

PSICOLOGIA GENERALE

Francesco Valente

Il termine psicologia è composto da:

psiche = anima o fenomeno psichico *logos* = discorso, scienza, studio.

- Ne deriva che la psicologia è studio di tutti i fenomeni psichici, *coscienti e inconsci*. Poiché il suo campo di indagine è molto vasto, diventa *scienza del comportamento umano*.
- Ad esempio: lo psicologo che voglia indagare sull'aggressività, dovrà osservare il comportamento di un individuo aggressivo (come mangia, come gesticola, come ride, come cammina).
- In seguito esaminerà le cause esterne di questo comportamento, indagando su educazione, famiglia, religione, ambiente ...
- Poi dovrà ancora studiare le cause inferiori, consce o inconscie che possono aver scatenato aggressività, come emozioni, complessi, ereditarietà, affaticamento, malattie.
- Infine, sceglierà una psicoterapia adatta per intervenire su quel individuo e curargli il comportamento deviante.

Qui si apre il lungo discorso sulle diverse scuole psicologiche, che io in questa sede tralascerò, limitandomi a ricordare che uno degli indirizzi più famosi è la psicanalisi, introdotta da Freud all'inizio del secolo e basata sullo studio dell'inconscio.

Oggi è provato che l'interesse per la psicologia è in aumento, per colpa della vita moderna, stressante, caotica, povera di valori tradizionali, massificante e quindi alienante.

L'uomo, e non è un luogo comune, si sente spesso solo in mezzo alla folla; è costretto a lavorare per salire la scala sociale e, se non è rampante, non ha successo. Calma, serenità e cautela nell'agire sono considerate forme di pigrizia. La riflessione e la meditazione sembrano perdite di tempo.

I mass-media solleticano l'emotività e gli istinti degli utenti, non la loro intelligenza.

La psicologia cerca di aiutare l'uomo a ritrovare la sua serenità perduta, a godere delle gioie della vita e a curare stress ed esaurimenti, insegnandogli a conoscere se stesso.

Solo attraverso questa conoscenza di sé l'uomo può trovare armonia ed equilibrio. Certo non è facile, ma oggi l'individuo soffre di malattie che i primitivi in gran parte ignoravano, come l'esaurimento nervoso, l'impazienza, l'agitazione, l'aggressività immotivata, la ribellione contro la società.

Di fronte a questi squilibri l'uomo è impotente, se non si conosce, perché si abbatte senza farvi fronte.

Quindi, non si deve pensare che una terapia psicologica risolva i problemi dei pazienti, perché sarebbe miracolistica!

Invece insegna loro a capirsi e quindi, ad affrontare meglio le difficoltà della via, correndo anche il rischio che non siano affatto superabili. In tal caso, con l'aiuto della psicologia, si impara a convivere con esse, a sopportarle, ad evitare che ci distruggano e solo nei casi ottimali, a risolverle. **Francesco Valente**

Soprattutto si impara che la normalità non esiste, che è l'ideale non raggiungibile. Ogni uomo ha in sé qualche germe di follia che può restare latente tutta la vita, o esplodere in comportamenti devianti, se il controllo emotivo ed intellettuale fallisce.

Molti credono erroneamente che tra il malato mentale e il sano vi siano differenze *qualitative*; invece sono solo *quantitative*: il malato mentale è la lente d'ingrandimento del sano, cioè nel pazzo sono abnormi i comportamenti che nel sano sono appena accennati.

Se prendiamo coscienza di questa realtà, smetteremo di considerare il malato mentale come un diverso e saremo anche più comprensivi verso le nostre piccole follie quotidiane.

Quando qualcuno incontra una persona che svolge la professione di psicologo, ha la tendenza a reagire in vari modi. Esaminiamone alcuni.

Ci sono coloro che, mossi da una grande curiosità, cominciano a fare un mucchio di domande:

"Allora, lei che conosce la gente, mi dica che tipo sono io".

Oppure: "Mio figlio continua a succhiarsi il dito, come lo debbo trattare?"

Od ancora: "Che cosa significa questo strano sogno che ho fatto l'altra notte?" quasi che lo psicologo potesse, in quattro e quattr'otto, tirare fuori la soluzione o la formula più conveniente.

Poi ci sono coloro che reagiscono con un atteggiamento di difesa, di chiusura o di diffidenza, come se temessero di venire indagati e scoperti, con una semplice occhiata, nei propri pensieri e sentimenti più intimi.

Infine, esiste anche una terza categoria di persone: sono quelle che rifiutano la psicologia in blocco, affermando che non c'è niente di scientifico, e che si tratta di una pura e semplice montatura, di un mucchio di fandonie, e così via.

In realtà queste reazioni rispecchiano atteggiamenti diversi che la gente nutre nei confronti della psicologia. Va aggiunto che l'idea di psicologia che ne risulta è molto limitata; in alcuni casi questa idea è anche sbagliata. Ma cosa è, veramente, la psicologia?

Molte altre discipline, però, hanno lo stesso obiettivo: per esempio la filosofia, la biologia, la medicina. Bisogna quindi aggiungere qualcosa per comprendere meglio la nostra definizione. Possiamo allora dire che:

la psicologia studia l'uomo nei suoi comportamenti e nei suoi processi mentali, anche in rapporto all'ambiente che lo circonda.

PSICOLOGIA DELL'ETÀ EVOLUTIVA

Francesco Valente

L'argomento in oggetto è la psicologia dell'età evolutiva, nelle sue caratteristiche fondamentali che un operatore di squadra calcistica non deve ignorare perché, altrimenti, i suoi interventi non saranno né mirati, né efficaci.

Preciso subito che lo schema che vi darò è molto flessibile; non può essere rigoroso, perché la maturazione individuale è soggettiva.

Ad esempio, una crescita in statura vistosa e accelerata può rallentare lo sviluppo mentale di un bambino, o ridurne le capacità di concentrazione o di applicazione, nello studio e nel gioco, come se tutte le sue energie fossero impiegate nella crescita fisica.

Invece, in casi normali, se lo sviluppo del soggetto che cresce è armonico, psiche e fisico maturano di pari passo e per un genitore, un educatore, un allenatore o un dirigente a contatto con i ragazzi, la comprensione dei loro comportamenti sarà facilitata. Ciò premesso, le principali fasi dell'età evolutiva sono cinque:

- ***prima infanzia:*** dalla nascita ai tre anni
- ***seconda infanzia:*** dai tre ai sei anni
- ***fanciullezza:*** dai sei agli undici anni
- ***pubertà:*** dagli undici ai quattordici anni
- ***adolescenza:*** dai quindici ai venti anni

Le prime due fasi, dagli 0 ai 6 anni non ci interessano; la terza e la quarta, invece, ci riguardano da vicino, specie a partire dagli 8 anni fino alla fase puberale ed adolescenziale.

Torniamo per un attimo alla classificazione in generale; vorrei far presente che essa comprende anche delle crisi evolutive, cioè particolari momenti di disadattamento e di disorientamento del soggetto, nei confronti di se stesso e del suo ambiente.

Tutti li attraversano e cadono in fasi di eccitazione e insofferenza o di tensione, che complicano gli interventi degli educatori.

- La prima crisi è quella dello svezzamento (in cui il bimbo si stacca dalla madre con la quale viveva in simbiosi).
- La seconda, intorno ai 2, 3 anni, è quella in cui il bambino comincia a distinguere se stesso dal mondo esterno, che diventa suo nemico.
-

Tralascierò queste due fasi e darò, invece, molta importanza alla terza, la fanciullezza e alla quarta, la crisi puberale che formerà la nuova personalità del giovane.

Fanciullezza

Tratterò ora la terza fase, cioè la fanciullezza, in dettaglio. Tra i sei e gli otto anni, il bambino che va a scuola apprende a leggere e a scrivere, ma solo a circa 7 anni ha inizio l'età della ragione, quella in cui non si impara più mnemonicamente.

- Si comincia a cogliere le relazioni tra le cose, a formare dei concetti, a formulare un pensiero critico, a non scegliere più in base al principio del piacere o dell'apparenza, ma a quello della logica e della concretezza.
- Solo intorno ai 7, 8 anni i bambini capiscono che certi fenomeni hanno spiegazioni non animistiche, ma scientifiche.
- Vi farò un esempio riguardante il *fenomeno delle nuvole*. Intorno ai 4, 5 anni il bambino ritiene che le nuvole si muovano perché sono vive, perché vogliono e sanno dove andare. Solo intorno ai 7 anni pensano che sia il vento a spostarle.
- Ecco un altro esempio: se *sciogliamo una zolletta di zucchero in acqua*, sotto i 7 anni il bimbo penserà che lo zucchero è scomparso; intorno agli 8 anni, crederà che lo zucchero sia in acqua, ma sotto forma di bollicine o briciole invisibili.

Quindi, quando ci intestardiamo a proporre uno schema di gioco ai nostri calciatori più piccoli o chiediamo loro razionalità di comportamento, ricordiamo che hanno appena cominciato a ragionare.

Però, contemporaneamente, questi ragazzini hanno già superato la seconda crisi evolutiva, quella determinata da uno spiccato egocentrismo e se anche ragionano poco, sono invece capaci di provare affetto in modo meno impulsivo e meno interessato di prima.

Cominciano a provare piacere a donare, a fare piccoli sacrifici, ad affezionarsi a persone al di fuori della famiglia.

Sono queste le molle che occorre stimolare, più di quelle razionali, per dirigere dei ragazzini. Se amano la squadra e i loro dirigenti, saranno capaci di sacrifici commoventi.

Cominciano già ad apprezzare giochi legati a progetti, a regole di esecuzione che tutti seguono e si controllano a vicenda, perché nessuno trasgredisca.

Riflessioni di facile consultazione

Questa voglia di giocare in modo più socializzato e complesso è tipica dell'età e può essere un'ottima base per passare dalla voglia di prendere a calci un pallone a quella di giocare a calcio. Nella stessa fase di crescita, quando il ragazzino si trova tra gli 8 e gli 11 anni, vive un periodo di accentuato realismo e di grande curiosità, proprio per tutto ciò che è reale, con particolare predilezione per le cause dei fenomeni.

La mania del reale produce spesso una grande passione per il collezionismo. In questa età, la sfera emotiva del ragazzo è relativamente tranquilla e se emergono le prime domande concrete di carattere sessuale, è ora di rispondere con spiegazioni semplici e

chiare, perché queste domande non nascono da pulsioni morbose, ma da curiosità legate alla sfera del reale, nel campo della procreazione.

Tale realismo si manifesta anche nelle letture preferite; le favole scadono d'interesse e si prediligono libri di viaggi e di scoperte che esaltano le conquiste della mente umana. In questa fase, ripeto tra gli 8 e gli 11 anni, si sviluppa anche la capacità di autocritica e di autodisciplina, utilissime in una squadra di calcio.

Adesso è più facile che in futuro insegnare le regole di questo gioco, perché, non appena il ragazzo entrerà nella fase puberale, sarà disturbato da un gran bombardamento emotivo e perderà parte del realismo di prima, ricominciando a vedere gli eventi in modo soggettivo.

Ancora un'osservazione su questa ricchissima fascia d'età: è l'epoca in cui il ragazzo smette di scegliere a caso i compagni di gioco e forma gruppi più omogenei, cioè della stessa età e dello stesso sesso. Il gruppo di maschi tende a diventare banda, con i suoi leaders e un grande spirito di corpo. Ma di solito, queste bande accettano di preferenza un capo adulto, se lo trovano.

Quando un allenatore o un dirigente si guadagna la fiducia della propria squadra di ragazzi, diventa una specie di leader che indirizza il suo gruppo verso attività stimolanti e divertenti, rifiutando le componenti di aggressività che la banda scatena e fa leva proprio sullo spirito di corpo e di fedeltà a questa banda di sportivi, che è una squadra di calcio giovanile.

Un allenatore o dirigente è capobanda, solo se i ragazzi lo ammirano e a questa età ciò accade soltanto se l'adulto dimostra di non possedere quelle paure, quelle insicurezze, quelle debolezze che i ragazzi provano e di cui si vergognano.

A questo punto, vorrei chiarire quali sono i principali difetti di carattere evidenziati da un ragazzo di questa età. Sono atteggiamenti e modi di essere che anche gli adulti possiedono, ma tra gli otto e gli 11 anni circa, sono facilmente riconoscibili e se i dirigenti e gli allenatori ne tengono conto, possono contribuire a ridurli, se non addirittura ad eliminarli.

I più diffusi sono:

la bugia

la paura

la timidezza

la balbuzie

l'aggressività

la prepotenza

Bugia

Specialmente tra gli 8 e i 9 anni circa, la menzogna è frequente e non deve preoccupare troppo perché il ragazzo è ricco di immaginazione, non ha ancora chiara coscienza del vero e del falso;

- non possiede grande consapevolezza dell'inganno
- dice le bugie anche per gioco, per il piacere di fingere oppure per autodifesa, specie se è stato educato con troppa severità e perciò tende a sentirsi sempre in colpa.

Nell'ambiente di gioco la bugia più frequente è quella di autodifesa, perché nasce dall'insicurezza e dalla paura di non essere all'altezza della squadra. Si tenga presente che quando la bugia manifesta ostilità all'ambiente, può anche accompagnarsi al furto, ma questo è già un caso limite.

A me preme che chi opera nel mondo del calcio sia al corrente del fatto che i suoi ragazzi possono essere bugiardi, però sanno apprezzare la lealtà e la sincerità.

Quegli allenatori o quei dirigenti che, invece, alimentano falsità ad esempio sulle squadre avversarie, o scendono a compromessi con la verità pur di far vincere la loro squadra o approvano e sollecitano tutte le simulazioni e le sceneggiate che in campo sono fin troppo frequenti, aggravano questo difetto che è già radicato nei ragazzi in tale fase della crescita.

Paura

Altri difetti di questa fase evolutiva sono le frequenti paure, reali o immaginarie, che sono numerose; inoltre, più il soggetto è suggestionabile e insicuro e più ha paura.

Nel nostro ambiente non è raro il caso di ragazzi spaventati prima di una partita di calcio, in preda a vari malesseri psicosomatici e tutti tesi a nascondere questi terrori di cui si vergognano.

L'allenatore che conosce le paure giovanili, eviterà di ingigantirle sventolando lo spauracchio della sconfitta appena un ragazzo sbaglia; eviterà i discorsi ansiogeni sul futuro della squadra. Al contrario si dimostrerà ottimista e fiducioso, chiarendo che una sconfitta non è mai la fine del mondo, mentre c'è chi la vive come una catastrofe.

Timidezza

Si associa spesso alla paura ed è, a volte, originata da un'educazione troppo severa e sovente si eredita dall'ambiente familiare.

All'origine della timidezza vi è sempre un gran senso di inferiorità: il gioco del calcio può essere un ottimo metodo terapeutico contro la timidezza e la sfiducia in sé, a patto che chi allena il ragazzo sia con lui tollerante e generoso, non lo colpevolizzi al minimo errore e non gli affidi troppe responsabilità, come un calcio di rigore.

In altre parole, quando si allenano giocatori di questa età, bisogna privilegiare l'aspetto educativo, rispetto a quello agonistico; è più importante formare giovani allegri, leali, onesti, piuttosto che piccoli divi nevrastenici. Il giovane calciatore "renderà" senz'altro di più se è sereno e tranquillo,

Un allenatore dovrà, per questo, imporsi anche a quei genitori troppo intriganti, che durante le partite sbraitano come spiritati ai bordi del campo, insultando arbitri e avversari.

Francesco Valente

Quindi una squadra di calcio giovanile può essere una scuola di vita a patto che il suo fine non sia solo la vittoria a tutti i costi.

Balbuzie

Non è poi così rara ed è alimentata da paura e timidezza associate. Pochi sanno che nasce da abitudini che servono al soggetto a combattere il nervosismo e l'insoddisfazione.

Queste abitudini consistono, ad esempio, nel succhiarsi il pollice o nel mangiarsi le unghie. Se gli adulti insistono a correggere il ragazzo con la forza, ne può nascere la balbuzie.

Balbuzienti sono pure alcuni mancini cosiddetti "repressi", la cui naturale tendenza ad usare la mano e il piede sinistri sia stata corretta in modo forzoso e coatto.

Il gioco del calcio è una buona terapia anche contro la balbuzie, a patto che l'allenatore:

- non dia peso al difetto e circondi il ragazzo di serenità e comprensione
- consenta al ragazzo di esprimersi senza fargli fretta, senza suggerirgli le parole e lasciandolo giocare, secondo le sue naturali inclinazioni, specie se è mancino (non è comunque prevista la repressione dei mancini nel mondo del calcio, anzi tutti gli allenatori ne vorrebbero almeno 5 in ogni squadra...)

Aggressività

Nasce, fondamentalmente, dalle frustrazioni di bisogni profondi, quali quelle di sicurezza e di indipendenza. Se l'ambiente lo rifiuta o non lo soddisfa, il bambino può diventare aggressivo ed esprimersi attraverso la violenza.

Tuttavia non si creda che l'aggressività sia solo distruttiva; essa può essere anche un impulso positivo alla propria autoaffermazione. Spetta agli adulti incanalare in tal senso.

Il calcio è uno sport chiaramente aggressivo, è inutile negarlo e spesso produce traumi fisici. Se da un lato il ragazzo sfoga la sua aggressività nello sforzo fisico, dall'altro la ricarica durante i contrasti, i falli, le dispute arbitrali.

L'allenatore ricordi che i suoi giovani calciatori sono già spesso naturalmente aggressivi, senza bisogno che siano stimolati in tal senso, anzi esagerano in vivacità ed esasperano tutto con forti tensioni emotive.

È proprio necessario che gli adulti gettino acqua sul fuoco, smorzino le polemiche, calmino gli odi di parte perché, come ho più volte ripetuto, il loro è un ruolo educativo.

Prepotenza

Molti ragazzi sono prepotenti e lo dimostrano anche nel gioco. Sono soggetti che sentono un grosso complesso di inferiorità e lo mascherano con una compensazione in eccesso che è proprio la prepotenza. Litigano per futili motivi e vogliono sempre avere ragione, anche se sanno di avere torto, perché intendono così imporsi agli altri.

Diventano prepotenti i ragazzini feriti nel loro amor proprio o eccessivamente viziati che, alla minima contrarietà, reagiscono gridando, insultando e picchiando.

Occorre molta pazienza da parte dell'adulto, ma è bene ricordare che la prepotenza si cura e si combatte con il senso di giustizia.

Se l'allenatore imposta le regole della sua squadra su principi di giustizia e li fa rigorosamente rispettare, otterrà consensi e apprezzamenti anche da parte del prepotente che vedrà cadere le occasioni per protestare e ribellarsi.

Pubertà

La pubertà si manifesta, più o meno, in corrispondenza della scuola media ed è un periodo di grande incertezza, perché il ragazzo non è più fanciullo e non è ancora adolescente; di fatto è momentaneamente un "disadattato".

Questo delicatissimo ciclo della vita è inaugurato dalla nascita di caratteristiche sessuali secondarie che, nel maschio, sono i primi peli della barba, il cambiamento della voce, il disarmonico allungarsi delle membra. La pubertà finisce quando si acquista la facoltà di generare.

Il periodo puberale produce sempre nel soggetto irrequietezza, umore variabile, tendenza all'isolamento dagli adulti, eccessiva emotività.

È un'età di grande fragilità inferiore, che può essere aggravata da quegli adulti che prendono in giro il ragazzo o lo rimproverano costantemente ricordandogli che è cambiato in peggio, che il suo rendimento scolastico è troppo basso, che non ragiona con la testa, ma è preda dell'istinto.

In questa fase puberale, un giovane calciatore, prima promettente, può regredire apparentemente senza motivo logico, può assentarsi dalla squadra per improvvisa negligenza, per insofferenza e indolenza verso gli allenamenti e il lavoro di preparazione atletica.

Un intervento troppo repressivo e severo dell'adulto può ottenere l'effetto contrario e provocare una crisi di rigetto per lo sport. Occorre, invece, pazientare e ridurgli la fatica, dimostrare che si capiscono i suoi problemi, si lodano i suoi minimi miglioramenti, si tollerano gli errori.

- Sotto il profilo intellettuale, i ragazzi in età puberale acquisiscono la capacità logica vera e propria, sono cioè in grado di ragionare in astratto e in modo deduttivo.

Francesco Valente

- Sul piano sociale è questa l'età in cui i soggetti amano sempre di più la compagnia degli amici, per uscire dalla depressione e dall'isolamento. Un ragazzo di questa età che disdegna il gruppo non possiede una perfetta salute psichica.

La fondamentale differenza tra un gruppo di ragazzini e un gruppo di preadolescenti risiede nel fatto che questi ultimi disdegnano la presenza degli adulti e li evitano, preferendo la compagnia dei coetanei.

È bene che gli adulti si rassegnino e tollerino questi gruppi in nome della maturazione dei ragazzi e non si tema che essi degenerino in atteggiamenti sovversivi o antisociali; ciò avviene solo in casi di abbandono della famiglia o di altre situazioni eccezionali.

Anche se non ricercano più dei capi adulti, questi soggetti amano ancora giocare e prediligono attività agonistiche di movimento; preferiscono scontrarsi, combattere, sono cioè competitivi.

Occorre quindi approfittarne e far loro frequentare luoghi di vita di gruppo organizzata, come oratori, scouts o squadre sportive, tese a sfruttare questo bisogno di aggregazione e di competizione.

Anche in questo caso un responsabile di una squadra di ragazzi dodicenni ricordi che ha a che fare con elementi molto fragili, suggestionabili, in fase di repentino cambiamento e non pretenda da loro grandi prestazioni a questa età, perché sono più impegnati a crescere che a gareggiare.

Quindi un allenatore che pure ignori la complessità dell'età evolutiva avrà solo dei vantaggi se imposterà i suoi interventi in modo positivo, ottimistico, sereno, spiritoso, teso ad abbassare le tensioni e a ricordare sempre che, a questi livelli, il calcio è soprattutto un bel gioco che combatte lo stress della scuola e del lavoro e dovrebbe evitare di crearne dell'altro.

Riflessioni di facile consultazione
sugli aspetti psicologici del calcio

Adolescenza

Si apre intorno ai 14-15 anni, ed è un periodo un po' più sereno di quello puberale, che è molto più irrequieto e ricco di sbalzi umorali.

La personalità adolescenziale comincia ad assumere caratteristiche dominanti definitive, ma non ha ancora raggiunto l'equilibrio.

Il ragazzo è spesso insoddisfatto, perché aspira ad essere qualcuno e a realizzare qualche cosa, ma l'affermazione dell'Io deve percorrere una lunga strada, mentre la volontà non è ancora temprata.

Si crede che l'adolescente sia *anticonformista*, perché rifiuta il mondo adulto, ma è anche vero che è ricco di positive scoperte di valori.

Inoltre, spesso, l'anticonformismo è più apparente che reale; è solo un modo di esprimere a parole il desiderio di indipendenza.

Per sentirsi autonomo nei propri giudizi, il ragazzo non trova di meglio che manifestare idee diverse da quelle dei genitori e reagire alle loro decisioni; però, poiché non è affatto sicuro di sé, ha paura di avventurarsi da solo nella vita e se godesse di troppa libertà sarebbe il primo a dolersene, scambiandola per mancanza di affetto familiare.

Per ribadire il suo bisogno di libertà, in molti casi il ragazzo assume pose eccentriche negli abiti, nel taglio dei capelli, nella scelta musicale... ma non si creda che sia quello il suo gusto personale; è solo conformismo verso il gruppo di appartenenza.

L'età adolescenziale è anche quella in cui si sperimenta la capacità d'amare; si comincia con forti amicizie alimentate dalla confidenza e poi maturano le naturali tendenze verso l'altro sesso. È, però, un amore ancora molto idealizzato e raramente definitivo; si ama l'amore, cioè si sfogano energie biopsichiche ormai maturate, ma l'oggetto amato ha scarsa importanza, perché il ragazzo non lo vede in modo realistico, ma gli attribuisce le qualità che la fantasia gli suggerisce.

Si è ancora in fase di incoerenza emotiva e affettiva; l'amore adolescenziale si dichiara sempre eterno e, di solito, dura poco, perché il giovane, nonostante i suoi slanci di generosità, è più interessato a se stesso che al prossimo e non sa costruire qualche cosa di duraturo in un'ottica a due.

In questa età, prendono anche vita nuovi interessi superiori: estetici, filosofici, sociali, politico-umanitari, religiosi; il ragazzo, però, è facile sia agli entusiasmi che alle delusioni.

La sua intelligenza è oramai capace di formulare pensieri astratti e ragionamenti complessi, ma manca ancora di maturità di giudizio e la volontà può essere troppo labile o, all'opposto, troppo rigida. Inoltre, le attività intellettive sono ostacolate dalle interferenze della fantasia.

Riflessioni di facile consultazione

È, però, l'età giusta perché il giovane capisca la bontà di fondo dei valori morali e, se decide di seguirli, non agisce più per imposizione educativa, ma per volontà inferiore.

Nell'adolescenza matura anche la religiosità, che il giovane sente perché ha bisogno di amore, confidenza, donazione. La fede gli propone ideali pratici di solidarietà che egli condivide, ma spesso gli sfugge l'aspetto passivo della religiosità, cioè la Grazia.

Comunque, se il giovane è attorniato da persone che gli propongono solo valori e modelli umani, non esprimerà affatto questa tendenza, anzi la soffocherà presto.

L'adolescente ha, inoltre, una personalità marginale, perché sa di non appartenere più al gruppo dei bambini, ma non è ancora pronto per il gruppo degli adulti; in famiglia vorrebbe essere, come ho già scritto, dentro e fuori.

Francesco Valente

Tali crisi di indecisione e di incertezza si manifestano in modo accentuato nel suo sport preferito; non è raro che, dopo averlo praticato a lungo, negli anni della fanciullezza e della pubertà, lo abbandoni proprio adesso.

Ma ora ha bisogno di tempo libero, durante il quale discorrere con i suoi coetanei, al limite in cui annoiarsi per ore, ma in atmosfera rilassata. Invece lo sport gli chiede ore intense, mai distensive. A questo punto, la figura dell'allenatore assume un ruolo decisivo nella scelta finale dell'abbandono o della conferma al proprio sport, in questo caso il calcio.

L'allenatore che capisce il suo gruppo di calciatori è sensibile e comprensivo verso i vincoli di amicizia all'interno del suo gruppo;

non considera elementi di disturbo tutti i discorsi che non sono relativi al calcio, anzi *favorisce* le chiacchierate che non rievocano solo sconfitte, vittorie, o tattiche di gioco.

L'adolescente, in pratica, conferma il suo interesse per il calcio, solo se la società sportiva cui aderisce gli offre anche qualche cosa d'altro ed è tollerante verso una sua eventuale indolenza o infedeltà per gli allenamenti.

In conclusione, non si creda che la severità sia una componente irrinunciabile del carattere di un allenatore; se egli ha a che fare con i giovani, la severità, specie se eccessiva e intransigente, è un difetto a rischio.

PSICOLOGIA DEL GIOCO DEL CALCIO

Riflessioni di facile consultazione
sugli aspetti psicologici del calcio

LA RIEDUCAZIONE DELL'EDUCATORE

(Torniamo a scuola per imparare ad insegnare)

Francesco Valente

C'è una fase nella vita in cui occorrerebbe rimettersi in discussione, ammettere, cioè che ciò che si è appreso a scuola, nonché le esperienze successive, vanno rivisitati e modificati con umiltà.

Un adulto dovrebbe avere consapevolezza che, per quanto sia colto, ciò che non sa è enorme, perché il sapere è troppo vasto per una sola vita e per una sola persona. A questo punto, se si ha il coraggio di tornare a scuola, di imparare le novità del settore nel quale si intende migliorare, ne trarrà giovamento anche l'equilibrio psicologico, perché una persona in evoluzione, tesa a ciò che è innovativo è molto più adattabile alla realtà esterna di chi vive staticamente, accontentandosi del suo passato culturale.

Ciò vale doppiamente nel difficilissimo mestiere di genitore, troppo spesso improvvisato.

Molte volte sentiamo dire: "So come allevare il mio bambino, perché nessuno lo conosce meglio di me!" Notate bene che questa stessa persona chiede aiuto al suo meccanico quando deve riparare l'auto e chiama l'idraulico quando un rubinetto gocciola. Ma per educare no! Questa posizione è infantile e aggressiva; rivela una certa paura; è una posizione di falsa superiorità, determinata da un sentimento di inferiorità.

Quindi, voi lettori siete in cammino per approfondire le sfumature di un mestiere educativo nel mondo del calcio, per il quale certamente, provate un'attrazione spontanea e, forse, una certa predisposizione naturale. Ma se vi basaste solo su di esse, sareste degli improvvisatori, pericolosi poiché non "maneggiate" strumenti od oggetti, ma menti e cuori.

PSICOLOGIA DEL GIOCO DEL CALCIO

Riflessioni di facile consultazione
sugli aspetti psicologici del calcio

VALORE SIMBOLICO DEL GIOCO

Francesco Valente

Il gioco è un fenomeno di natura psicologica, ma è stato studiato da tutti: filosofi, pedagogisti, religiosi, sociologi e psicologi perché l'attività ludica, per secoli, ha costituito il cardine delle comunità sotto il profilo sociale.

Dalle civiltà più antiche e primitive, dal Rinascimento al Romanticismo fino ad oggi, i popoli hanno avuto momenti di vita comunitaria basati sulla fantasia, sull'emozione simbolica, sulla libertà espressiva: in una parola sul gioco.

Quindi teniamo presente una prima considerazione:

il gioco è un fenomeno generale dell'esistenza.

Giocano gli uomini, gli animali, i piccoli e i grandi. I giovani giocano più degli adulti, ma questi ultimi sono spesso più competitivi. È, comunque, impossibile studiare l'attività ludica senza coinvolgere un altro meccanismo psichico che è l'attività immaginativa, necessaria e fondamentale in qualunque gioco.

A questo punto è bene, anche se non è facile, offrire una definizione di gioco. Potremmo dire che

il gioco è una finalità senza fine,

cioè un'attività fine a se stessa, piacevole di per se stessa e che si sottrae alle categorie temporali; per questo si contrappone all'attività lavorativa. Ciò vale per i giochi più spontanei, perché per esempio il calcio ha tempi e regole fisse; ma anche in questo caso, non lo si potrebbe definire mai lavoro (a meno che non diventi attività professionistica).

A tutti i livelli di gioco, si libera sempre dell'energia in più, sovrabbondante rispetto agli scopi vitali. Se si è molto piccoli, ci si prepara, giocando, alla vita adulta, perché si mimano e si anticipano la lotta, la caccia, l'amore e ciò vale sia negli uomini che negli animali.

Il gioco inoltre, esprime un bisogno infantile, una manifestazione di interessi, uno strumento di adeguamento alla realtà e di suo superamento; infatti nella finzione ludica si raggiungono soddisfazioni illusorie che compensano le difficoltà della vita reale e aiutano a crescere.

Quindi, la mia introduzione serve a chiarire che il gioco, in genere, è espressione e maturazione della personalità. Tutti gli studiosi sono d'accordo: il gioco è un fenomeno fondamentale della vita psichica, un potente strumento dell'io per socializzare.

Il gioco infantile, inoltre, è come un linguaggio espressivo simbolico, in cui realtà e fantasia si confondono. Quindi, se noi giudichiamo un bimbo che gioca, secondo una logica adulta, sbagliamo clamorosamente.

- Ad esempio, se vediamo una bimba che culla un fagotto di stracci, diciamo che il fagotto fa le veci della bambola, invece è il figlio della bimba e per lui, lei prova sentimenti intensi.
- Se un bimbo gioca con un pezzo di legno cui ha attaccato uno spago e noi pensiamo lo usi come se fosse un fucile, ci sbagliamo: quel pezzo di legno è il fucile del bimbo.

Con il gioco, il bambino si crea il suo mondo su cui proietta la sua realtà inferiore, specie se ha subito una proibizione.

- Ad esempio, se ha dovuto sottostare a un divieto paterno, giocando, proibirà la stessa cosa al suo orsacchiotto con cui si identifica e nel ripeterlo, lo accetta.

Quindi il gioco ha un valore simbolico; in questo caso è una caratteristica terapeutica con cui si supera la frustrazione di un divieto, perché, vietando a propria volta, si diviene parte attiva e non passiva della situazione.

Un allenatore non dovrebbe illudersi che i calciatori giochino pensando di giocare. Essi giocano lanciandosi all'attacco e alla difesa come se fossero in guerra. Altrimenti come si potrebbe giustificare, in un semplice gioco, lo scatenarsi di tanta energia repressa?

PSICOLOGIA DEL GIOCO DEL CALCIO

Riflessioni di facile consultazione
sugli aspetti psicologici del calcio

FASI ED ESPRESSIONI DELL'ATTIVITÀ LUDICA

Francesco Valente

Lungo le varie tappe della maturazione, nell'età evolutiva, il bambino gioca in modi sempre nuovi e con intenti diversi. Nella prima fase della sua esistenza, l'attività ludica è, per il bimbo, puramente funzionale, cioè gli serve per esprimere la sua efficienza sensoriale e motoria; in altre parole, i suoi movimenti sono giochi.

- Egli si diverte a muovere braccia e gambe, ad aprire e chiudere occhi e bocca, a succhiare il pollice, a mettere in bocca ogni oggetto.
- Poi, crescendo, il bimbo gioca con un fine non solo più funzionale, ma esplicito, di provare le proprie forze e soprattutto di imitare l'adulto, pur senza doverne assumere le responsabilità.

Quindi è un'imitazione gratificante, perché anticipa l'evoluzione, ma non sottrae il soggetto al mondo infantile (si pensi alla bimba che gioca con la bambola).

In tutte queste fasi resta sempre un motivo conduttore: quando si gioca si tende alla soddisfazione immediata, alla ricerca del piacere da provare subito.

PSICOLOGIA DEL GIOCO DEL CALCIO

Riflessioni di facile consultazione
sugli aspetti psicologici del calcio

GIOCO E SVILUPPO INTELLETTUALE

Francesco Valente

Fin qui ho parlato del gioco soprattutto in termini di bisogno affettivo del bimbo, ma non posso trascurarne il valore, anche nell'ambito dello sviluppo intellettuale. Del resto, giocando, il bimbo mobilita tutte le risorse di cui è dotato, dunque anche la sua intelligenza e, infatti, apprende perché impara a parlare, a numerare, a classificare, a memorizzare, a mimare e diventa più abile, più preciso, più rapido...

Il più grande studioso dello sviluppo mentale infantile, anche riguardo al gioco, è stato Piaget.

Secondo i suoi studi, l'intelligenza del bimbo si svolge sempre secondo due fondamentali meccanismi: assimilazione e accomodamento.

- *Assimilazione*: capacità di recepire, acquisire, incorporare nuove esperienze e nuovi contenuti mentali, senza modificare ciò che intellettivamente già si sa.
- Esempio: quando un bimbo porta alla bocca un oggetto, ripete uno schema mentale percettivo-motorio che già conosce, senza modificarlo.
- *Accomodamento*: si assimila una nozione nuova, ma si modifica anche il sistema mentale già posseduto.
- Esempio: un bimbo che, dopo aver usato sempre la bocca per conoscere gli oggetti, si accorge anche del loro odore, opera un accomodamento, rispetto alla semplice conoscenza orale che possedeva prima.

Nello sviluppo mentale, assimilazione e accomodamento sono entrambi necessari, ma è ovvio che il secondo è più innovativo e fa maturare di più rispetto al primo.

Oltre a ciò, nell'evoluzione mentale del soggetto c'è un'altra svolta molto importante: lo sviluppo dell'*attività rappresentativa* che comincia a metà circa del secondo anno di vita e che consente di sostituire agli oggetti reali un'immagine mentale che li rappresenta e di stabilire selezioni mentali tra i vari oggetti.

Il pensiero vero e proprio nasce ora ed è tutto merito del linguaggio e della socializzazione.

Infatti, imparando a parlare, si dà corpo ai pensieri che si rappresentano attraverso le parole; inoltre si socializza, perché parlare significa mettersi in contatto con gli altri, usare termini collettivi che altri capiscono.

L'attività rappresentativa, inoltre, si manifesta attraverso altre due forme:

l'imitazione e il gioco simbolico.

- All'inizio, cioè nei primi mesi di vita, l'imitazione è simultanea e non ha ancora a che fare con il pensiero. È solo un comportamento reattivo, suscitato da un gesto o da una parola dell'adulto.

- Quando poi si sviluppa nel bimbo il linguaggio, l'imitazione non è più immediata, ma può essere differita, cioè il soggetto non copia immediatamente il modello, ma se lo ricostruisce mentalmente, anche quando il modello è assente. In questo senso, anche l'imitazione è già pensiero.

Il gioco, ormai è ovvio, è attività di pensiero solo quando è simbolico, mentre nei primi mesi di vita è puro esercizio sensoriale.

Piaget chiama queste prime esperienze ludiche "*giochi di esercizio*"; durano per i primi due anni di vita, sviluppano le capacità senso-motorie, non implicano né attività di pensiero né attività sociali e in essi prevalgono i meccanismi di assimilazione su quelli di accomodamento.

Questi giochi così ripetitivi non scompariranno del tutto dopo la prima infanzia; si ridurranno, ma si noteranno ancora quando, ad esempio, il bimbo riempie e svuota ritmicamente il suo secchiello, ammuccia e disperde oggetti ecc.

Comunque, quando il bimbo compie circa due anni, ecco che i suoi giochi diventano "simbolici", ricchi cioè di immaginazione o di imitazione e mirano a soddisfarle, perché gli permettono di trasformare la realtà secondo i suoi desideri, tramite situazioni irreali, possibili solo grazie al pensiero.

I giochi simbolici sono di tre categorie:

- Nella prima, più primitiva, il bimbo è attore del gioco; finge di dormire, di mangiare, di cadere.
- Nella seconda fase, il bambino proietta certi comportamenti su altre persone e su altri oggetti e quindi bambole e orsacchiotti cadono, dormono, mangiano,... Non è più attore, ma regista.
- In un terzo caso, più complesso, il bimbo si trasforma in un'altra persona e sarà ballerina, astronauta, cow boy.

Passando la prima fanciullezza poi, il simbolismo individuale dei primi anni si trasforma in simbolismo collettivo, nei giochi di gruppo.

- Ad esempio il gioco della bottega, del ristorante, dell'ufficio, ecc. Qui i bimbi, tutti insieme, imitano situazioni o lavori degli adulti, ciascuno assumendo un ruolo; sono ancora creativi, ma si attengono di più alla realtà oggettiva, la rispettano di più, nell'intento di somigliare meglio ai modelli adulti. Questo bisogno di maggiore aderenza alla realtà, bisogno che aumenta sempre più, si nota bene nei giochi di costruzione, nei disegni; da quelli informi nei più piccoli, si passa a lavori più accurati e meticolosi che somigliano a case, fortini, fattorie, garage.

Oltre a questa ricerca di realismo, i nuovi giochi cominciano a sottostare a regole, rispettate da tutti i giocatori. Questa è un'innovazione importante: l'egocentrismo del bimbo, nell'evoluzione mentale, lascia il posto ad atteggiamenti più maturi, in cui anche gli altri hanno il loro spazio.

Così inizia la fase scolare e il bimbo, come impara a dialogare e a lavorare con gli altri, impara anche a giocare in gruppo, a rispettare le regole e a farle rispettare e persino a perdere senza troppo dolore. Ciò è permesso da una dote che ha appena acquisito:

la capacità di riflessione,

cioè una discussione sostenuta con se stesso, una deliberazione inferiore su come comportarsi esteriormente; la possiamo anche chiamare *capacità logica*.

Intanto, insieme alla sua mente, il bimbo sviluppa anche la sua affettività e libera tendenze sociali che lo inducono all'adattamento agli altri, alla cooperazione, al rispetto reciproco. Queste sono acquisizioni morali e il gioco è il campo più adatto ad apprenderle, perché rispetto, amicizia, lealtà, senso di giustizia non sono affatto presenti nella prima infanzia; si imparano dopo, soprattutto con il gioco collettivo.

Il rapporto tra attività ludica e sviluppo mentale è così stretto che, studiando i bimbi con deficit intellettivi, ci si accorge che non sanno giocare. I più gravi hanno un'attenzione per il gioco assai scarsa e se l'educatore riesce a far scattare l'interesse per un'attività ludica, possono verificarsi due comportamenti opposti:

- il bimbo sottodotato si deconcentra subito e smette di giocare,
- non smette più, ripetendo in modo parossistico gli stessi movimenti.

Quindi, imparare a giocare, anche se in modo semplice e grossolano, per un bimbo anormale è un grande segno di miglioramento e di parziale recupero.

PSICOLOGIA DEL GIOCO DEL CALCIO

Riflessioni di facile consultazione
sugli aspetti psicologici del calcio

GIOCO E SOCIALIZZAZIONE

Francesco Valente

Da quanto detto in precedenza, emerge già chiaramente l'importanza del gioco per l'integrazione tra bambini, per l'incontro e la verifica di atteggiamenti, sentimenti, capacità, possibilità di convivenza.

Ciò emerge con evidenza nella fanciullezza, quando già esistono giochi di gruppo organizzati, secondo regole condivise da tutti;

però, la funzione socializzante comincia molto prima, cioè da quando, nei primi mesi di vita, il bimbo abbandona l'isolamento narcisi-stico e scopre l'esistenza del mondo esterno.

Uno studioso di questa fase, il Winnicot ha definito queste prime esperienze di rapporto tra il bimbo e il mondo "*transizionali*" e tutto ciò che il bimbo manipola (il pupazzo di gomma, il lembo della coperta, i primi vocalizzi) "*oggetti transizionali*". La loro caratteristica è quella di *non essere* più parti del corpo del bimbo, ma di esserne un completamento illusorio. il bimbo non capisce ciò che è io e ciò che è *non io*.

È una fase di transizione, di confusione tra realtà inferiore ed esterna. questa illusione che l'oggetto sia parte di lui aiuta il bimbo a superare l'ansia della solitudine; infatti, l'oggetto transizionale è più usato quando manca la presenza amica dell'adulto. L'origine del gioco è, dunque, un'esperienza illusoria, con cui il bimbo sostituisce il rapporto privilegiato con la madre, quando questa non c'è.

Tornando al gioco collettivo, cioè socializzante, non esiste prima dei due anni. Anche seduti vicini, i bimbi giocano da soli però, in quell'età, già si accorgono della presenza dei coetanei e sviluppano non un gioco sociale, ma un *gioco parallelo*, cioè usano gli stessi giocattoli e compiono gli stessi gesti, ma non cooperano. Poi, lungo i mesi che seguono al secondo anno di vita, poco per volta i bimbi giocano, prima in forma *associativa*, poi *collaborativa*.

- Nella prima forma associativa, giocano insieme, si scambiano materiale e giocattoli, ma non si dividono i ruoli.
- Nella seconda forma collaborativa, cominciano a dividersi il lavoro, disciplinano i gruppi e subordinano i desideri individuali a quelli degli altri.

sugli aspetti psicologici del calcio

Questi passaggi non sono sempre così netti, chiari e semplici e la loro evoluzione dipende molto dal carattere del bimbo e dalla sua tendenza ad essere leader o gregario. Poi dipende anche dalla vita in famiglia: se essa favorisce e premia gli atti sociali del bimbo, egli li moltiplicherà e vi si adatterà meglio. Grande responsabilità rivestono pure, ovviamente, la scuola materna e quella elementare.

La società contemporanea da un lato favorisce e dall'altro ostacola la precoce socializzazione del bimbo. La favorisce per merito della grande diffusione delle scuole materne e dei mass media.

Le scuole materne ovviano egregiamente ai difetti di una vita urbana, chiusa in ambienti ristretti, con un nucleo familiare ridotto e in prevalenza adulto. I mass media poi, offrono un patrimonio standardizzato di suggerimenti e contenuti informativi.

Così, già nei primi mesi di vita, i bimbi acquisiscono una forma di cultura in comune: conoscono tutti i personaggi di Walt Disney, gli eroi dei fumetti e quelli dei giornalini. Sono "amici" che poi si riproducono all'infinito nella pubblicità, nei pupazzi, nelle figurine, nelle bambole, nelle coperte dei letti, nei bavaglini, sui dolci...

Così, tutti questi stimoli entrano di prepotenza anche nel gioco e, in gruppo, i bimbi riproducono situazioni, avventure, espressioni dei loro eroi.

Il fatto che i bimbi consumino sempre gli stessi prodotti culturali, facilita enormemente prima il gioco parallelo e poi quello collaborativo. Sono tutte esperienze socializzanti, perché su questa base comune, i bimbi, fino alle soglie dell'adolescenza, diventano creativi e innovano su un terreno a loro familiare.

Se osserviamo i ragazzini che giocano ai banditi o alla guerra, si attribuiscono nomi ed espressioni degli eroi dei fumetti o dei western, ma non si limitano alla ripetizione di avventure conosciute; le integrano, le trasformano, le arricchiscono di particolari nuovi.

Ribadisco e sottolineo un concetto basilare, cui accennavo prima:

oggi, il mercato del giocattolo è molto più puntuale di un tempo, riguardo alle mode.

Oggi si producono giocattoli standard a prezzi accessibili, da gettare sul mercato tutti nel medesimo periodo, magari per breve durata. Così tutti i bambini ricevono gli stessi giochi (soldatini spaziali, puffi, mostri) e sono facilitati nel giocare insieme.

Invece, riguardo agli ostacoli sulla socializzazione nel gioco, imposti dalla nostra società, non possiamo scordare, nelle città, le carenze di verde e di spazio pubblico adibito al gioco infantile collettivo. Troppi bimbi giocano solo in casa, in locali stretti, in modo sedentario, da soli o con adulti; oppure giocano in mezzo al traffico, o si affollano in giardinetti sporchi e promiscui, con danno anche per la salute e per l'igiene mentale.

Ovviare a queste situazioni è dovere nostro. Infatti, la programmazione urbanistica moderna che rispetti i diritti dell'infanzia e della gioventù, non esiste, se non in rare e modeste eccezioni.

Riflessioni di facile consultazione
sugli aspetti psicologici del calcio

Noi abbiamo opportunità, spazi, progetti per far giocare i ragazzi e possiamo approfittarne, senza mai scordare che nostro compito è farli divertire, sfogare, partecipare alla vita di gruppo, crescere.

Insomma: io credo che la meta del nostro compito educativo sia maturare e socializzare il giovane attraverso il gioco del calcio; se poi diventa anche un campione, saremo i primi a rallegrarcene, ma è secondario.

IL GIOCO DEL CALCIO NELL'ETÀ EVOLUTIVA

Francesco Valente

In Italia, tra i ragazzi, il calcio è di gran lunga lo sport più popolare e praticato; non dipende solo dalla nostra tradizione; esso merita tanto favore perché risponde a molte esigenze psicofisiche, dalle più elementari alle più evolute, con il risultato che possiamo definirlo *"un vestito che cresce insieme a chi lo indossa"*.

Elencherò in modo sintetico una serie di meriti di questo gioco, individuati dallo psicologo Renzo Vianello, nei suoi più recenti studi sul fenomeno.-

1. Il calcio offre la più ampia libertà di movimento in posizione eretta; si può regolarne il ritmo, la qualità e la quantità come si vuole.
2. Si gioca in uno spazio aperto che aiuta il ragazzo ad avere una relazione con il mondo esterno più liberatoria di quella vissuta in una palestra.
3. Il numero dei giocatori non è necessariamente fisso e ciò facilita l'organizzazione, o meglio, l'improvvisazione di qualsiasi partita.
4. Le regole di base sono semplicissime e si può giocare alla buona anche ignorando, ad esempio, il fuorigioco. Poiché si cresce con questo sport, con l'età, tattiche e tecniche si diversificano e si complicano.
5. Il goal è un'eccellente esperienza liberatoria della tensione accumulata durante la partita.
6. Esiste una vasta gamma di ruoli tra cui un ragazzo può trovare il suo, senza eccessivo sforzo.
7. Il calcio offre spazio a qualunque fisico: chi è piccolo di statura può risultare un giocatore agile e veloce; chi è alto colpisce meglio di testa sui cross,... Invece altri sport, tipo il basket, selezionano impietosamente, creando frustrazioni psicologiche in chi non vi può accedere per colpa del fisico.
8. Il calcio gratifica subito, diverte immediatamente e non comporta sforzi eccessivi solo in vista della futura riuscita, come ad esempio il tennis, in cui è raro che "all'inizio" si ottengano risultati stimolanti.
9. Infine, è molto difficile che una squadra inizi una partita convinta di essere battuta in partenza, perché il calcio è soggetto ad improvvisi colpi di scena, ad imprevisti dovuti alla fortuna. Ciò da una grande carica al giocatore. Così, mentre è impossibile che un mediocre nuotatore batta un campione di stile libero, è capitato più volte che una squadra in via di retrocessione vinca la prima in classifica.

LA FIGURA "IDEALE" DELL'ALLENATORE DI GIOVANI CALCIATORI

Francesco Valente

Emerge con chiarezza che non è facile comporre il ritratto dell'allenatore giovanile ideale ed è evidente che anch'io mi limiterò a proporre un modello astratto, senza la pretesa di incontrare nella realtà un simile concentrato umano di competenze.

1. Sarebbe auspicabile che questo educatore avesse *esperienze concrete di tipo tecnico e tattico*. E mi pare che sotto questo profilo, il corso che state frequentando rappresenti una garanzia, sia per colmare inevitabili lacune in questo campo, sia per sottolineare e discutere certe competenze da voi già acquisite in passato.

2. Occorrerebbe una *preparazione sul piano didattico*, perché vi possono essere ottimi giocatori, sprovvisti, però, di quella carica comunicativa e di quella chiarezza esplicativa, che rendono le teorie calcistiche più astratte, comprensibili a tutti. E anche su questo piano si può imparare ad insegnare.

3. Indispensabile una *disponibilità umana di base*, che non si può apprendere ed è legata al proprio carattere e all'educazione ricevuta; quindi conta poco intendersi di calcio, se non si sa comunicare ad altri la propria cultura.

4. Possono contare molto *l'apertura al dialogo* e la capacità di ammettere i propri errori. Infatti, dialogando con i giocatori, l'allenatore impara a conoscerli e a capirli meglio, costruendo una base ideale per lavorare tutti insieme.

5. La *capacità di ammettere l'errore* poi, lungi dall'esautorare l'allenatore agli occhi del ragazzo, induce al rispetto e alla stima.

6. Tuttavia *non bisogna esagerare in umiltà*, perché la sicurezza di sé è un altro pregio di fondamentale importanza in questo campo.

7. Una *giusta ambizione* è una serena consapevolezza dei limiti, ma anche dell'abilità della propria squadra, sono molto stimolanti per i calciatori, specie se adolescenti che attraversano un periodo in cui hanno perso la sicurezza in sé ed hanno bisogno di modelli rassicuranti sul piano emotivo.

8. Condirei tutti questi suggerimenti con *l'entusiasmo per il proprio lavoro*, dote preziosissima perché un allenatore che lavori con passione ed ottimismo può ottenere miracoli: questo è un valore contagioso.