposti dalla società, si può arrivare a una decisione soddisfacente.

Parametri oggettivi piuttosto utili per “farsi un'idea” della consistenza delle società tra cui scegliere sono quelli richiesti loro da molte amministrazioni locali per definire le precedenze nelle sovvenzioni economiche o nell'assegnazione degli spazi negli impianti sportivi di proprietà pubblica, e si riferiscono, come già accennato in questo lavoro, alla qualità della loro proposta organizzativa e alla validità dell'organigramma, con particolare attenzione alla preparazione e all'esperienza della struttura tecnica.

Una volta fatta la scelta e, quel che più è importante, arrivati all'accettazione della stessa, papà e mamma (o papà da solo e mamma da sola) dovranno darsi un codice di comportamento che nel corso della stagione – chi scrive è da sempre contrario a rotture affrettate e favorevole, invece, a mediazioni anche temporanee – eviti di ingenerare malintesi con interventi inopportuni o decisamente fuori luogo. Bendisporci sin dal principio è un ottimo punto di partenza, funzionale a una fattiva collaborazione.

Nella scelta della migliore realtà sportiva non si può certo escludere di prendere una grossa cantonata, ma oggi si ha generalmente a che fare con strutture valide anche dal punto di vista umano, con le quali è possibile dialogare con grande e reciproca soddisfazione.

Allora potrebbe anche riuscire facile trasmettere un messaggio al quale non tutti sono preparati.

E cioè che all'(algido) organigramma che prevede figure importanti, se non indispensabili, alla comprensione delle esigenze dei ragazzi e alla risoluzione dei loro problemi connessi alla pratica sportiva, andrebbe definitivamente, e ufficialmente, aggiunta quella dei genitori.

Al diavolo chi li vuole defunti! È assolutamente risaputo che non ci fossero loro a scarrozzare i giovani atleti avanti e indietro, agli allenamenti e spesso anche alle gare, il nostro mondo dello sport andrebbe in tilt. Ma, a parte questo, cosa comunque non da poco, sono quelli che passano con i ragazzi il maggior numero di ore, peraltro quelle più importanti per la loro crescita caratteriale e umana.

Per quanto infatti possano incidere il carisma di un allenatore, la competenza di un medico, la disponibilità del migliore dei dirigenti, sono i genitori i veri referenti delle gioie, delle delusioni, dei dubbi, delle emozioni, dei sogni dei loro figli. I veri anelli di congiunzione tra la loro vita di tutti i giorni, spesso troppo omologata, e la realtà sportiva in cui provano a far emergere le qualità migliori, temprando allo stesso tempo il fisico e il carattere.

Perché la scelta fatta risulti poi funzionale, a papà e mamma si richiedono maturità, spirito di cooperazione e grande lungimiranza, oltre alla capacità di essere i primi tifosi dei figli trattenendosi dal... trascendere. Cosa che, senza voler negare quanto di buon senso è stato eventualmente scritto qui, nel "mestiere" di genitore è una delle più difficili da garantire...

