

CARTA ETICA ANDERLINI

GENITORI



CARTA ETICA
ANDERLINI



**ETHICS
4 SPORTS**



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

SOMMARIO

PAGINA 4	Prefazione
PAGINA 6	RISPETTA
PAGINA 18	ASCOLTA E COMUNICA
PAGINA 28	COLLABORA
PAGINA 34	ORGANIZZA E AGISCI
PAGINA 46	ACCETTA E ACCOGLI
PAGINA 52	APPARTIENI

In un'epoca di grandi cambiamenti sociali, economici e tecnologici, quali l'arrivo della comunicazione digitale, il conseguente cambio delle modalità lavorative, l'affermazione di differenti tipologie della struttura familiare, il crescente confronto con nuove etnie, culture e identità, hanno rimesso al centro vecchi e nuovi bisogni. Emerge la necessità di ripartire da valori condivisi che regolino la libertà di ognuno e consentano a tutti di vivere in equilibrio.

Seppur la Scuola di Pallavolo non sia lo specchio dei macro problemi globali è comunque, per chi vi appartiene, uno spaccato di vita reale dove bisogni, relazioni, modalità comunicative sono cambiate. A questi cambiamenti è importante adattarsi partendo da una base comune di valori e di principi condivisi. Forse è stato proprio questo il motivo dell' interesse che ha suscitato la Carta Etica Anderlini (CEA) negli ultimi anni.

La CEA non ha la pretesa di risolvere i problemi o di dettare regolamenti e legislazioni, etichettando i colpevoli. La CEA, costruita e sviluppata in forma di ragionamento educativo-psicologico, vuole costituire una sorta di sigillo di raggiunta maturità della Scuola di Pallavolo Anderlini, una dimostrazione della sua capacità di impegnarsi in un percorso difficile ma possibile. La Scuola di Pallavolo Anderlini vuole essere parte di quella comunità che si impegna a rispettare e a condividere valori, non rappresenta la perfezione ma si espone affinché possa migliorare nel suo Essere.

La CEA è un'Autoregolamentazione, è un insieme di principi e di obblighi

scelti e stabiliti dai soggetti direttamente interessati, i quali autonomamente si impegnano a rispettarli. È espressione di qualità e di eccellenza morale in ciò che si sta facendo. L'assunzione della Carta Etica può aiutare i singoli soggetti, le squadre e le società sportive a riflettere sui significati, i principi, i valori fondamentali ai quali ispirarsi, per orientare al meglio il comportamento di ognuno. La CEA vuole favorire la maturazione, all'interno della Scuola di Pallavolo Anderlini, di una autentica comunità sportiva, costituita da un gruppo allargato di persone disposte ad impegnarsi, a collaborare consensualmente, ad investire tempo ed energie per raggiungere obiettivi comuni, ma all'interno di una chiara e condivisa prospettiva etica. Si propone di rafforzare e rinsaldare l'identità di questa Società Sportiva, attraverso una riflessione e un confronto collettivo sui valori fondanti, valori che devono necessariamente essere frutto di scelte ponderate e meditata adesione da parte di tutti gli attori coinvolti nell'agire sportivo. La Carta non solo intende aprire orizzonti di vedute più ampie e luminose, ma vuole favorire l'interiorizzazione delle possibili ragioni del fare sport. Mira a coinvolgere chi si occupa di sport per renderlo protagonista delle sue scelte e responsabilizzarlo per le sue azioni.

L'obiettivo finale è la crescita e la maturazione di sportivi (ma anche e soprattutto di persone) responsabili, qualunque ruolo essi ricoprano. L'evoluzione è percorribile attraverso l'acquisizione di un pensiero sempre più flessibile che permette un confronto positivo anche nella difficoltà.

La CEA viene adottata come documento ufficiale, ma aperto ad eventuali modifiche proprio per sua stessa natura, dalla Scuola di Pallavolo Anderlini nell'anno sportivo 2013-2014.

Dal 2013 ad oggi, all'interno del nostro contesto, i comportamenti non congrui ai principi etici sono stati molti e probabilmente altrettanti si verifichere-

ranno negli anni a venire. Tuttavia, nonostante le difficoltà, la CEA ha destato molta attenzione da parte dei media, delle autorità e di tutto il mondo pallavolistico. In particolar modo la CEA ha permesso alla Scuola di Pallavolo Anderlini di diventare partner di Ethics4 Sport (E4S), progetto della Comunità Europea della durata di almeno 3 anni. E4S è un progetto che si pone come obiettivo la costituzione di un documento etico capace di accorpare tutti i bisogni, i principi e i valori di alcuni Paesi europei. All'interno del progetto, alla luce del concetto di co-costruzione di una possibile Carta Etica Europea, si sta lavorando sulla creazione di una App capace di raccogliere dati sulle situazioni positive e negative, sui valori rispettati o non rispettati, sui comportamenti adottati o non adottati, che accadono nei vari sport. La raccolta dei dati dovrebbe permettere di avere un campione molto ampio, e quindi attendibile, per decidere e scegliere i principi e i valori di cui si sente maggiormente il bisogno al fine di creare un ambiente sportivo ricco di benessere. Grazie alla raccolta dati sarà anche possibile individuare i cambiamenti e quindi riadattare la Carta Etica nel tempo.

Al nostro interno tutto questo movimento ha permesso di poter spostare risorse su questi concetti e quindi di mantenere vivo il pensiero, l'attenzione e la partecipazione su argomenti che non vanno mai dati per scontato, soprattutto quando le diversità si uniscono.

Claudia Fiorini





GEFF
VOLLEYBALL

GEFF
VOLLEYBALL

Scuola di
PALLAVOLO



CARTA ETICA
ANDERLINI

Genitori

RISPETTA







Le regole sono norme e precetti che un gruppo, o una comunità di persone, si danno al fine di indicare agli appartenenti quale sia l'atteggiamento più opportuno da tenere in particolari circostanze. Esse ci ricordano che non siamo soli, che non possiamo agire senza rispettare i confini dell'altro, permettendoci di uscire anche dal proprio egocentrismo e divenire più aperti e collaborativi. In particolare quelle di una società sportiva hanno come obiettivo la costruzione di una piattaforma comune dove poter esprimere un codice di comportamento che sia facilmente condivisibile. Esse, pertanto, non hanno lo scopo di annientare l'individuo nella sua unicità e nemmeno quello di omologare gli atleti tra di loro. Le regole, inoltre, favoriscono sicurezze in quanto riferimenti "chiari": elemento necessario a tutti gli atleti per affrontare il loro percorso di crescita offrendosi come una sorta di bussola che orienta all'agire. Il non-aderire alla regola stabilita implica non condividere il codice di comportamento della società e quindi significa ribellarsi, in un qualche modo, alla comunità sportiva nella quale si è inseriti. Esempi di regole decise dalla Scuola di Pallavolo Anderlini sono: la scelta della composizione del gruppo, i giorni di allenamento e di gara, le modalità di svolgimento delle trasferte e dei tornei, il materiale in dotazione, i pagamenti, le scadenze, le visite mediche etc.

Rispetta le regole e il codice di comportamento della società.

.....

.....

.....

.....

.....

Le regole, le norme e i modelli di comportamento rappresentano dei facilitatori affinché si possa scegliere e trovare un ambiente sano e sicuro garante della propria e altrui dignità. Optare per uno sport, una società sportiva, una scuola, un posto di lavoro significa:

1. scegliere un luogo nel quale trascorrere il proprio tempo con determinati obiettivi unitamente alla garanzia del rispetto della propria e dell'altrui persona;
2. entrare in quel sistema ed essere noi stessi garanti della nostra e altrui dignità.

L'obiettivo di ogni disciplina sportiva non è soltanto quello di incrementare le abilità tecniche e motorie degli atleti, ma anche quello di favorire l'apprendimento di norme, regole e modelli di comportamento che saranno sperimentati in modo costante, sia in allenamento che in gara. In questo modo lo sport facilita l'acquisizione ed educa a quelli che sono i principi basilari del vivere in società, cioè il rispetto di leggi e di codici prestabiliti per il bene della stessa collettività.

Nessun individuo, all'interno dell'ambiente sociale, è libero di fare ciò che vuole e di contravvenire ai limiti stabiliti, perché questo significa andare incontro a restrizioni (e a sanzioni). La regola, intesa anche come limite, non annulla la libertà personale ma anzi la difende e la rafforza.

La vita senza limiti, abbandonata al puro inseguimento del desiderio, è destinata ad ammalarsi e, in alcuni casi limite, ad autodistruggersi.

Le regole sociali possono aiutare i ragazzi ad affrontare le prime complessità del vivere, a riconoscere i propri limiti ma soprattutto ad aprirsi all'altro nel rispetto. La famiglia ha il compito di far crescere il figlio in un clima familiare adeguato per educarlo sin dalla giovane età piccolo al rispetto delle cose pubbliche per poi, crescendo, all'esistenza dell'altro, come persona che, al par suo, pensa, ama, soffre e nutre sentimenti.

In altre parole, vivere in società si deve tradurre come avere un mondo di significati condivisi con l'altro. All'interno di questo "universo" vi sono valori, norme e principi che non risultano sempre condivisi ma che sono necessa-





riamente da accettare. Ciò significa che a volte dobbiamo accettare un altro pensiero che non sia il nostro, o una regola diversa, per poter raggiungere un sovrascopo comune insieme all'altro, ovviamente senza che i nostri principi vengano sviliti e sopraffatti. La diversità è non facile e faticosa accettazione ma anche arricchimento e flessibilità. Ad esempio, è possibile che all'interno della nostra famiglia vi sia la regola di scegliere liberamente l'ora e la tipologia del pasto (condivisione), mentre nella squadra è obbligatorio rispettare orari e menù (accettazione).

In tale direzione l'adulto è colui che fa rispettare le regole nella ricerca di essere più imparziale possibile ma soprattutto è colui, che con il proprio comportamento, si offre come esempio. Raccomandare la "precisione" e non arrivare mai puntuali, predicare rispetto per l'arbitro e protestare irrispettosamente se commette un errore, pretendere educazione e denigrare persone a noi vicine sono tutti esempi di comportamenti che offrono informazioni altamente incoerenti. In questi casi il messaggio più penetrante è dato dall'atteggiamento piuttosto dal contenuto.

Le regole sono utili per connetterci con l'altro e avere una previsione delle possibili conseguenze di un gesto in relazione con la controparte. L'uomo è essere pensante, unico e specifico, e osserva il mondo coi suoi filtri soggettivi, appresi dall'esperienza e dal contesto educativo nel quale è inserito. La diversità è ricchezza ma allo stesso tempo può essere motivo di incompre-

Le regole sono garanzie del rispetto della propria e dell'altrui persona.

.....

.....

.....

.....

sioni e discussioni. La regola, il principio e i valori ci aiutano a trovare una strada comune rispettosa delle diverse soggettività.

Talvolta, nel tentativo di non far provare alcuna frustrazione ai nostri figli e di proteggerli, tendiamo a lanciargli messaggi del tipo “Tu sei il più bravo, sei bello, capace e intelligentissimo” oppure “Non capisco come hai fatto a prendere un brutto voto, adesso vado dall’insegnante” o ancora “Quel tuo compagno è molto meno bravo di te, vado a protestare con l’allenatore, è giusto che giochi tu”.

Il genitore, nel tentativo di proteggere il proprio figlio da emozioni negative, invia messaggi che confondono e disorientano, non aiutando (anche nel lungo termine) il ragazzo ad attrezzarsi per superare le situazioni di criticità:

- il ragazzo non riconosce il ruolo di chi decide: l’autorità, l’allenatore, il genitore stesso;
- non rispetta la decisione presa adottando un comportamento remissivo oppure oppositivo;
- non si adopera per trovare soluzioni personali ma colpevolizza l’esterno attendendo la risoluzione elaborata e praticata dal solo genitore;
- evita altre situazioni analoghe nell’attesa che cambi qualcosa;
- si allontana dalla squadra e dallo sport (la soluzione più semplice che abbassa le emozioni negative nel breve termine).

Nel confronto con gli altri, in contesti sociali strutturati ma anche informali, il ragazzo impara che esiste la diversità e nella sua unicità riesce ad individuare e riconoscere anche i propri limiti. Lo sport, da questo punto di vista, si propone anche come scuola di vita. Compito della famiglia e del genitore sarebbe fornire ai ragazzi strumenti utili per combattere situazioni sfavorevoli, rimanendo anche in contatto con le emozioni negative (contenimento e ricerca di soluzioni) piuttosto che colpevolizzare l’esterno di tutto e negando la sofferenza immediata.

Entrando nello specifico, descriviamo una tipica situazione: se nostro figlio non è tra i titolari o gioca poco, cerchiamo di capire se questa situazione per nostro figlio è accettabile o meno. Può capitare che il vederlo in campo sia più un’esigenza del genitore che non del ragazzo ma non si dovrebbero mai





screditare mai, davanti ai nostri ragazzi, le scelte dell'allenatore. Egli non può essere messo in discussione per valori e professionalità di fronte ad una scelta che valorizza alcuni e “penalizza” altri. Delegittimare un allenatore davanti ai figli lancia il seguente messaggio: “Questo allenatore non capisce niente, io non lo rispetto e quindi anche tu puoi non rispettarlo. Inoltre, non sei tu che ti devi impegnare di più per ottenere il tuo obiettivo, ma è colpa sua perché non è capace”. È evidente che il ragazzo si deresponsabilizza sul fatto e sposta la colpa all'esterno impedendo così una crescita cognitiva ed un arricchimento procedurale. Più utile sarebbe contenere e condividere le possibili emozioni negative che derivano da un “non successo” e aiutare il nostro ragazzo a trovare strategie per superare i propri limiti.

Una condizione opposta a quella descritta sopra è quella di mandare ai propri figli soltanto input negativi o di confronto con l'altro (ad esempio l'amico, il compagno di squadra o il/la fratello/sorella) di natura svalutativa: “Non sei capace, tuo fratello è più bravo, mi hai deluso”; o ancora fare scelte che non rispecchiano la volontà del figlio come “Non può fare quattro allenamenti, perché non riesce a studiare”; “Deve giocare a pallavolo anche se gli piace di più calcio perché ha più possibilità”; “Deve fare anche inglese e chitarra o non viene a pallavolo”. Talvolta i genitori risultano distratti e non ascoltano le esigenze del figlio.

Questo avviene perché essi o sono delusi dal fatto che il figlio non pare es-

Ogni essere è unico e specifico con una diversa percezione degli eventi e
diversi obiettivi.

sere all'altezza delle loro aspettative, o perché "sconfortati" dal rendimento o perché ritengono che tale atteggiamento rappresenti il modo migliore per spronarlo a fare meglio. Viviamo in un momento storico in cui tutti noi ambiamo al raggiungimento dell'eccellenza in tempi brevi sperando, talvolta, in una sorta di predestinazione.

Accade quindi che, non appena si verificano situazioni al di sotto la media, o non in linea con le nostre aspettative, si tende subito a svalutare oltre misura il risultato.

Ad esempio, se un bambino di 11 anni non sa palleggiare bene, allora subito pensiamo che non diventerà mai un campione! Allora inizia a prendere corpo l'idea che il giovane "non è portato" per quello sport, ma se ci fermassimo a riflettere, utilizzando il semplice buon senso, arriveremmo probabilmente ad una diversa conclusione.

Infatti, rispettando i tempi di crescita e di sviluppo di ognuno, con un adeguato allenamento ed una buona dose di perseveranza, spesso assistiamo a miglioramenti radicali anche in soggetti che apparentemente non "suggerivano" una positiva riuscita. Trasmettere fiducia nelle abilità del proprio figlio e credere in un processo di crescita lascia al figlio speranza per il futuro, gli offre una prospettiva e voglia di combattere ma soprattutto allena a sviluppare una motivazione a raggiungere quelli che sono i suoi desideri anche attraverso il lavoro e sacrificio. Allo stesso tempo ciò permette di alzare la soglia della percezione della sconfitta (leggasi anche fallimento) e stimola nel giovane il desiderio di continuare a provarci investendo maggiori risorse. Bisognerebbe far comprendere al ragazzo che non ci si dovrebbe soffermare troppo sul risultato odierno quanto piuttosto su un processo di crescita progressivo e continuo nel tempo.

Ciò è uno degli aspetti più complessi (del resto i bambini vivono quasi sempre nel tempo presente) ma, quando si riesce ad "arrivare", ecco che lo sport diventa realmente una palestra di vita: perseverare nella ricerca di un miglioramento sportivo, seppur di poco conto, è un buon modo per allenarsi proprio agli ostacoli, piccoli e grandi che siano che l'esistenza ci pone davanti quasi quotidianamente.





Se il figlio è contento di essere lì e svolgere quella specifica attività, non devono essere di certo i genitori ad instillare dubbi o paure che appartengono (magari) al loro passato ma che possono non fare parte del “bagaglio” di loro figlio. Questa considerazione introduce un secondo aspetto da analizzare: quello sociale. Esiste il bambino che gioca solo per stare in gruppo, per vivere esperienze con i coetanei, magari anche solo per mangiare la pizza insieme dopo la partita! Fare quello sport gli piace, non sarà il migliore, ma è facile intuire le sue sensazioni: basta guardarlo in faccia e osservare che tipo di interazioni ha con i compagni sia in campo che fuori.

Un altro stile di porsi nei confronti dell'attività sportiva del proprio figlio può essere quello ipercritico o perfezionistico.

Esso tende a sottolineare più gli errori che i progressi dell'atleta, minando gravemente l'autostima del ragazzo e creando forti ansie rispetto alla paura di essere inadeguato o non essere all'altezza .

Poi ci sono quei papà e mamme che desiderano che il figlio raggiunga quegli obiettivi a loro “sfuggiti” e che alimentano, anche involontariamente, forti aspettative sul ragazzo.

Oltre a ciò ci possono essere altre due categorie genitoriali, quella dei “dominatori” e degli “iperindulgenti” che, pur essendo diametralmente opposte nei loro comportamenti, sono in grado di procurare gli stessi effetti negativi

Lasciamo i figli liberi di vivere il gruppo sportivo ascoltando i loro bisogni.

.....

.....

.....

.....

sulla personalità del figlio. I primi, molto severi, punitivi, assillano il figlio con minacce e continue sollecitazioni, spingendolo verso un rendimento sempre “iperperformante” e verso l'ubbidienza e la sottomissione. I secondi, al contrario, troppo permissivi e iperprotettivi sono perennemente impegnati nello “spianare la strada” del loro piccolo da ogni tipo di ostacolo e difficoltà. Risultato: entrambe le situazioni possono contribuire a sviluppare un bambino fragile, insicuro e bisognoso di continue conferme.

Tutti questi stili di comportamento genitoriale (la lista può essere infinita!) sembrano non lasciare ai ragazzi l'indipendenza e l'autonomia necessaria per raggiungere e costruire la propria identità in quanto non vi è rispetto e ascolto dei bisogni dei ragazzi e della loro persona.

In un contesto sportivo non si è dotati e capaci solo se si fa parte della formazione titolare. In questo ambito di squadra si può essere un leader anche negli spogliatoi o al di fuori del campo; si può essere per l'altro un punto di riferimento o di comportamento nelle difficoltà o in situazioni particolari. Queste sono qualità che ai nostri figli vanno riconosciute sia per valorizzare il processo di costruzione di identità dei ragazzi e sia per evidenziare il valore per il quale praticano uno sport.

Una sconfitta o una scelta arbitrale non favorevole in una competizione importante possono scatenare momenti di nervosismo o di frustrazione anche nei genitori. Tali eventi possono sfociare in comportamenti antisportivi o diseducativi come un tifo scorretto verso l'avversario o insulti all'arbitro. È compito della Società Sportiva evidenziare e sottolineare questi tipi di comportamenti.

Questi devono essere visti e considerati come comportamenti che incitano o favoriscono l'arroganza e la violenza. In questi casi la responsabilità degli adulti è doppiamente grave poiché, oltre ad offrire uno spettacolo deplorabile, propongono ai giovani atleti un modello di comportamento disfunzionale e privo di limiti. In un'ottica psicologica questo tipo di comportamento antisportivo, da un lato, deresponsabilizza i ragazzi e colpevolizza “un terzo” (l'avversario o l'arbitro) della sconfitta.





Inoltre, ciò impedisce agli atleti di cercare soluzioni alternative e modelli strategici diversi da utilizzare in futuro, in analoghe occasioni. Durante la partita, le polemiche, gli insulti e le offese impediscono ai ragazzi di concentrarsi sul momento presente: la rabbia per l'ingiustizia subita è talmente alta che sposta l'attenzione prevalentemente sul torto subito (presunto o reale che sia) piuttosto che sulla disamina dell'evento; ci si dovrebbe focalizzare su tutto quello che si sarebbe dovuto e potuto fare piuttosto che su quello che si è già fatto con la ovvia conseguenza che ne deriva: un altro errore grave. Uno dei comportamenti educativi che spetterebbe al genitore sarebbe quello di parlare in modo costruttivo con il figlio della rabbia, della delusione o della frustrazione per la sconfitta e delle aspettative non rispettate. Questo dovrebbe avvenire senza giudicare scelte tecniche o arbitrali ma trasmettendo al proprio figlio la sicurezza che, anche di fronte a certe situazioni non favorevoli o considerate ingiuste, è possibile provare a vincere mentre in altri casi bisogna "saper perdere".

La sconfitta non dovrebbe essere intesa come un fallimento irrimediabile ma come momento di riflessione e di crescita per una pronta ripartenza. L'appartenenza ad un gruppo squadra favorisce il processo di socializzazione, cioè la capacità di convivere con altre persone entrando in una relazione di rispetto e reciprocità. L'obiettivo del gruppo squadra non è solo di miglioramento delle capacità tecniche e motorie degli atleti ma, lo si vuole ri-sottolineare, è anche l'apprendimento di norme, regole e modelli di com-

L'errore e la sconfitta possono essere occasioni di crescita.

.....

.....

.....

.....

portamento utili a competere secondo codici prestabiliti. Semplici regole, quali la puntualità agli allenamenti e alle gare, la divisa, il rispetto delle scelte, dei compagni, delle attrezzature, degli spogliatoi, sono alla base del comportamento di ogni atleta che impara ad agire all'interno di regole stabilite interiorizzando il senso del limite. Altro aspetto che dovrebbe essere fortemente sentito dai genitori è quello del rispetto e della responsabilità degli impegni assunti dal ragazzo.

Superfluo rimarcare che l'esempio diretto del genitore gioca un ruolo importantissimo nella trasmissione di questo insegnamento.

Leggendo la carta dei diritti del bambino nello sport, redatta a Ginevra nel 1992 dall'UNESCO, è significativo il terzo articolo: "Diritto di beneficiare di un ambiente sano". Questo articolo non si riferisce solo al luogo fisico, ma anche alle relazioni sociali che si instaurano in questo ambiente, quindi quelle con gli allenatori e i genitori. Sono proprio i genitori che per primi desiderano un ambiente sano per il figlio ma, a volte, sono loro stessi che, direttamente o indirettamente, lo "contaminano".

A questo proposito è consigliata la lettura del brano estrapolato dal testo "Racconti Pallonari" di Bruno Etrari del 1995:

'Lo sai papà, che quasi mi mettevo a piangere dalla rabbia, quando ti sei arrampicato alla rete di recinzione, urlando contro l'arbitro? Io non ti avevo mai visto così arrabbiato! Forse sarà anche vero che, lui, l'arbitro, ha sbagliato; ma quante volte io ho fatto degli errori senza che tu mi dicessi niente ...

Anche se ho perso la partita "per colpa dell'arbitro", come dici tu, mi sono divertito lo stesso.

Ho ancora molte gare da giocare e sono sicuro che se non griderai più, l'arbitro sbaglierà di meno... Papà, capisci, io voglio solo giocare, ti prego lasciamela questa gioia, non darmi suggerimenti che mi faranno innervosire: "tiraaa", "passaaa", "buttalo giù". Mi hai sempre detto di rispettare tutti, anche l'arbitro e gli avversari e di essere educato ... e se "buttassero giù" me, quante parolacce diresti? Un'altra cosa papà: quando il "mister" mi sostituisce o non mi fa giocare, non





arrabbiarti! Io mi diverto anche a vedere i miei amici stando seduto in panchina. Siamo in tanti ed è giusto far giocare tutti (“come dice il mio Mister”).

E, per piacere, insegnami a pulire le mie scarpe da calcio, non è bello che tu lo faccia al posto mio, ti pare?

E, scusami papà, non dire alla mamma, al ritorno dalla partita “oggi ha vinto” o “ha perso”, dille solo che mi sono divertito tanto e basta.

E poi non raccontare, ti prego, che ho vinto perché ho fatto un gol bellissimo: non è vero papà! Ho buttato il pallone dentro la porta perché il mio amico mi ha fatto un bel passaggio, il mio portiere ha parato tutto, perché assieme agli altri miei amici, ci siamo impegnati moltissimo: per questo abbiamo vinto (“ce lo ha detto anche il mister”). E ascoltami papà, non venire nello spogliatoio, al termine della partita, per vedere se faccio bene la doccia o se so vestirmi, ma che importanza ha se mi metto la maglietta storta? Papà, devo imparare da solo, sta sicuro che diventerò grande anche se avrò la maglietta rovesciata, ti sembra?

E lascia portare a me il borsone, vedi? C'è stampato sopra, il nome della mia squadra e mi fa piacere far vedere a tutti che io gioco a pallone.

Non prendertela, papà, se ti ho detto queste cose, lo sai che ti voglio tanto bene... ma adesso è già tardi, devo correre al campo per l'allenamento. Se arrivo ultimo il “mister” non mi farà giocare, la

Papà ascoltami.

.....

.....

.....

.....

prossima volta... Ciao.'

A questo punto viene spontaneo chiedersi quale potrebbe essere un comportamento ideale per i genitori.

Può essere utile cercarlo di sintetizzarlo attraverso “gli occhi” e le parole dei ragazzi. Da una ricerca effettuata tra i giovani sportivi di età 8-12 anni si sono estrapolate e sintetizzate le seguenti indicazioni su come i ragazzi vorrebbero i genitori:

- essere presenti alle partite
- fare il tifo
- non dare suggerimenti e giudizi
- incoraggiare
- non criticare
- non urlare in modo agitato
- accettare ogni risultato
- avere fiducia nel figlio e nella sua squadra
- evitare imbarazzi al figlio
- avere passione per lo sport praticato dal figlio
- complimentarsi alla fine di ogni gara con il figlio e i suoi compagni di squadra

In estrema sintesi possiamo concludere che un'attività sportiva ben supportata dal mondo degli adulti e in particolare dalla famiglia diviene uno degli strumenti più validi per riuscire a fare crescere i propri figli in un ambiente sano, dove vi sono delle precise regole da rispettare e in cui diritti e doveri valgono in egual misura per tutti.

In un tale ambiente i ragazzi sono continuamente spronati a migliorarsi, a mettersi alla prova, a lavorare con profitto ed a sacrificarsi, se necessario, in nome del collettivo, assumendosi anche delle responsabilità. Affinché tutto ciò si trasformi in una esperienza positiva i genitori devono essere presenti, ma occupando sempre uno spazio adeguato, mostrando stima e appoggio nonostante errori e limiti ed incoraggiando a competere sulla base delle reali capacità.





CARTA ETICA
ANDERLINI

Genitori

ASCOLTA E COMUNICA







Un potente strumento di comprensione e vicinanza al proprio figlio è la comunicazione.

Prima di entrare nell'argomento è opportuno soffermarci brevemente su questo termine per cogliere a fondo il suo più ampio significato. Le parole, infatti, sono come dei meravigliosi scrigni che, se vengono aperti, mostrano il loro prezioso contenuto che spesso viene poco considerato e compreso. Il termine comunicare deriva dal latino *communio* derivante da *communis* che significa "comune". Ne consegue che la parola comunicazione porta dentro di sé il significato più profondo di mettere in comune, di condivisione.

Si può facilmente dedurre, pertanto, che comunicare bene non significa solo utilizzare un linguaggio forbito e appropriato anche se questi aspetti sono senz'altro importanti. A tal proposito circa duemilacinquecento anni fa un signore di nome Confucio disse ad un suo discepolo: "Se i nomi non sono corretti, cioè non corrispondono alla realtà, il linguaggio è privo di oggetto. Se il linguaggio è privo di oggetto, agire diventa complicato, tutte le faccende umane vanno a rotoli e gestirle diventa impossibile e senza senso.

È impossibile non comunicare: il nostro non verbale invia continui messaggi.

.....

.....

.....

.....

Per questo il primo compito di un vero uomo di Stato (e di responsabilità) è rettificare i nomi”.

La comunicazione è uno strumento necessario che permette di relazionarci quindi essenziale a stabilire una buona relazione tra le parti.

I genitori sono coloro che meglio conoscono i propri figli e quelli che più possono capire analizzando i loro comportamenti e le loro parole. Nonostante l'adolescenza sia un passaggio molto difficile, di allontanamento, di minor dialogo, di poco tempo condiviso tra il ragazzo e la famiglia, è possibile tenere attivo il canale comunicativo.

La comunicazione non è solo ciò che si narra con le parole, la comunicazione è anche il non detto: è un atteggiamento, è il silenzio, è la mimica facciale, è la forza dei gesti... è tutto quel mondo non verbale che “riempie lo spazio che occupiamo”. Infatti ricordiamo che il primo assioma della comunicazione afferma “è impossibile non comunicare”. In altre parole e a titolo esemplificativo, ciò significa che quando nostro figlio “accusa” atteggiamenti o comportamenti differenti dal suo normale modo di essere, come mal di pancia, mal di testa, ritardi, irritabilità, stanchezza, inappetenza, atteggiamenti oppositivi o provocatori, improvvisi cambi di rendimento, trasmette messaggi di comunicazione non verbale e che il genitore dovrebbe cogliere e cercare di comprendere in profondità. Ognuno di noi trova piacere a svolgere una particolar cosa, anche la più faticosa, nel momento in cui riceve da questo agire una gratificazione, un piacere. Se nell'attuare un comportamento (come studiare o andare tutti i giorni in palestra) sorge un elemento di disturbo che diminuisce la motivazione, si può notare un cambiamento (ad esempio disinteresse improvviso), che spesso solo il genitore, o più raramente il genitore in collaborazione con le figure educative più a stretto contatto col ragazzo, possono notare. Non si parla di voglia o non voglia, si parla di motivazione! Riconoscere e ascoltare il sintomo, il cambiamento o il disagio dei propri figli è un compito del genitore. Quest'ultimo può insegnare al proprio figlio come esplicitarlo, condividerlo con altri e piano piano trovare una soluzione. Il genitore accompagna il figlio in questo passaggio, non lo sostituisce. Tutto ciò avviene attraverso la comunicazione: un ascolto attivo, un abbraccio, una parola, una condivisione.





Proviamo ad esplicitare meglio questi contenuti anche con degli esempi pratici.

Durante la stagione sportiva può capitare che i ragazzi si trovino in una situazione di conflitto o disagio su qualche argomento, problema o situazione particolare. Nel loro percorso di crescita e di acquisizione di nuove capacità logiche e di pensiero spesso riportano lunghe discussioni su temi disparati che evidenziano una certa contrarietà ed emozioni negative rispetto ad un determinato evento riguardante la palestra. L'adulto-genitore può rispondere a questa situazione in modo autoritario o al contrario permissivo, al fine di risolvere immediatamente la questione o lo scontro. Nel primo caso, la dinamica si svolge su un piano di forza/debolezza in cui uno esce sempre vincitore. In altre parole, se il motivo dei dissapori è all'esterno, per il genitore è più facile giudicare a favore o contro il proprio figlio: "ora ci penso io" oppure "crei sempre problemi", "lascia stare l'allenatore non capisce niente" o "le tue compagne sono cattive il prossimo anno cambiamo squadra" o "è meglio che cambi sport non sei capace". Il tentativo è di prendere immediatamente posizione e alleviare le pene del proprio figlio, attaccando o evitando la situazione incriminata. Questa modalità riduce le emozioni negative nel breve termine ma non offre soluzioni nel lungo periodo accentuando il malessere negli episodi successivi. In realtà il genitore, in questa circostanza, può avere un ruolo di mediatore del conflitto: evitando di giudicare e

Ascoltare attivamente e non giudicare per agire efficacemente.

.....

.....

.....

.....

di reagire alla provocazione dell'adolescente può, in un'ottica costruttiva, ascoltare, prendere seriamente in esame le opinioni del figlio, evidenziare e capire i possibili bisogni dell'altra parte in causa (allenatore, compagni, staff) e cercare insieme al ragazzo una soluzione efficace. Talvolta è difficile capire i bisogni dell'altra persona e quindi può essere utile consigliare al ragazzo di confrontarsi con l'altra parte per trovare una mediazione o una risposta. Permettere al figlio di acquisire queste capacità significa infondergli una percezione di autoefficacia in situazioni complesse e quindi un ampliamento delle attitudini di risoluzione di un problema utilizzabili nei vari ambiti di vita.

Altro potente strumento comunicativo è l'utilizzo della comunicazione positiva. Saper “vedere il bicchiere mezzo pieno” in situazioni di difficoltà è il valore aggiunto in quanto esplicita sentimenti di adeguatezza al compito, è centrato sul poter gestire la situazione sportiva, non minimizza la prestazione, è un pensiero veritiero che tiene conto dei propri limiti, delle proprie risorse e delle proprie capacità, evidenzia gli obiettivi. Questo “approcciarsi in modo favorevole agli eventi” serve ad aumentare la concentrazione, a suscitare emozioni positive, ad accedere a stati mentali potenzianti, a correggere errori, ad incrementare la propria fiducia e ad apprendere nuove abilità. Senza entrare in profondità dell'elenco sopra fornito, è facile intuire come il saper affrontare positivamente le situazioni sia più efficace del pensiero “catastrofico” ma soprattutto i ragazzi a ricercare (e a trovare) soluzioni alle continue problematiche. I nostri figli riflettono molto il nostro modo di pensare per cui essere da esempio di comportamento e di pensiero positivo rappresenta per loro un potente modello ed uno strumento invidiabile per il superamento delle quotidiane difficoltà. Ad esempio mettiamo a confronto due modi comunicativi diversi di affrontare una medesima situazione:

- “abbiamo buttato via un anno, non hai imparato niente, non si vince mai, è un disastro, sei sfortunato non ce nulla da fare, non ti capisco...”;
- “è un anno difficile ma stai imparando a superare le difficoltà, anche se non si vince stai imparando tante cose oppure abbiamo tempo per imparare, con l'impegno riuscirai a farti valere...”

La comunicazione positiva è fondamentale anche nel modo di fare il tifo per





i propri atleti e la propria squadra. Denigrare l'avversario o l'arbitro significa deresponsabilizzare sull'andamento della partita. Sostenere la propria squadra significa mostrare fiducia indipendentemente dal risultato.

L'analisi del problema non è mai rivolta solo al perché dell'azione sbagliata, quanto piuttosto a trovare una soluzione affinché in una prossima situazione, lo stesso gesto o comportamento possa essere eseguito meglio e in maniera più efficace: per fare questo è necessario cercare un confronto continuo coi propri ragazzi, spronarli ad esprimere sensazioni e valutazioni di ciò che fanno. Questa è una delle possibili chiavi di lettura degli adulti in qualsiasi contesto, utile a tradurre le difficoltà dei ragazzi. L'utilizzo di questo modus e condividerlo con allenatori ed educatori per collaborare insieme può essere utile a raggiungere un benessere comune basato sulla comprensione reciproca. Questo significa che i problemi si trasformano momenti costruttivi di condivisione impedendo che "il nostro prossimo" si trovi, o ancor peggio, si senta solo davanti alle difficoltà.

La comunicazione attraverso i social è la nuova forma di interazione per eccellenza. Questa, che gode di grande attrazione in modo trasversale, si è diffusa ed evoluta in un modo esponenzialmente veloce lasciandoci poco tempo per un adeguamento ed una gestione corretta.

Tale tipo di comunicazione risulta non completa e per questo, spesso, non efficace.

Strategie per vedere il bicchiere mezzo pieno... comunico positivo!

.....

.....

.....

.....

A tal riguardo si rimarca che un comunicatore efficace non è tanto una persona capace di utilizzare il linguaggio con grande padronanza, quanto una persona dotata dell'esperienza sensoriale e della flessibilità necessaria per far sì che la risposta che suscita negli altri corrisponda al significato che intendeva trasmettere. Questo significa che, attraverso i vari social, diventa difficile comunicare il non verbale, utilizzare l'esperienza sensoriale e godere di flessibilità cognitiva, a maggior ragione se parliamo di giovani. Senza alcuna intenzione di demonizzare e criminalizzare il fenomeno, si evidenzia come l'uso dei social attraverso computer, tablet e smartphone implica molti aspetti ed effetti inopinatamente negativi.

Infatti in questa particolare tipologia comunicativa :

1. si utilizza una comunicazione veloce ed abbreviata;
2. si comunica con l'altro attraverso uno schermo ed uno strumento che fungono da potente "filtro" che non favorisce un coinvolgimento emozionale diretto abbassando i livelli di vergogna o ansia nell'affrontare determinate situazioni. Gli strumenti possono essere utilizzati per nascondere sé stessi (anche solo quella parte che non piace);
3. si depotenzia lo stimolo ad apprendere "a leggere" nell'altro e ad esprimere la comunicazione non verbale, da noi utilizzata nel 55% dei casi;
4. si spendono energie e attenzioni eccessive e costanti, talvolta riducendo notevolmente le ore di riposo e di sonno;
5. si distoglie attenzione da altri compiti mentali come lo studio;
6. si favorisce la solitudine e la chiusura sociale, fino, nei casi più gravi, comportando problemi di dipendenza;
7. non sollecita alla attivazione del "bisogno" di farsi delle domande e trovare le proprie risposte avendo a disposizione un archivio dati (allestito da altri) ricchissimo e articolato sui più svariati temi;
8. si possono divulgare informazioni, foto, video e contenuti che possono nuocere e violare l'intimità e la privacy di qualunque persona.

Esiste un fragile e non facile controllo sui flussi comunicativi il cui contenuto può non essere coerente ed appropriato alla maturità dell'interessato.

Un uso controllato e consapevole invece può avere sul giovane effetti positivi permettendo allo stesso (ma in generale a tutte le persone) di rimanere "ag-





ganciato” al proprio tempo in coerenza con l’evoluzione e la trasformazione del mondo circostante.

I genitori hanno il grande potere di aiutare i ragazzi, già in età precocissima, a vivere tutti i tipi di comunicazioni disponibili e quindi a gestire (anche con consapevoli limitazioni) l’uso di questi potenti strumenti.

Insegnamo ad usare tutti i mezzi di comunicazione con molto attenzione.

.....

.....

.....

.....





CARTA ETICA
ANDERLINI

Genitori

COLLABORA







Nel momento in cui si entra a far parte di una squadra vi è la condivisione di un obiettivo comune a tutti i membri. Ovvio (e naturale) che in primis si pone maggiore l'attenzione ai bisogni del proprio figlio ma è necessario trovare un luogo dove l'obiettivo individuale possa essere in linea con il gruppo.

Una volta trovato il luogo dove vi possono essere tutte le competenze necessarie per il raggiungimento dell'output desiderato è necessario, senza trascurare la propria unicità ed indipendenza, riconoscere, appartenere e collaborare con il gruppo squadra e, in ottica più ampia, con la società di appartenenza.

I genitori sono coloro che meglio “sanno leggere” i propri figli, gli allenatori sono coloro che conoscono lo sport di riferimento e la società ha la responsabilità di curare tutte le squadre, il rapporto con le istituzioni e gli sponsor. Questo significa che il genitore si prende cura del proprio figlio e nel contempo dovrebbe riporre la massima fiducia nell'agire e nelle scelte dello staff e della società. Nonostante una comunicazione di assoluta trasparenza che dovrebbe caratterizzare l'operato della società, alcune scelte possono non essere comprese a fondo perché afferiscono a temi e settori molto specifici

Le persone di un gruppo sono tutte e legate tra di loro per responsabilità e obiettivi.

riconducibili alla “gestione interna” della società stessa.

In estrema sintesi la propria squadra dovrebbe essere vista in un orizzonte più esteso, all'interno del quale il senso di appartenenza e di coesione favoriscono il raggiungimento di performance migliori.

La coesione si concretizza quando tutti gli elementi dello staff si percepiscono e si valutano in maniera simile o identica. Questa percezione di appartenenza, soprattutto nelle squadre giovanili, aumenta la coesione tra gli atleti sul piano interpersonale e la qualità dei loro rapporti. Nella stessa misura, il concetto vale anche per gli adulti di riferimento i quali, aumentando la condivisione e la collaborazione tra le parti, percepiscono un maggior livello di soddisfazione che, inevitabilmente, si riflette sull'ambiente e sulla qualità del proprio lavoro. Tutto ciò promuove, nel giovane e negli adulti, la motivazione allo sport e al suo insegnamento oltre a favorire maggior impegno, sforzo e disponibilità a sacrificare interessi personali per il successo della squadra.

Ma cosa vuole dire percepirsi o valutarsi in maniera simile o identica? Ciò significa principalmente avere più obiettivi in comune come il divertimento, il benessere o l'apprendimento dei propri figli-atleti che frequentano la palestra. Ma questi obiettivi comuni richiedono, per essere raggiunti, che ognuno degli attori coinvolti si assuma la responsabilità del proprio agito nel rispetto del proprio ruolo.

Nel lavoro di gruppo, a volte, è necessario accettare un punto di vista altrui, non sempre condiviso completamente (da tutti). La fiducia nella professionalità e nella correttezza della società per la quale lavoriamo o per il collega di lavoro ci permette, talvolta, di accettare condizioni, regole o comportamenti che possono anche contrariarci o essere motivo di preoccupazione. La mediazione e l'accettazione di differenti punti di vista implicano:

1. consapevolezza di non detenere la verità assoluta;
2. ascolto attivo e partecipe per condividere differenti punti di vista;
3. individuazione del sovrascopo comune;
4. analisi della strategia migliore nel momento specifico ed eventuale individuazione di passi secondari in caso di difficoltà o fallimento.





Il questo modo, i vari punti di vista non vengono “marchiati a fuoco” in maniera personalistica (il “mio” o il “tuo”) ma rappresentano ciò che si ritiene più opportuno ed efficace nella situazione specifica, con la possibilità di cambiare eventualmente percorso nel caso le conseguenze non siano in linea con le aspettative.

Tutte le figure coinvolte, genitori, atleti, staff, si dovrebbero aiutare e sostenere reciprocamente anche nei momenti di difficoltà. Questo non significa che tutti possono e sono autorizzati a fare tutto ma che ognuna delle parti coinvolte ha una sua competenza, uno status o un ruolo bene definito che, se interdipendente con le altre figure e nel rispetto di precisi confini, può alimentare il benessere generale.

Da ciò si evince che il genitore può avere un ruolo fondamentale nell'essere mediatore di conflitti ed incomprensioni. Questo significa cercare, per quanto emotivamente coinvolti, di non esprimere giudizi nelle situazioni che possono creare sofferenza, rabbia o tristezza ai nostri figli. I giudizi possono anche essere a sostegno dei nostri cari, delle decisioni dello staff o della società.

In ogni caso non è opportuno assumere una posizione giudicante senza essere direttamente coinvolti nella situazione. Il ruolo del genitore è fonda-

L'altro può avere un punto di vista differente!

.....

.....

.....

.....

mentale nell'aiutare i propri ragazzi nel cercare e trovare soluzioni funzionali per affrontare più efficacemente le problematiche, partendo dal presupposto che non necessariamente si è dalla parte della ragione o del torto.

Compito del genitore non è quindi creare capi di accusa o sentenziarne la colpevolezza o l'innocenza, ma piuttosto collaborare insieme ai propri figli affinché si possa giungere ad una soluzione che risulti la più adeguata a rendere autonomi e risolutori efficaci del problema, nel rispetto dei propri obiettivi ma anche di quelli di gruppo.





CARTA ETICA
ANDERLINI

Genitori

ORGANIZZAZIONE E AGISCI







Essere genitori significa anche organizzare la propria vita tra i propri impegni, quella dei figli e del resto della famiglia. I genitori sono coloro che scelgono, oltre che il loro lavoro, lo sport e la scuola, per i figli: si assumono la responsabilità di stabilire come condurre la quotidianità familiare.

La scelta di frequentare una società sportiva piuttosto che un'altra, una scuola a tempo pieno piuttosto che a modulo... dipende da mille variabili valutate e ponderate dalle singole famiglie. Una volta effettuata questa scelta PERSONALE, è necessario organizzarsi in base alle richieste che vengono fatte dagli attori coinvolti nei vari ambiti. In questi ambiti (scuola, pallavolo, catechismo, musica, inglese...) abbracciano un numero elevato di persone per cui orari, regole e richieste sono necessariamente ferme e rigide. Troppo spesso vi sono polemiche sull'orario degli allenamenti, delle partite o altro: un gruppo numeroso si deve rigorosamente adattare alla proposta perché accontentare un singolo individuo può voler dire scontentarne dieci. Da qui il senso di essere responsabili della scelta significa anche avere la capacità di adattarsi da un punto di vista organizzativo alla proposta. Frasi come "Io pago una quota e quindi ho diritto a scegliere un orario...", "Non è possibile far allenare bambini di 13 anni dalle 19 alle 21", "Io lavoro e non riesco

Assumersi la responsabilità della propria organizzazione e non di quella degli altri!

ad accompagnare mia figlia a quell'ora", "lo lavoro e quindi arrivo sempre in ritardo", pur avendo un senso di legittimità, trasmettono ai figli un messaggio non corretto ovvero "Voglio fare una cosa e la faccio come dico io!" Tutti noi sappiamo che il vivere sociale non può e non deve funzionare così. Agiamo per essere responsabili dell'organizzazione che abbiamo deciso di intraprendere!

Lo sport è un fattore protettivo sia individuale che sociale. Esso, infatti, permette al giovane atleta di costruire una immagine positiva di sé e di sviluppare un senso di autoefficacia mentre a livello sociale favorisce le relazioni, amplia le reti di supporto con l'adulto, educa al rispetto di norme e codici prestabiliti e insegna i ruoli complementari e di reciproco aiuto. In questo senso lo sport è uno strumento di promozione per lo sviluppo fisico, psichico, sociale e morale dei giovani atleti. È altresì ovvio che questo sviluppo è positivo se vengono rispettate le fasi di sviluppo del singolo atleta, definendo obiettivi in linea con i figli, la loro età, i loro desideri, la loro personalità e il loro sviluppo.

In una visione macro si individuano tre fasi di crescita che corrispondono ad esigenze diverse (per evitare omologazioni si sceglie di non inserire l'età):

1. divertirsi muovendosi: il bambino si diverte rimanendo in gruppo, dove inizia a tollerare l'errore e ad apprendere le prime regole, sviluppa i primi schemi motori, cioè acquisisce le prime abilità di movimento. Obiettivo del bambino è giocare con l'altro;
2. imparare ad allenarsi (fase preagonistica): il ragazzo sperimenta, prova più sport, ed affronta le prime competizioni iniziando a confrontarsi (e ad accettare) vittorie e sconfitte. Egli amplia il numero delle regole da rispettare nel gruppo e sviluppa le prime abilità sportive. Obiettivo del ragazzo è stare con gli amici condividendo qualcosa con l'altro;
3. fare attività sportiva: l'adolescente si dà un valore come giocatore in cui vi è uno scopo individuale ed uno scopo di gruppo e di squadra. Si strutturano momenti anche al di fuori della palestra. L'obiettivo è migliorare e diventare sempre più capace.

Anche la terza fase è una fase di crescita per cui in palestra come a scuola o nella vita di tutti i giorni, gli obiettivi dovrebbero essere di prestazione o





sul compito e non di risultato. Il risultato è una conseguenza.

Gli scopi di prestazione sono superiori rispetto a quelli di risultato in quanto dipendono in minima parte da variabili esterne e sono comportamenti specifici da raggiungere. Questo significa che mentre il risultato della partita è condizionato da un'infinità di variabili, come la qualità dell'avversario, la giornata, le condizioni fisiche, il campo, l'arbitro, i nostri compagni, la fortuna, il tempo e altro, la propria prestazione dipende dal raggiungimento di comportamenti specifici. Questo non significa che la vittoria o il risultato non siano importanti e non siano da ricercare, ma suggerisce che l'atleta ha la responsabilità assoluta delle proprie prestazioni mentre non è possibile essere completamente responsabili di vittorie o sconfitte. La capacità di porsi delle mete o degli obiettivi il più possibile controllabili e raggiungibili sebbene sfidanti, sia in partita che in allenamento, può aumentare il senso di autoefficacia e fiducia in sé stessi nonché, più in generale, può aiutare a far crescere la propria autostima.

È logico pensare che in caso di sconfitta, se l'atleta ha realizzato una buona prestazione, egli potrà continuare a mantenere una buona fiducia in sé stesso, nonostante il comprensibile rammarico per il risultato. Se, al contrario, l'atleta ritiene che la sua sola prestazione può portare la vittoria, a seguito di una sconfitta si troverà impreparato e potrà sentirsi fortemente insicuro riguardo alle proprie capacità.

A livello giovanile sono più importanti gli obiettivi tecnici, tattici e comportamentali che non quelli di risultato.

Un genitore capace di riconoscere l'impegno di ciascuno piuttosto che i risultati, attento ai progressi e non necessariamente alle prestazioni assolute, scrupoloso nel valorizzare il contributo di ciascun atleta e la collaborazione coi compagni, aiuterà a determinare un clima motivazionale orientato al compito. Di contro, quando il clima è orientato al risultato, significa che l'accento è posto prevalentemente sulla competizione: vi è il rimprovero per gli errori e per la prestazione scadente, si pone una maggiore dedizione verso gli atleti migliori, attraverso il costante confronto e relazioni opportunistiche, e spesso si crea anche una forte rivalità all'interno del gruppo. *Nello sport, la ricerca ha evidenziato come la percezione degli atleti di un clima orientato su un compito si traduca in maggior soddisfazione, divertimento, minor tensione e relativi livelli di stress oltre a una maggior motivazione intrinseca, ad una più convinzione che l'impegno sia correlato positivamente con il successo. Soprattutto in contesti giovanili si è osservato che un maggior orientamento al compito o alla prestazione è associato ad una minor disponibilità a comportamenti scorretti e ad un più rispetto per avversari, arbitro e regole. Da ciò si deduce nuovamente come il ruolo dell'adulto sia correlato ad aspetti di etica sportiva. L'agonismo esasperato, al contrario, mette al primo posto il risultato a scapito della persona, conferendo maggiore valore alla vittoria piuttosto che all'atleta e ciò fa sì che il valore personale sia proporzionale al traguardo raggiunto.*

Cosa significa quindi orientare ogni figlio/atleta ad un determinato compito? Significa considerare la competenza di ognuno in relazione a sé stessi, alle proprie capacità, età e personalità. Il genitore è colui che deve condividere e non scegliere gli obiettivi tecnici e tattici. Egli dovrebbe rinforzare gli obiettivi di comportamento e atteggiamento mentale: "Che bravo ti stai impegnando molto, vedrai che i risultati verranno", "Sei stato bravo a parlare con il tuo compagno dopo aver discusso", "Mi è piaciuto molto come hai reagito all'errore dell'arbitro", "Come mai sei così arrabbiato? A cosa ti serve? Perché non ne parli con l'allenatore?". Spesso le frasi classiche con cui si accolgono i figli dopo una partita sono: "Allora hai vinto o perso? Hai giocato? Quanti punti hai fatto?".

Non che di questo non se ne debba parlare ma non dovrebbe essere la pri-





orità ed in particolar modo in ambito di squadre under 11, 12 e 13. Deve far riflettere ascoltare dai genitori che bambini di under 11 si demotivano davanti ad una sconfitta. Tale focalizzazione sui risultati è semplicemente (e quasi certamente) una proiezione del pensiero del genitore. Si può ragionevolmente escludere, infatti, che tale sentimento non nasca da un naturale bisogno/necessità del bambino, il quale pone una più piacevole attenzione sullo scherzo fatto all'amico o al nuovo saluto creato in campo.

Non esistono solo i risultati.

.....

.....

.....

.....





CARTA ETICA
ANDERLINI

Genitori

ACCETTA E ACCOGLI







Si può essere genitori attraverso diversi stili, non esiste il manuale del buon genitore ma esiste la consapevolezza di come scelgo di educare mio figlio.

	SOSTEGNO +	SOSTEGNO -
CONTROLLO +	STILE AUTOREVOLE combinare assieme in modo flessibile le regole/il controllo e il sostegno psicologico nelle sue difficoltà. Ruolo protettivo	STILE AUTORITARIO Aumento del bisogno di trasgressione, di autonomia e di messa alla prova di sé
CONTROLLO -	STILE SUPPORTIVO Viene fornito il sostegno ma non le regole	STILE PERMISSIVO I genitori sembrano aver rinunciato al ruolo educativo. Non riconosciuti come punto di riferimento adulto, maggior riferimento al gruppo dei pari nei processi decisionali

Posso scegliere come educare mio figlio!

.....

.....

.....

.....

Leggendo questa tabella forse ognuno di Noi ambirebbe ad essere un genitore autorevole capace di fornire supporto nelle difficoltà e allo stesso tempo con sufficienti strumenti per il rispetto delle regole. Ovviamente, sia il supporto e sia il controllo variano in base all'età dei propri figli. In questa tabella non si parla di risultati cioè non si è classificati in base ai risultati ottenuti dai nostri figli ma in base agli strumenti che usiamo per accompagnarli nella crescita.

Come si traduce tutto ciò all'interno del contesto sportivo? Si traduce in riconoscimento del proprio ruolo, accettazione del ruolo dell'altro, capacità di condividere e mediare nella diversità, flessibilità nelle incomprensioni e collaborazione finalizzata alla crescita del proprio figlio.

Poche parole che contengono una moltitudine di contenuti. Riconoscere il proprio ruolo significa capire quando, come, dove, e perché sia necessario intervenire in determinate situazioni riguardanti il contesto sportivo. Come già detto in precedenza, il principale compito del genitore verso un figlio è sostenerlo e guidarlo nel rispetto delle regole che tradotto significa aiutare i ragazzi a riconoscere le emozioni negative (non dimentichiamo però anche quelle positive!), contenerle e aiutarli a capirne le origini per poi eventualmente, ove possibile, indirizzarli a cercare la soluzione. Se il figlio arriva a casa triste perché non ha giocato, il genitore deve essere a disposizione per ascoltarlo, normalizzare l'emozione negativa (esempio rabbia e/o tristezza significano interesse verso ciò che si sta facendo) e trovare una soluzione, ove possibile, per risolvere la situazione (esempio che attraverso il sacrificio è possibile raggiungere l'obiettivo) oppure accettare le scelte dell'allenatore o le migliori capacità dei compagni di squadra (esempio che l'allenatore al momento reputa i compagni più pronti). Per fare questo è necessario che il genitore riconosca il proprio desiderio di proteggere immediatamente il figlio e la sua difficoltà a tollerare uno stato di malessere: le emozioni negative fanno parte di Noi e ci servono per trovare soluzioni, strategie e affrontare le contingenze quotidiane. Riuscire ad essere un sostegno e non un risolutore di problemi per i propri figli è ciò che di più costruttivo possiamo fare per i ragazzi in crescita.





Inoltre l'allenatore e lo staff dirigenziale rappresentano nuovi adulti di riferimento per gli atleti. Sono loro che introducono nuovi modelli di comportamento, nuovi modi di relazione, nuovi pensieri, nuove strategie, nuove capacità, ovviamente nel contesto di loro riferimento. Accogliere differenti modalità è un arricchimento e proprio per questo, se il genitore si affida e si fida, sempre mantenendo il sostegno precedentemente descritto, il ragazzo riuscirà ad esplorare ed introdurre novità sempre coerenti con i valori familiari. Il cammino verso l'ambita autonomia avviene attraverso un'esplorazione graduale e sicura, garantita dal sostegno della famiglia. Questo percorso non è indolore: le diversità possono creare dissapori, i "no", i divieti o gli errori creano malessere e a volte intolleranza. L'incomprensione, che è uno dei maggiori ostacoli del percorso di sviluppo, se elaborata attraverso accettazione, accoglienza e ricerca di mediazione, capacità dell'adulto che sostiene, è sicuramente opportunità ed occasione di crescita.

In tutto ciò è importante conoscere il concetto di accettazione che non significa condivisione. *Accettare significa accogliere e interiorizzare una situazione (o altro) che può non avere una soluzione, che può non essere condivisa o che può essere percepita come sbagliata, ingiusta o negativa.* Non accettare significa continuare a combattere contro qualcosa che nel tempo è impossibile cambiare: ciò richiede enormi sforzi, attenzione e dispendio di energie. Il non accettare mi impedisce di ridirigere le mie energie su altre soluzioni

Per non disperdere energie, scegli le tue battaglie!

.....

.....

.....

.....

e strategie che mi permettano, comunque, di raggiungere i miei obiettivi.

Accettare non significa conformarsi, subire passivamente oppure adattarci pensando che non ci sia più nulla da fare per raggiungere qualunque obiettivo prima definito.

Accettare la realtà è agire verso qualcosa di costruttivo per uscire da ciò che ci rende frustrati, arrabbiati o infelici. Accettare significa percepirsi capaci di reindirizzare i nostri comportamenti verso obiettivi importanti.

Accettare i differenti punti di vista, le diversità, i limiti dei propri atleti, i limiti della società significa osservare e accogliere per poi ripartire verso traguardi ridefiniti.

Accettare significa tranquillità e benessere, non accettare significa rabbia e/o frustrazione.

Per accettare bisogna aver chiari ruoli e responsabilità.

Il concetto di ruolo in sociologia definisce l'insieme dei modelli di comportamento attesi, degli obblighi e delle aspettative che convergono su un individuo che ricopre una determinata posizione sociale. Spesso è associato al concetto di status in quanto una determinata posizione sociale comporta sia degli obblighi (ruolo) che dei benefici (status). Ogni status (esempio la laurea in scienze motorie) comporta numerosi ruoli (preparatore atletico, allenatore, insegnante...) conformi alle aspettative e alle regole stabilite dalla società.

Conoscere e definire esplicitamente il ruolo di una persona ci permette di prevedere il comportamento degli altri e dare alle nostre azioni una forma conseguente. L'accettazione del genitore diviene esempio di comportamento per il proprio figlio, il quale, dopo aver sviluppato una propria identità, imparerà ad accettare la diversità di idee, opinioni e comportamenti.





CARTA ETICA
ANDERLINI

Genitori

APPARTIENI







Come già detto, lo sport, seppur con incidenza differente nelle varie fasi della vita, promuove alcuni fattori protettivi che contribuiscono al benessere psicologico, fisico e sociale dell'individuo, indipendentemente dal risultato sportivo raggiunto. I fattori protettivi sono suddivisibili in tre livelli principali: livello individuale, fisico e sociale ed in tutti i livelli si è sempre in relazione con gli altri o con il mondo. Il livello individuale coinvolge la costruzione di un'immagine positiva e competente di sé, il sapere stare insieme agli altri, lo sviluppo di un pensiero positivo e quindi di una visione più ottimistica della realtà. Ciò crea un senso di autoefficacia, ovvero una percezione di poter incidere efficacemente sugli eventi. Nel livello fisico, lo sport facilita un rapporto positivo con il proprio corpo anche sul piano della cura e dell'igiene. L'atleta viene educato a difendere e potenziare il suo stato di salute psico-fisico e a vivere il corpo come un amico, un alleato. Nel livello sociale il gruppo squadra diventa il luogo in cui il ragazzo è inserito in un ambiente sano, dove il rispetto di norme e codici regolamentano gli scambi fra le persone e dove è possibile aggregarsi e partecipare attivamente alla vita comunitaria. Lo sport favorisce le relazioni amicali e la disposizione a stare con gli altri ma offre anche dialoghi e rapporti con persone adulte che possono offrire aiuto e comprensione.

Lo sport promuove fattori protettivi per la crescita dei ragazzi.

Tutte questi aspetti sono amplificati nel momento in cui siamo motivati ad appartenere al nostro gruppo squadra e alla società. Il senso di appartenenza motiva anche al lavoro, all'impegno e, perché no, anche al sacrificio: non è difficile osservare giovani impegnati quotidianamente in due ore di allenamento che, indipendentemente dal ruolo da loro rivestito, non disertano un allenamento.

La motivazione all'appartenenza è alimentata anche da momenti extra-palestra che comportano impegni genitoriali ma servono ai giovani a creare una aggregazione anche per amicizia e per una condivisione della quotidianità. Ovvio che se l'appartenenza implica la frequentazione ad un ambiente "integro" e "salutare" questo permette di crescere in sicurezza. Educare a scegliere (e a mantenere) un ambiente sano significa permettere a noi stessi di vivere in tale condizione e rispettare anche lo spazio dell'altro.

Ad esempio fumare davanti alle palestre, entrare con la macchina nei parcheggi "riservati", usare aggressività verso l'altro, non rispettare le regole del gruppo squadra, continuare a portare i ragazzi in ritardo,... sono tutti comportamenti poco rispettosi che non contribuiscono alla costruzione di quell'ambiente sano e sicuro in cui tutti vorrebbero stare.

Il senso di appartenenza, molto di moda oggi il termine inglese "engagement", è stato positivamente "riscoperto" in questi ultimi anni anche in ambito di gestione aziendale.

Questo legame che si istaura tra individui aventi una matrice comune non nasce in forma accidentale crescendo in modo spontaneo ma è il frutto di un lavoro non facile, continuo e faticoso ma anche ricco di grandi soddisfazioni.

Si tenga presente che il terreno ideale per creare un senso di appartenenza è che ognuno si percepisca come una parte utile di un tutto.

Lo spirito di gruppo nasce e si alimenta quando tutti si sentono parte di una squadra e hanno la percezione di aver trovato il loro posto all'interno di





essa , la loro giusta collocazione in una cornice di scopo comune.

Per arrivare a questo importante traguardo è necessario che tutti gli elementi del gruppo o della comunità siano pienamente coinvolti sul perché, piuttosto che sul come, si agisca in un determinato modo.

Solo così si raggiunge una coscienza identitaria che deve però rispettare la dignità e la libertà individuale dei propri membri per evitare pericolose logiche di “dentro o fuori” che hanno ispirato ed ispirano settarismi e fondamentalismi.

Bisogna quindi evitare che il senso di appartenenza degeneri in una richiesta d’adesione totale ed incondizionata ai propri membri.

Il senso di appartenenza, infine, contribuisce a raggiungimento del Benessere, sia della squadra che della società tutta.

È proprio il Benessere l’obiettivo comune da garantire ai nostri figli (e non solo) che potremmo raggiungere costruendo insieme uno “spazio” sportivo sano e sicuro per cui ognuno.

In questo contesto ognuno di noi dovrebbe farsi garante e promotore della CEA e delle norme implicite del vivere in comunità, all’interno del proprio gruppo genitori.

L'uomo è per natura un essere sociale.

.....

.....

.....

.....

.....



Comitato Carta Etica Anderlini
Claudia Fiorini
Gualtiero Cicogni
Marco Neviani
Rodolfo Giovenzana
Federica Stradi

Seconda Edizione 2017
Foto di Fotomodena.it e Unsplash.com
Stampa Tipolitografia Montagnani

Un ringraziamento speciale a Ethics4Sports



ETHICS 4 SPORTS



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



**CARTA ETICA
ANDERLINI**

Genitori



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

PROJECT PARTNERS



Sant Cugat Creix

