

CST

Objektyp: **Group**

Zeitschrift: **Macolin : mensile della Scuola federale dello sport di Macolin e di Gioventù + Sport**

Band (Jahr): **53 (1996)**

Heft 5

PDF erstellt am: **07.07.2024**

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.

Aspettative dei genitori e personalità dei figli

dr. med. Amilcare Tonella

Parlare di bambini e sport sta diventando una bella tradizione al CST grazie alla sensibilità di Bixio Caprara che ringrazio per avermi invitato.

Parlerò dello sport vissuto dalla parte del bambino e dell'adolescente .

Amilcare Tonella, pediatra bellinzonese, ha parlato di aspettative (dei genitori) e della personalità dei bambini.



Preambolo

L'obiettivo finale di una attività sportiva, come la vedo io, è primariamente quello di educare, divertire e di mantenere una certa forma fisica dell'individuo contribuendo così al suo benessere, in via subordinata è poi quello di mettere in evidenza quegli individui particolarmente dotati e di farli emergere a livello competitivo.

Non possiamo parlare di «sport» come non possiamo parlare genericamente di «bambini» facendo di tutto un fascio. Ogni attività sportiva ha i suoi vantaggi ed i suoi svantaggi così come ogni bambino ha la sua identità e personalità e non è da disgiungere dal suo contesto familia-

re. Inoltre le persone che sono proposte ad insegnare lo sport sono pure loro degli individui con diversa formazione, intuito, sensibilità e motivazione.

Parlare pertanto della personalità dei figli in relazione alle aspettative dei genitori come vorrebbe il titolo di questa sera mi è sembrato un compito troppo complesso e mi sono perciò detto, un po' provocatoriamente:

«Tutti dicono che lo sport fa bene, è educativo, è necessario per una armoniosa crescita dell'individuo».

Ma è sempre vero? Un collega pediatra che questa sera non poteva venire, mi ha detto di non parlare male dello sport perché i pericoli sono molto ma molto inferiori ai vantaggi!

Concordo con questa asserzione, la stragrande maggioranza dei bambini fa una attività sportiva per divertimento, ma io questa sera vorrei proporvi due storie vere di giovani sportive d'élite, due storie raccontate a quattro mani perché le stesse protagoniste hanno contribuito alla stesura di questa conferenza scrivendo la loro storia. Due storie che sottolineano piuttosto i pericoli che non i vantaggi nascosti nello sport di competizione e che dovrebbero mostrarci la faccia nascosta dello sport affinché tutti possano farci le loro riflessioni e cercare di trovarne delle soluzioni.

Introduzione

Dapprima permettetemi, a guisa di introduzione, di citarvi una notizia di cronaca tratta da «Il Giornale» del 3 settembre 1995 così titolata: «Bortolotti dà un calcio alla vita». Era stato un ex-giocatore di calcio dall'ascesa vertiginosa e dal futuro pieno di promesse, militava a soli 18 anni nel Brescia in serie B e nella nazionale italiana under 21, era stato promesso alla Roma per 4 miliardi di lire. Un incidente, frattura della gamba mentre giocava contro il Cagliari, lo ferma per 4 mesi nel 1990. Quando rientra, per poter reggere il ritmo fa uso di cocaina e viene trovato positivo ad un controllo antidoping 4 mesi dopo il rientro. Verrà sospeso per un anno, rientra nel maggio del 1992 ma il carattere non è più quello di una volta. La stella inizia a brillare meno, e un anno dopo, a soli 23 anni decide di ritirarsi. Seguono due anni di vita sofferta e poi la decisione ineluttabile del suicidio a 25 anni.

Il miraggio di poter diventare una stella nel firmamento dello sport può fare sì che il bambino rinunci alle occupazioni tipiche della sua età e accetti durissimi allenamenti pagati solo del successo, quando questo gli arride, altrimenti gli sono sufficienti la considerazione e i complimenti di allenatori e parenti.

Se un giorno dovesse poi riuscire a bere nella coppa dei fuoriclasse allora arrischierà di inebriarsi e di vedere la realtà del mondo con occhi annebbiati e passata l'euforia del

successo, potrà correre il pericolo di trovarsi sospeso in un vuoto di desideri, di progetti e anche di volontà di vivere.

La prima storia

Vi vorrei raccontare ora la storia di una ragazza che ho seguito per 10 anni nel mio studio.

Appartenendo ad una famiglia dove lo sport era quasi re mi sentivo tagliata fuori dal discorso degli adulti¹⁾. Scriverà all'inizio della sua relazione e poi continuerà dicendo: Facevo ginnastica serale ma l'ambiente era molto deprimente e di conseguenza non mi divertivo assolutamente.

A 7 anni inizia con il mal di pancia, viene vista più volte dal medico.

Mia madre una sera che ero appena rientrata da scuola mi domandò se avevo voglia di fare nuoto al posto della ginnastica. Figuriamoci se una ragazzina di 7 anni dice di no quando si tratta di andare in piscina soprattutto se ama l'acqua. E così, per gioco, ho cominciato la mia carriera natatoria.

A 8 anni, a causa dei suoi disturbi, viene operata per una «appendicite cronica» ma subito dopo rientrerà in ospedale per ulteriori accertamenti perché i mal di pancia non sono pas-

sati. Gli accertamenti risulteranno normali.

A 10 anni arriva per la prima volta nel mio studio sempre per gli stessi dolori addominali recidivanti. Organizzo una nuova ospedalizzazione in Ticino e poi una successiva in una clinica universitaria sempre con esito negativo.

A 11 anni verrà ospedalizzata per la quinta volta per una crisi acuta di mal di pancia; esami sofisticati risulteranno nuovamente negativi.

Con il passare degli anni mi miglioravo però avevo sempre problemi di salute. Avevo sempre il mal di pancia. E più sotto dirà: adesso che ci penso avevo male di pancia soprattutto quando avevo delle gare oppure quando dovevo fare qualche cosa in allenamento che non mi andava.

A 12 anni e mezzo circa verrà ospedalizzata per la sesta ed ultima volta per una crisi acuta di mal di pancia sempre senza scoprirne la causa.

Dopo circa 5 anni che facevo nuoto sono riuscita ad entrare nella prima squadra e ad ottenere dei buoni risultati.

A 13 anni infatti otterrà un terzo posto ai campionati giovanili svizzeri di nuoto ed un primo posto ai campionati ticinesi assoluti.

Dal momento che sono riuscita a fare parte della prima squadra non ho più avuto problemi di dolori di pancia.

Così dirà nella sua relazione ma io la vedrò ancora per dei mali alle articolazioni, mal di schiena, otite e anco-

ra, anche se meno frequentemente, per mal di pancia.

A 14 anni e mezzo, durante l'estate sopportava durissimi allenamenti, faceva pesi, corsa e 15 km al giorno di nuoto.

Finiti i problemi di salute sono sfortunatamente arrivati i problemi di sviluppo, circa attorno ai 16 anni.

Per problemi di ritardo delle prime mestruazioni e mal di pancia organizzavo un consulto ginecologico al Kinderspital di Zurigo e lì mi consigliarono di iniziare un accompagnamento psicoterapeutico. Cosa che non verrà fatta perché inizieranno le mestruazioni e a 17 anni e mezzo diventerà campionessa svizzera di gran fondo.

Con gran gioia di tutti quanti perché era da tempo che rincorrevo quel titolo che avrei potuto vincere già l'anno precedente.

A 18 anni e mezzo di nuovo crisi di mal di pancia, a 19 anni dolori alla spalla e accertamenti in clinica ortopedica con successiva operazione.

Per un problema di legamenti alla spalla ho dovuto smettere completamente la competizione.

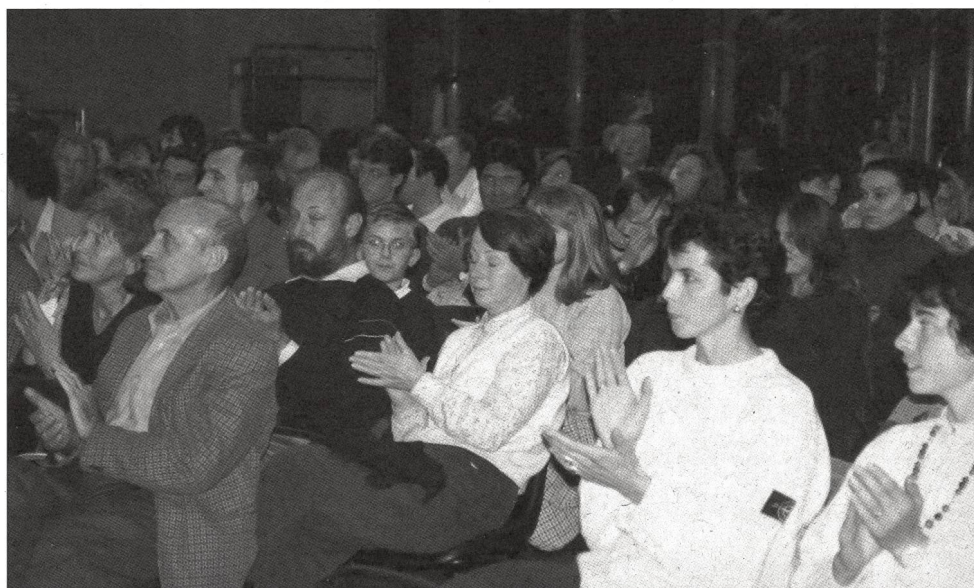
A 20 anni termina così la carriera natatoria di competizione.

Non avendo accettato questa nuova sconfitta che io da sola non potevo combattere ho avuto dei problemi a livello psichico che ho dovuto risolvere con l'aiuto di uno psicologo.

Dirà dei suoi genitori:

Fin dall'inizio mio padre e mia madre mi hanno sempre incitato e sostenuto nel continuare e nell'impe-

¹⁾ La scrittura in corsivo è usata per riferire quanto scrivono le stesse protagoniste.



E fra il pubblico, seconda da destra, Doris Rossetti-De Agostini; inutile presentarla...

gnarmi nel nuoto. Ma non era un sostegno pedante o assillante ma un sostegno simpatico.

... e dei suoi allenatori:

... se volevo ad esempio fare degli allenamenti meno duri o meno allenamenti alla settimana o cose del genere, dovevo sempre affrontare uno scontro duro e spiacevole perché andavo sempre a finire col piangere.

... ma più sotto aggiungerà:

... questa durezza ha contribuito ad imporre una certa disciplina che oggi posso sfruttare per me stessa nella mia vita professionale e privata e della scuola dirà:

Tanti professori non erano d'accordo così trovavo in loro dei nemici ma visto che la scuola a quel tempo mi interessava meno del nuoto non spendevo troppe energie con loro che non approvavano quello che facevo.

In conclusione la protagonista scriverà:

Le umiliazioni non sono mancate però ero sempre molto contenta e convinta di quello che stavo facendo, nessuno né allenatore né famiglia mi hanno mai obbligato nel nuoto.

e più oltre:

... se penso a quei 10 anni mi sembra di vedere giornate piene di sole.

... con il nuoto ho imparato a vivere.

... penso che lo sport di competizione non sia molto importante e utile nell'educazione e per la vita di un bambino. Io personalmente lo consiglio.

La seconda storia

La seconda storia, quella di una piccola campionessa, è meno complessa della prima ma altrettanto interessante.

Si tratta di una ragazza che ora ha 16 anni e che conosco nel mio studio dalla nascita.

Ho iniziato la mia attività di ginnastica ritmica all'età di 6 anni perché sono sempre stata attratta da questo sport che seguivo alla televisione imitando le molte acrobazie in uno spazio limitatissimo del tappeto del salotto.

..Poco prima del compleanno dei 7 anni ho sostenuto il mio primo test per entrare nei quadri della nazionale, superandolo.

.. A 9 anni ho cominciato con 15 ore di allenamento alla settimana, 4 set-

timane all'anno e un fine settimana al mese a Macolin.

...All'inizio tutto sembrava facile.

poi scriverà più oltre:

... ho iniziato a rimpiangere casa mia, la mia famiglia, le mie bambole.

... passavo molto tempo al telefono con la mamma implorandola di venirmi a prendere.

... a 10 anni, dopo una serie di dimostrazioni, ho iniziato a prepararmi per le gare di qualificazione ai campionati svizzeri. Gli allenamenti si sono intensificati, 7 settimane a Macolin durante l'anno e 2 fine settimana al mese.

In quell'anno l'ho vista due volte nel mio studio per dei grossi ematomi alla schiena causati dalle ripetute cadute sul dorso. Alcune volte era particolarmente stanca e avevo scusato le sue assenze alle sedute di allenamento a Macolin con dei certificati medici.

Purtroppo però i miei problemi di nostalgia a Macolin continuavano ed ormai il solo vedere la borsa da viaggio mi metteva a disagio.

Questo stato d'animo poi, mi procurava malesseri fisici del tipo mal di pancia ecc. Spesse volte prima di un campo di allenamento la mamma mi portava dal medico perché non stavo bene...

...Comunque ho continuato ancora perché malgrado tutto questo sport mi piaceva e mi rendeva conto che grazie alla mobilità naturale ero avvantaggiata moltissimo in certi esercizi...

...a 11 anni e mezzo a Wil ho conquistato il titolo di campionessa svizzera.

...A 12 anni gli impegni continuavano ad aumentare e Macolin pesava sempre di più, così continuavo ad allenarmi malvolentieri sapendo che una settimana si ed una no dovevo partire.

Lo stesso anno dopo aver assistito ai campionati europei e visto da vicino le partecipanti dirà:

...ancora più di me accusavano dolori vari alla schiena e alle articolazioni e più oltre ...mi sono chiesta se lo sport a questi livelli lo si possa ancora chiamare così.

Così decideva di rinunciare alle competizioni. Ma anche così non tutto rientrava nella norma, infatti: *durante i primi mesi lontano dalla palestra ero completamente persa, non sapevo più cosa fare. Tornavo da scuola e avevo davanti a me trop-*

po tempo rispetto a prima e non sapevo come gestirlo.

... fosse stato per me avrei passato il mio tempo davanti alla televisione mangiucchiando qualsiasi cosa trovassi nel frigo o in cucina.

Ora sono passati alcuni anni e la ragazza fa ancora ginnastica ritmica per il piacere personale di muoversi a tempo di musica, va a cavallo, ha tempo per leggere e per coltivare le amicizie. La sua relazione termina così:

con questo non voglio condannare del tutto lo sport d'élite, infatti durante questi anni ho imparato molto presto ad organizzarmi, a viaggiare e a conciliare sport e scuola.

Considerazioni finali

Perché il bambino fa dello sport?

Il bambino e l'adolescente fanno dello sport per una forma naturale di comportamento, perché fa parte della sua natura essere costantemente in movimento, perché trovano piacere a mettersi in competizione con se stesso o gli altri. Inizialmente per chi lo fa non vi è una grande differenza tra il divertimento e l'agonismo.

Vi sono bambini che si dedicano a qualche disciplina sportiva per altre motivazioni, spesso non molto «sentite» ma «subite» ad esempio perché i genitori sono più tranquilli se lo fanno sul campo ad allenarsi o in piscina o in palestra piuttosto che vederlo ciondolante in casa o davanti al televisore oppure sulla strada. Altri si sentono sì di seguire uno sport ma solo perché, nel mondo dei grandi, i loro modelli, sono degli sportivi e solo così credono di realizzarsi nel loro futuro e magari seguendo un loro genitore già da sempre dedito allo sport si sentono più gratificati e non sono tagliati fuori dal mondo del grande.

Il bambino desidera soddisfare i propri genitori, è avido di gratificazioni e nello sport può coniugare le due cose. Chi poi nel nostro mondo, dove vale solo quello che arriva primo, che è più forte, che è più grande, che è più bello e che in fondo si impone di più, resta esente da questo clima? Arrivare primo anche per il

bambino che corre con gli amici sul piazzale è molto importante, anzi è quello che vorrebbe di più. La competizione e l'agonismo è profondamente dentro nelle nostre radici.

Quali pericoli corre il bambino che fa sport?

Non vorrei dilungarmi troppo per parlare qui dei traumi fisici che ogni disciplina sportiva può comportare con frequenze statisticamente più o meno elevate. A tutti quelli che mi leggono risulta chiaro che incidenti possono capitare ovunque dove si fa una qualsiasi attività, è vero però che il rischio aumenta facendo dello sport e in modo particolare dello sport di competizione perché tutto l'apparato muscolo/tendineo, articolare e scheletrico viene reiteratamente sottoposto a sollecitazioni massimali. Bisogna inoltre tener presente il fatto che il bambino e l'adolescente si trovano in una fase di crescita accelerata e che le loro strutture non sono ancora completamente mature. Lesioni croniche ad apparizione tardiva si possono riscontrare anni ed anni dopo, nell'età adulta.

Vorrei spendere due parole per sottolineare quanto invece i traumi psichici possono pesantemente, come avete visto anche nelle due storie presentate qui sopra, compromettere il benessere del bambino o dell'adolescente.

Va tenuto presente un fattore molto importante, il bambino spesso non può o non vuole dire quanto gli pesino allenamenti e gare, quanto si senta frustrato dall'allenatore e dalle aspettative dei genitori e dall'assenza di risultati significativi per se e per gli altri. L'orgoglio personale e la lealtà nei confronti dei genitori che si aspettano qualche cosa da lui fanno sì che tutte questi nodi restino dentro e poco alla volta sviluppino dei sintomi «strani» come il mal di pancia, il mal di testa, i disturbi del sonno, la cronica stanchezza con le lacrime sempre a portata di mano e altro ancora. Tutti questi sintomi vanno registrati sotto il capitolo: disturbi psicosomatici. La psiche che influenza il corpo, il soma.

Il corpo ne guarirà solo quando la psiche si sentirà guarita!

Non dobbiamo poi dimenticare che spesso il bambino che fa dello sport usa buona parte del suo tempo per questa attività e ben poco tempo gli resta per lo studio così che sovente anche il rendimento scolastico ne risente e non gli resta più tempo per vivere la sua vita di bambino o di adolescente normale, arrischia, simile ad un monaco dei tempi passati, di appartenere ad un ristretto gruppo che fa assieme molte attività ma perde il contatto con i suoi compagni di scuola o di quartiere. Vive in fondo un'infanzia differente da quella dei suoi coetanei.

E dopo, cosa succede se smette di fare sport?

Per la stragrande maggioranza lo sport non diventa mai a tal punto un impegno competitivo da non riuscire mai a staccarsene. Per questi «fortunati» lo sport ha occupato un giusto posto nella loro vita e magari nell'età adulta potranno ancora ritornare a seguire, con piacere, una attività sportiva. Per altri, che nello sport hanno visto l'unico loro motivo di vita, l'incidente grave o l'improvvisa rinuncia possono trasformarsi in una grave crisi esistenziale. Per questo motivo lo sport va usato un po' come le medicine, un po' fa bene, troppo intossica! ■

conferenze '95

CST CENTRO SPORTIVO NAZIONALE DELLA GIOVENTU TENERO

ore 20.15 **I compiti della scuola nello sport**
 relatori: Dr. Gino Bellegambari: ministero della pubblica istruzione - Ferrara
 Dr. Arturo Hotz: libero docente - Goldiwin
 Prof. Mario Deburca: ufficio insegnamento primario - Bellinzona
 moderatore

ore 20.15 **Aspettative dei genitori e personalità dei figli**
 relatori: Dr. Marco Vannotti: ospedale CHUV - Losanna
 Dr. Amilcare Tonella: pediatra - Bellinzona

ore 20.15 **Lo sport è prevenzione?**
 relatori: Dr. Piero Astegiano: istituto di medicina dello sport - Torino
 Dr. Gianfranco Domenighetti: dipartimento opere sociali - Bellinzona
 Dr. Daniele Mauer: specialista in traumatologia sportiva - Lugano

CST

Autore: dr. medico Amilcare Tonella,
 specialista FMH in malattie dei bambini e degli adolescenti.
 Viale Portone 2, CH-6500 Bellinzona - tel. 091 825 52 52