

Incidenza di fattori psicologici nell'adesione ai gruppi sportivi scolastici

Autor(en): **Pozzi, Ugo / Calimeri, Guido / Balestra, Tino**

Objekttyp: **Article**

Zeitschrift: **Gioventù e sport : rivista d'educazione sportiva della Scuola federale di ginnastica e sport Macolin**

Band (Jahr): **34 (1977)**

Heft 9

PDF erstellt am: **11.09.2024**

Persistenter Link: <https://doi.org/10.5169/seals-1000712>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.

Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.

Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

ciò che avviene nel processo di allenamento circa le sue influenze specifiche sull'organismo. Si predispone una batteria di tests ciclici, detti condizionali, che possono avere scadenza settimanale, mensile, annuale. Si ha così modo di orientare il processo di allenamento nella giusta direzione, modificandolo in base alle esigenze individuali. Il processo di allenamento, in tale modo, non è più un fatto casuale, ma un processo matematico che lascia poco margine agli errori.

Incidenza di fattori psicologici nell'adesione ai gruppi sportivi scolastici

Ugo Pozzi, Guido Calimeri, Tino Balestra, Tomaso Regazzoli



Nel quadro di un iniziale programma di indagine impostato dalla sezione A.I.S.P. di Brescia ci siamo proposti il fine di indagare preventivamente sul tipo dei possibili fattori psicologici che possono motivare nel ragazzo l'adesione ad un gruppo sportivo.

Una simile ricerca ci sembra giustificata da due ordini di motivi:

1. Perché riteniamo che anche in questa scelta, come del resto in tutte le altre, al di là dei motivi occasionali più appariscenti, come ad esempio le sollecitazioni dell'insegnante di Educazione Fisica, dell'ambiente, la imitatività o le suggestioni del cosiddetto tifo sportivo ecc., il ragazzo operi in conseguenza di motivazioni più o meno conscie e profonde, che in quel momento già assumono un significato ed un valore esistenziale sia pure rapportati all'età.

2. Perché riteniamo che una più chiara conoscenza di questi fattori o motivazioni possa favorire una impostazione migliore dell'attività sia ai fini immediati e strettamente operativi sia ai fini educativo-formativi.

Per questa nostra indagine preliminare abbiamo preso in esame due gruppi sportivi scolastici di Scuola Media (ragazzi dagli undici ai quattordici anni) uno di paese e uno di centro cittadino, sottoponendo i ragazzi ad un questionario individuale di valori e successivamente ad un colloquio di gruppo di convalida.

Il questionario che abbiamo approntato in termini semplici onde facilitarne la miglior comprensione era costituito da dieci domande come segue:

«Mi piace praticare un'attività sportiva perché:

1. Faccio del movimento
2. Ho occasione di giocare con altri ragazzi
3. Mi diverto
4. Imparo uno sport
5. Voglio superare i miei compagni
6. Voglio diventare bravo e guadagnare
7. Mi fa bene alla salute e divento più forte
8. Per accontentare i miei genitori
9. Perché non mi piace soltanto studiare
10. Per non stare sempre in casa.

Premesso il rilievo che talune domande si sono rivelate improprie e hanno mostrato una relativa validità per cui in un'eventuale estensione dell'indagine andranno modificate, il questionario ha dato i seguenti risultati:

a) In paese: su n.100 ragazzi di sesso maschile iscritti al gruppo sportivo, il massimo delle indicazioni è andato alle domande 2, 5, 6 (ho occasione di giocare con altri ragazzi, voglio superare i miei compagni, voglio diventare bravo per guadagnare).

b) In città: su n.200 maschi iscritti al gruppo sportivo, il massimo delle indicazioni è andato alle domande 4, 5, 7, 10 (imparo uno sport, voglio superare i miei compagni, mi fa bene alla salute e divento più forte, per non stare sempre in casa).

I colloqui individuali hanno poi esplicitato con particolare significato, in paese, le domande 2 e 5 e, in città, le domande 10, 7 e 4.

Nel successivo colloquio di gruppo i ragazzi posti di fronte ai risultati sopra esposti li hanno convalidati attraverso una discussione molto animata affermandoli come valori per loro molto importanti.

In base a quanto sopra, traducendo il significato dei valori prescelti, ci sembra di poter affermare, almeno in via preliminare, che essi indicano precise motivazioni di fondo.

Infatti, per quanto riguarda i ragazzi di paese, la risposta 2 (ho occasione di giocare con altri ragazzi) indica evidentemente una ricerca di maggior socializzazione in termini più qualificanti del normale gioco di cortile o di strada; tale motivazione viene poi palesemente convalidata dalla domanda 6 (voglio diventare bravo e guadagnare), che evidenzia un valore economico attribuito all'attività e all'affermazione sportiva; la domanda 5 (voglio superare i miei compagni), infine, esprime la correlativa tendenza all'affermazione competitiva che potrebbe anche configurarsi come necessità o desiderio di rivalsa nei confronti dell'ambiente socio-familiare.

Per quanto riguarda i ragazzi di città, le risposte alla domanda 10 (per non stare sempre in casa), evidenziano il bisogno di uscire dalle condizioni di ristrettezza dell'abitazione e di evadere da un

ambiente forzatamente costrittivo spesso non soltanto sul piano fisico, ma frequentemente anche sul piano educativo; queste componenti sono correlativamente confermate dalla risposta alla domanda 7 (mi fa bene alla salute e divento più forte), le quali, pur lasciando intendere l'influenza di stimoli parentali, evidenziano tuttavia il bisogno di perseguire e consolidare la propria robustezza fisica, in che si potrebbe anche individuare la tendenza ad una raffinazione e ad un'intenzione estetica; le risposte alla domanda 5 (voglio superare i miei compagni), ripetono quanto già riscontrato in paese, tuttavia con una componente più aperta e per così dire più matura rappresentata dall'elevato numero di risposte alla domanda 4 (imparo uno sport), che configura una concezione dell'attività sportiva come acquisizione della persona e miglioramento del proprio sé.

A conclusione di questa ristretta indagine sembra quindi di poter affermare:

a) Sussistono nei ragazzi motivazioni meno superficiali ed estemporanee, in parte suscitate da reazioni all'ambiente (ristrettezza dell'abitazione, coercizione fisica ed educativa, mete imposte, ecc.), in parte suscitate da bisogni istintivi (socializzazione e qualificazione, bisogno di confermare e migliorare la propria cenestesi, ecc.).

b) Di conseguenza l'attività di un gruppo sportivo di ragazzi di quest'età dovrebbe essere, agli inizi, prevalentemente impostata tenendo conto soprattutto di queste motivazioni e dell'esigenza di soddisfarle positivamente al fine di non frustrare gli interessi profondi dei ragazzi stessi.

In realtà noi riteniamo che la ragione dell'abbandono precoce di un'attività sportiva personale da parte di molti giovani possa essere ricercata nella mancata soddisfazione delle citate motivazioni: si osserva, infatti, frequentemente che nello svolgimento del gruppo sportivo scolastico è maggiore, fin dall'inizio, la preoccupazione tecnica e del risultato piuttosto che il perseguimento di una migliore e più gratificante omeostasi fisico-psichica del ragazzo.

Da: International Journal of Sport Psychology - Vol. 6, no. 3, 1975.

Sport per l'equilibrio fisico e psichico

Boris Luban-Plozza

Lo sport deve essere un agonismo leale che rispetta l'avversario pur nell'impegno di superarlo. Lo sport non si limita ai campi di gioco: oggi più che mai esso è uno stile di vita.

Il campo di studio della *psicologia dello sport* tende ad allargarsi molto al di là degli stadi, molto al di là della cosiddetta popolazione sportiva.

L'*allenamento* come problema comporta la necessità di analizzare i fattori che condizionano psico-fisiologicamente tutte quelle caratteristiche dell'attività sportiva, connessi con la funzionalità cardiaca, con la fatica, con l'attività fisica a livello muscolare, ecc. La psicologia pertanto si inserisce nella fisiologia come metodo per modificare e migliorare l'apprendimento delle tecniche sportive. Infine, nel tentativo di passare ad una vera e propria concezione scientifica dell'attività sportiva, la psicologia aiuta ad una valutazione obiettiva delle tecniche, ad una valutazione attitudinale di efficienza, avendo come obiettivo ultimo una maggiore influenza in senso benefico sulla psiche

per ciò che concerne il fattore sportivo vero e proprio.

La *forma* sportiva, ottenuta nel corso dell'allenamento è molto vulnerabile e varia facilmente sotto l'influenza di alcuni fattori negativi che, a volte, sono tali da farla scomparire totalmente. I fattori che possono influire negativamente sulla forma sportiva sono, soprattutto, rappresentati da una tensione eccessiva dei processi nervosi, causata da elementi irritanti che sono stati assenti durante il periodo dell'allenamento. È questa la ragione per cui lo sportivo non ha avuto il tempo di adattarsi ad essi o di superarli in qualche modo. L'analisi delle particolarità delle barriere psicologiche dimostra che queste si fondano, essenzialmente, su idee fisse, legate ad emozioni negative forti, quali la paura, la timidezza, l'incertezza nelle proprie forze, ecc. Queste barriere psicologiche traggono origine da riflessi condizionati fortemente espressi e sono legate all'influenza di condizioni irritanti o al loro ricordo.

Gli *sforzi di volontà* miranti a superare l'influenza negativa delle barriere psicologiche sono caratterizzati dalla concentrazione dell'attenzione sull'azione sportiva, per effetto della quale i centri nervosi, origine di tale concentrazione, divengono talmente dominanti che le condizioni irritanti non sono più nella condizione di danneggiare la tendenza dello sportivo, tesa al successo nella competizione.

