

# L'APPROCCIO PSICO-PEDAGOGICO

(Simonetta Avalor PV dic95)

Prima di buttarmi a capofitto in questa impresa che mi lusinga, mi stimola, ma anche mi intimorisce non poco, permettetemi un preambolo che secondo me è essenziale per capire quello che andrò scrivendo: chi non è d'accordo può girare subito pagina senza annoiarsi oltre.

il punto principale di partenza per un corretto approccio psico-pedagogico ad un lavoro didattico nei confronti di un gruppo è la centralità degli elementi del gruppo stesso, sia che si tratti di una classe di bambini d'asilo o di liceali, sia che si tratti di una squadra di principianti o di individui già evoluti, sia che si tratti di giovani pallavolisti o di adulti. E, perché no, sia di uomini che di donne. E come nessuno si sogna nemmeno lontanamente di far copiare a un De Giorgi (scusami ammiratissimo Fefé) il modo di palleggiare o di gestire la costruzione di un Vullo, di far imitare a un Papi il caricamento, lo stacco e il colpo di uno Zorzi, perché noi della pallavolo femminile dobbiamo "copiare" i maschi?

Il punto è che noi dobbiamo studiare e perfezionare il nostro modo di giocare a pallavolo esaltando quelle che sono le caratteristiche della pallavolo femminile, facendo sì che le ragazze esprimano al meglio le loro specifiche potenzialità, realizzandosi nella loro diversità secondo le caratteristiche peculiari del loro essere donna nella prestazione fisica, agonistica e morale.

Imparare dagli altri? Dalla pallavolo maschile? Certo! Sempre, più che si può! Ma non per copiare, bensì per estrapolare quello che è adattabile al modello femminile, per migliorarsi e perfezionarsi.

Se copiassimo la pallavolo maschile saremmo sempre e solo la "brutta copia" di uno splendido sport che ha raggiunto con la Nazionale e con i club le più alte vette di successo al mondo.

Le donne invece vogliono trovare un loro modello, non vogliono essere né la brutta copia dei maschi, né la brutta copia di altre pallavolo femminili: vogliamo trovare un volley femminile italiano da raffinare, perfezionare, che esalti le caratteristiche delle donne che lo praticano in Italia.

Allora i problemi che si pongono sono di due tipi:

1. Come sono le tantissime ragazze che praticano la pallavolo e a che punto è la loro "cultura sportiva"?
2. Qual è il modello di prestazione a cui bisognerebbe indirizzare tutte le nostre energie?

## **Problematiche di psicologia individuali e di gruppo**

Il nostro obiettivo deve essere conoscere le nostre singole atlete, le relazioni all'interno del gruppo e che tipo di rapporto si instaura con noi allenatori, ma anche con lo staff dirigenziale del club.

Per conoscere dobbiamo studiare e, spesso, da soli possiamo non riuscire a venire a capo di certe situazioni; allora è fortunato chi può avvalersi di uno psicologo che esamini le singole atlete e le loro interrogazioni!

Comunque noi dobbiamo partire dall'analisi della squadra: i nostri gruppi sono spesso molto eterogenei: a) per età, giovani promesse a fianco di atlete mature e già affermate; b) per provenienza, italiane e straniere o naturalizzate; c) per "formazione", sia sportiva, sia socioculturale. Risulta chiaro quindi che la nostra attenzione va rivolta alle singole persone, all'intero universo esistenziale con cui noi dobbiamo cercare di entrare in contatto, per capire e rapportarci nel modo più valido e proficuo: questa è "la centralità dell'atleta" come principio psico-pedagogico. Gli strumenti che dobbiamo usare sono l'osservazione dei comportamenti e la comunicazione, il dialogo. In più dobbiamo tenere presenti alcuni aspetti tipicamente femminili, il più interessante dei quali è la variabilità dell'umore di ogni singola persona, variabilità che deve costringere la nostra sensibilità a non entrare in rotta di collisione, ma a gestire questa significativa diversità. A questo proposito stiamo conducendo con l'Istituto di Scienza dello Sport, dipartimento di Psicologia, un interessante studio delle relazioni fra stato emotivo e prestazione sportiva, e magari a conclusione di questa annata agonistica potremo fornire risultanze e indicazioni più chiare.

Il gruppo-squadra che si viene a strutturare nell'alto livello ho già detto che è eterogeneo (non come a livello giovanile, dove l'età e lo sviluppo psicofisico delle atlete presentano notevole omogeneità e problematiche simili) e quindi noi dobbiamo evidenziare gli elementi che "uniscono" le nostre atlete e su questi elementi dare corpo alle regole che il gruppo deve fare proprie: 1) la

motivazione alla pratica sportiva di alto livello; 2) l'agonismo, come competizione verso gli altri, ma anche e soprattutto verso se stessi; 3) il desiderio, nella scelta di uno sport di squadra, di inserirsi in un gruppo per affrontare le situazioni competitive e per poter dividere con le compagne vittorie, sconfitte, ansie e gratificazioni. Visto che il gruppo si definisce come un "insieme di individui il cui comportamento è oggetto a reciproca influenza, perché tutti i membri hanno qualcosa in comune (uno o più obiettivi) ed hanno individuato, in accordo, i mezzi da usare per conseguire i risultati, dividendo in maniera opportuna le funzioni e i compiti", allora bisogna analizzare le dinamiche del gruppo.

In tutti i gruppi i membri adottano spontaneamente, e quasi senza accorgersene, modelli di comportamento che non sono solo abitudini, ma veri e propri valori, principi. Così un gruppo, per esempio, determinerà nei suoi membri il senso dell'ordine o del disordine, della puntualità o del ritardo, del rispetto dell'autorità o della resistenza e della critica a qualsiasi autorità.

Tutto ciò ha riflessi molto profondi non solo sull'individuo, ma anche nei rapporti interpersonali all'interno del gruppo: infatti sarà messo da parte e deriso chi non rispetta quelle norme e, al contrario, chi più degli altri incarna queste regole godrà tra tutti di prestigio, di autorità, di influenza sugli altri.

Il prestigio non è uguale alla popolarità poiché qualcuno che come carattere è simpatico potrebbe però non incarnare i valori del gruppo e quindi non avere influenza nel momento in cui si prendono decisioni, esattamente come nella squadra non è necessariamente chi ha il rendimento migliore in campo ad essere il leader del gruppo.

In pratica quindi in una squadra esiste e si struttura spontaneamente una leadership naturale, ma esiste anche una leadership funzionale, che è quella dell'allenatore e del dirigente, ognuno con l'autorità che gli deriva dalle sue competenze.

È essenziale che l'allenatore e i dirigenti identifichino un vero leader, rendendosi conto delle dinamiche di gruppo che si sono stabilite come risultato di interazioni sociali, di fattori personali, di un'intera rete di comunicazione che esiste di fatto all'interno del gruppo.

Riuscire ad interagire verso l'obiettivo comune significa quindi non solo stabilire d'autorità i valori, le norme del gruppo e i mezzi che servono a raggiungere la meta prefissata, ma anche guidare la squadra, in sintonia con tutte le singole componenti, verso l'acquisizione di punti fermi su cui costruire, con la forza del gruppo, tutti i risultati possibili.

Per me personalmente gli obiettivi per creare un "gruppo forte e saldo" passano per la responsabilizzazione delle singole atlete sul loro ruolo, piccolo o grande che sia, all'interno della squadra: e non parlo solo di tecnica o tattica (che comunque per noi sono fondamentali: l'atleta deve sapere con chiarezza cosa noi ci aspettiamo da lei, quali sono i suoi compiti e come ci si deve preparare per assolverli al meglio possibile), ma anche dell'apporto morale-volitivo che ognuno secondo la sua personalità deve dare alle compagne. Per me la squadra è come un mosaico: ci sono delle tessere colorate, alcune più lucenti, altre più uniformi, ma se salta una tessera salta tutto il mosaico. Ma perché un'atleta si senta responsabile deve poter essere autonoma, certo guidata dall'allenatore, ma non "telecomandata": le donne sono abituate culturalmente ad un modello di autorità maschile che le porta alla dipendenza (parlo da un punto di vista sociologico ampio della famiglia, del lavoro ecc.) e spesso anche in palestra gli allenatori pretendono supina adesione ai loro modelli e alle loro scelte, salvo poi lamentarsi che in campo le donne non mostrano carattere: può, chi in tutti gli allenamenti viene "coercizzata" (scusate il termine esagerato), improvvisamente in gara dare libero sfogo alla sua aggressività e al suo agonismo? Anch'io, che sono un'allenatrice donna, ho trovato e trovo ancora difficoltà ad affermare un mio modo diverso di essere "autorità": sono donna e non voglio omologarmi ad un modello di autorità maschile, la mia autorevolezza in palestra e con la squadra spesso, ma solo inizialmente, viene scambiata per debolezza, invece è solo il mio modo di essere "una donna allenatore". E come a fatica ho trovato e rivendico un mio modo di esprimermi, altrettanto rivendico per le atlete-donna un modo di realizzarsi pienamente e consapevolmente come pallavoliste.