

SAPER VIVERE IL CALCIO ISPIRANDOSI AI BAMBINI

Il bambino intuitivamente sa come deve porsi verso le situazioni che lo coinvolgono, tra queste anche lo sport che pratica.

Il suo modo spontaneo di vivere le cose è quello di fagocitarsi del mondo, cercando di soddisfare la sua fame di conoscere ed imparare, attraverso il saziarsi delle sensazioni che trae da ciò che lo circonda.

Riesce a fare questo se il suo entusiasmo a riempirsi delle cose che fa, viene appagato “qui ed ora”, ovvero nell'immediato, perché lui vive concentrato sul presente. Il suo intuito gli suggerisce che il modo migliore per affrontare la complessità del mondo in cui si trova inserito, è quello di essere semplice e diretto. Ed utilizza questo stesso approccio anche nel contesto sportivo.

Noi adulti, siamo coinvolti nello svolgimento dello sport del bambino, sia in veste di educatori, sia come genitori. Nel fare questo, ciò che ci spetta, oltre ad offrire il supporto logistico negli spostamenti da un campo all'altro o l'impartire nozioni e tecniche calcistiche, è di proporci a lui come valido supporto emotivo.

Nel compiere ciò, la cosa migliore da fare è quella di sostenerlo a vivere l'esperienza calcistica, “a modo suo”, ovvero concentrato nel presente da godere in ogni istante. In questo modo, rispettiamo la sua dimensione di bambino senza ledere la sua spontaneità e semplicità con la nostra maniera di vivere da adulti.

Invece, capita spesso che il giovane atleta, sia indotto ad aderire ad una concezione dello sport e quindi anche del calcio, non affine al suo modo di essere, che invece di concentrarsi sui piccoli risultati e sulla quotidianità, si proietta su ciò che potrà accadere in futuro.

Ciò avviene per esempio, quando il bambino mostra delle buone capacità a giocare a pallone. Ma non solo in quei casi... In questo modo, il gusto di vivere il calcio al momento, deve lasciare lo spazio a quello che si deve “diventare”, pregiudicando altri aspetti della personalità, come la stima di sé, soprattutto laddove il bambino si accorge di non spiccare in campo.

Essendo influenzato da questo modo di accostarsi allo sport, il calciatore in erba, si allontana sempre più da ciò che gli veniva spontaneo, cioè giocare a pallone per il gusto di farlo, per farsi condizionare da un approccio allo sport inquinato dal modo in cui, con grande frequenza, lo viviamo noi adulti. Per noi è allettante veder vincere nostro figlio, o la squadra che istruiamo al calcio, ed immaginare che si tratti di una potenzialità che in futuro “possa emergere”...

Questo perché la gratificazione che ne consegue, è una conferma per la stima che riponiamo in noi stessi. Se il bambino di cui ci occupiamo ha successo, crediamo che sia anche un nostro merito, e attraverso ciò sentiamo di valere qualcosa, e possiamo appagare le disillusioni riguardo al desiderio che avevamo da piccoli di sentirci importanti.

Inoltre auspicarci che il bambino che amiamo raggiunga il successo, può rappresentare l'opportunità di appagare un bisogno profondo dell'essere umano, quello di sentirsi al sicuro e salvaguardato dalle possibili avversità, attraverso una situazione economica confortante.

Queste emozioni, suscitate in noi adulti dal calcio, si riflettono sul bambino. Egli nell'abbuffarsi di pallone da qualsiasi stimolo attorno a se glielo consenta, assorbe oltre alla nostra passione per questo sport, il nostro modo personale di viverlo.

A cosa porta questo?

Ad orientare il giovane calciatore completamente verso la meta ambita, sperando di essere bravo a giocare a pallone per avere successo in futuro. Nel momento in cui lo scopo per cui si gioca a pallone si concentra sul desiderio di emergere, il metro di misura utilizzato per valutare se stesso e gli altri diviene il livello di prestazione. Ciò appesantisce le dinamiche emotive che si aggirano attorno alla competitività. Quest'ultima, affrontata con spirito sportivo e serenità, preclude i suoi aspetti costruttivi. Ma non quando si focalizza soltanto sul bisogno di essere il più bravo di tutti.

Per evitare questo, sarebbe bene orientare l'aspirante calciatore, anziché al confronto con gli altri, a misurarsi con i propri livelli prestazionali precedenti, così da motivarlo ad essere concentrato ed impegnarsi durante gli allenamenti e la partita, attraverso la consapevolezza dei propri progressi.

Peraltro, concentrare le proprie energie soltanto su ciò che potrà avvenire in futuro, esclude l'investimento di altri ambiti, primo tra tutti l'impegno scolastico. Ciò prepara le condizioni per trasformare un ragazzo, in un potenziale fallito a 20 anni, quando sfuma la speranza di diventare un grande calciatore e non si ha un altro settore su cui poter optare.

Ma più di ogni altra cosa, focalizzarsi sulla speranza di aver successo nel calcio, allontana il bambino da ciò che gli veniva da fare così bene:

.. vivere nel presente, godere delle esperienze immediate, sapersi guardare attorno e rendersi conto di quanto ci si può riempire dell'entusiasmo tratto dalle piccole cose. Tutto questo può perdersi aderendo al modo di vivere largamente condiviso da noi adulti, che nella stragrande maggioranza prediligiamo condurre la nostra esistenza o concentrati sul passato o rivolti al futuro. Lo facciamo perché in tal modo possiamo sfuggire al presente.

Un presente che spesso è ricco di infiniti motivi per essere bello ed entusiasmante, e proprio per questo lo sfuggiamo. Perché fa molta paura essere felici e rendersi conto di ciò che di prezioso si ha. Se invece anche noi adulti, provassimo qualche volta, a vivere più nel presente, saremmo anche in grado di sostenere i bambini a farlo. Da ciò susseguirebbe una maggiore attenzione per ciò che spesso viene tralasciato. Come il brivido di entrare in un campo da gioco ed iniziare a correre. L'emozione di sentirsi bagnare il volto dalla pioggia o dalla fatica durante la gara. La condivisione delle lacrime di delusione o di gioia che a volte inondano lo spogliatoio e che fanno sentire uniti.

Noi adulti, anziché influenzerli con il nostro modo di fare, dovremmo predisporci a riconoscere la saggezza che mostrano i bambini vivendo di sensazioni immediate, per renderci conto, dell'inutilità

e del malessere che può attivare invece il rincorrere mete senza concentrarci a vivere appieno la strada per raggiungerle.

Per il nostro bene, dovremmo approfittare della fortuna di avere accanto a noi un bambino, oltre che per godere della sua presenza, per “re-imparare”, osservandolo ed immedesimandoci in lui, l’atteggiamento con il quale muoverci nell’ambiente circostante. Questo deve avvenire all’insegna della spontaneità e dell’immediatezza, sapendo godere di quell’aspetto della vita che è “il giocare”.

Il giocare con la vita stessa, allentando per qualche momento quelle che sono le problematiche e le preoccupazioni che il vivere comporta, sfuggendo alla nostra tendenza di ipervalorizzare alcuni eventi che tutto sommato non sono così fondamentali.

“Re-imparare” perché una volta sapevamo farlo. Riacquisire la capacità di vivere come si fa da bambini, perché da bambini anche noi adulti ci spingevamo a conoscere il mondo ed a viverlo in questo modo.

E se è vero che in ognuno di noi quel bambino, silenziosamente e spesso relegato in un angolino inascoltato, c’è e ci sarà sempre, ci farebbe un gran bene alla salute fisica e mentale poter trarre da lui l’entusiasmo che soltanto un animo giovanile può dare.

di Isabella Gasperini* * Psicologa, Psicoterapeuta - Cisco Lodigiani Calcio

PIZZINNO