

GLI STATI CONFLITTUALI DELL'ATLETA

di G. MANGINI

Possiamo affrontare il problema degli stati conflittuali dell'atleta da tre prospettive diverse: quella psicopatologica, quella psicologica e quella sociologica.

Queste tre diverse dimensioni, che vengono esaminate per motivi metodologici separate tra di loro, agiscono in realtà sull'uomo in modo unitario e contemporaneo.

a) Considerazioni psicopatologiche.

L'attività agonistica non può venire sempre interpretata nel quadro di una manifestazione catartica, liberatrice, e perciò intrinsecamente migliorativa. Da un punto di vista teorico, ogni attività sportiva non dovrebbe indurre a regressioni di comportamento personale o sociale, e questo sia in caso di vittoria che in caso di sconfitta. Purtroppo questo, in pratica, si manifesta raramente ed è solo un ideale a cui mirare.

Una ricerca di uno psicologo italiano (Ancona L.), ha dimostrato che quanto più l'ego cioè l'lo era strutturato e maturo, tanto più facilmente lo stimolo emotivo, ad esempio una gara, era principio di progresso. Al contrario, quando l'lo era poco strut-

turato ed immaturo, lo stimolo emotivo diventava fonte di frustrazione.

Notiamo, dopo queste brevi considerazioni, che gli stati conflittuali possono avere la loro origine in una personalità poco organizzata, immatura, che ha bisogno di ottenere nel gioco un compenso.

La psicopatologia, a questo punto, interviene facendo tutta una serie di casistiche.

Inizia con il distinguere gli stati conflittuali dell'atleta secondo che gli stimoli provengano dall'attività sportiva o meno.

Nel primo caso la situazione emotiva e quindi lo stimolo avrà natura diversa se l'atleta realizza una sconfitta od una vittoria.

Nella prima situazione, quella della sconfitta, l'atleta, dovendo gareggiare con altri atleti, percepisce il fatto e lo vive in modo ansioso. Tale stato tenderà a sparire non appena la gara avrà avuto inizio. Però lo stress psichico collegato all'ansia tenderà a diminuire notevolmente il rendimento atletico.

Sempre con riguardo alla sconfitta, o meglio alla paura della sconfitta, abbiamo un altro tipo di atleta, quello

della vittoria « a tutti i costi »: un atleta che ha una accentuata inclinazione all'agonismo, all'autovalorizzazione, che tende ad assumere atteggiamenti di superiorità, di invadenza, di megalomania e divismo al punto che, al momento della gara, rendendosi egli conto della fatuità artificiosa del suo comportamento, mostra un bisogno di vincere talmente violento che ogni insuccesso sarà dall'atleta affrettatamente giustificato.

Nella seconda situazione, quella della vittoria — sembrerebbe quasi impossibile che un atleta possa avere paura di vincere — l'atleta vive la situazione sportiva molto profondamente, cioè le dinamiche dell'inconscio ne sono implicate in prima persona.

Si possono distinguere due tipi di conflitto: quello che nasce una volta che il successo è stato raggiunto e quello che emerge al momento del via della gara.

Nel primo caso l'atleta che ha conquistato un importante titolo, accusa, nelle gare che seguiranno, sia il crollo della forma che dell'umore, che lo costringerà nel futuro, un po' alla volta, ad abbandonare gli stadi. E' il caso di atleti portati all'onore delle cronache per prestazioni eccezionali, ma purtroppo limitate a quel solo caso, atleti impreparati a sopportare il peso della loro stessa prestazione.

Il secondo caso, quello riguardante la inibizione da successo, si accentra particolarmente in quegli atleti il cui rendimento è notevolmente superiore in fase di allenamento rispetto alla gara vera e propria.

Questi atleti sono paralizzati dall'ansia. Si nota, inoltre, proprio tra questi atleti, un elevato numero di incidenti durante le loro prestazioni agonistiche.

Sembra che questa personalità di atleta nasca da latenti sensi di colpa che esigono processi di autopunizione.

Oltre che le classificazioni suddet-

te, che riguardano forme psicopatologiche determinate dall'attività sportiva, abbiamo un'altra classificazione che riguarda la psicopatologia aspecifica da sport, cioè quelle manifestazioni patologiche che non dipendono direttamente dallo sport, ma che possono coinvolgere un atleta.

Tali stati contittuali si manifesterebbero anche se il fattore sportivo non esistesse, ed è per ciò che non ritengo opportuno in questa sede farne l'analisi.

b) Considerazioni psicologiche.

Credo opportuno, a questo punto, approfondire ulteriormente l'argomento, passando ad esaminare singolarmente alcune attività sportive.

Prima però vorrei chiarire un argomento molto dibattuto cioè quello sullo sport individuale e sport di gruppo, chiarimento necessario, a mio parere, perché parecchi sono gli stereotipi che si incontrano in questo dibattito.

Esaminando una ricerca effettuata su 412 atleti di livello nazionale, suddivisi tra le specialità individuali e di gruppo, si rileva che gli atleti di atletica leggera si differenziavano dagli atleti di sport di gruppo nella sfera affettiva.

Infatti su 47 atleti maschi di atletica leggera, ben 18 (38%) risultavano iperemotivi, mentre su 59 atleti maschi praticanti sport di gruppo, solo 11 (18%) risultavano affetti dalla suddetta alterazione.

Questo ci può far supporre una suddivisione netta tra coloro che praticano sport di gruppo e coloro che praticano sport individuali.

Ma le cose non stanno esattamente così. Infatti si notava, nella suddetta ricerca, che i giocatori di basket si avvicinavano, se consideriamo la sfera emotiva, molto di più agli atleti di atletica leggera, che non a quelli di calcio.

Non solo, ma in uno sport tipicamente individuale, quale è il nuoto, si notava che le caratteristiche della sfera affettiva di questi atleti è più vicina ai giocatori di calcio che non a quelli di atletica leggera. La conclusione che possiamo trarre da questa analisi è che la differenza tra lo sport individuale e quello di gruppo è tecnica: il velocista attua la sua prestazione agonistica da solo, mentre un atleta di calcio esplica la sua prestazione assieme ad altri undici atleti.

La differenza non è a livello di attività di gruppo o attività individuale, ma ad un livello più specifico di singola specialità.

Da ciò l'esigenza per ogni atleta che esplica una determinata disciplina sportiva, di avere una personalità adatta alla disciplina sportiva scelta, ferme restando le qualità fisiologiche, pena l'insuccesso.

Uno stato conflittuale nell'atleta quindi, può nascere da una sua sbagliata collocazione nel mondo dello sport.

Da qui il nostro tentativo di effettuare una prima ricerca pilota, che aveva come fine la costruzione di un modello ideale di personalità di maratoneta e di velocista.

Tale ricerca ci convinse ulteriormente della profonda diversità di personalità, tra le diverse discipline sportive.

Inoltre tale analisi ci convinse a seguire una metodologia di ricerca diversa da quella tradizionale che abitualmente raggruppava tutti gli atleti di atletica leggera in una sola categoria e li considerava come aventi una personalità simile.

La ricerca, che sottopose un gruppo di maratoneti di livello nazionale e un gruppo di velocisti, che fungeva da gruppo di controllo, anch'essi a livello nazionale, mise in risalto evidenti differenze caratterologiche tra gli

atleti delle due specialità, e questo particolarmente nella emotività e nella secondarietà, intendendo per emotività la scarsa capacità di controllo della sfera delle emozioni e intendendo per secondarietà la tendenza alla sottomissione.

Dei 53 maratoneti esaminati, 39 risultavano avere bassa emotività, 13 media emotività, 1 alta emotività; mentre, su 10 velocisti esaminati, risultò che solo 1 aveva bassa emotività, 7 media emotività, e 2 alta emotività.

Tale differenza di personalità, si può spiegare considerando che i due tipi di gara sono essenzialmente diversi e quindi diverse dovranno essere le caratteristiche della personalità dell'atleta.

Il maratoneta svolge la sua gara su un percorso di circa 42 chilometri.

La lunga distanza gli dà maggiori possibilità di strategia e di controllo degli avversari. Una emotività troppo elevata lo porterebbe facilmente a perdere il controllo della gara.

Con riguardo alla secondarietà, risultò che su 50 maratoneti, 1 aveva un punteggio basso, 16 un punteggio medio e 33 un punteggio alto.

Mentre su 9 velocisti, 3 avevano un punteggio basso, 5 medio, ed 1 alto. Questa seconda diversità può trovare la sua giustificazione nei diversi tipi di allenamento che sono senz'altro più lunghi e faticosi nella maratona.

Questa ricerca pilota, mise inoltre in evidenza l'esistenza di due modelli ideali di atleta sia tra i maratoneti che tra i velocisti: modelli di atleti caratterizzati da una elevata disponibilità verso la società che li circonda (caratteristica attiva), e modelli di atleti caratterizzati da una non elevata disponibilità verso la società (caratteristica passiva).

Da questa serie di sfumature psicologiche, abbiamo tratto due mo-

delli ideali di maratoneta e due modelli ideali di velocista. Modelli, teniamo a precisarlo, costruiti utilizzando una metodologia statistica che hanno quindi un valore soltanto indicativo.

Al primo modello di personalità di maratoneta appartengono individui rispettosi dei principi, puntuali, oggettivi, equilibrati, impassibili, pazienti, tenaci, il cui valore dominante è quello costituito dall'esigenza di agire in una società altamente normativizzata.

Al secondo modello di maratoneta appartengono individui caratterizzati dall'indifferenza della vita sociale, dal piacere per la solitudine, dalla schiavitù delle loro abitudini e il cui valore dominante è quello della ricerca della tranquillità.

Caratteristica che unisce i due tipi di personalità di maratoneta è quella del conservatorismo.

Alquanto diversi sono i due modelli di personalità dei velocisti.

Al primo modello appartengono individui di umore variabile, che tengono a far colpo e a richiamare su di sé l'attenzione degli altri. Essi hanno uno spiccato gusto per il bizzarro, l'orrido. Lavorano irregolarmente e solo a ciò che a loro piace. Volubili nei loro affetti, sono presto sedotti e presto consolati.

Al secondo modello appartengono invece individui pieni di vitalità e di esuberanza, ottimisti, generosi, di buon umore. Mancano spesso di gusto e di misura. La loro attività è intensa e febbrile, ma dispersa in settori diversi.

Punto di contatto tra i due modelli di velocisti è l'intensa azione che però viene spesa in direzioni diverse.

c) Considerazioni antropologico-culturali e sociali.

Non nascondo il mio particolare interesse per gli stati conflittuali generati da fattori tipicamente sociolo-

gici e culturali. Specifico subito che, per cultura intendo quell'insieme complesso che comprende i costumi, le usanze, le credenze, le conoscenze, le norme ed altre capacità dell'uomo quale membro della società.

L'« ambiente sportivo », con le sue tradizioni, le sue leggi, la sua organizzazione, forma una cultura.

Colui che si occupa di sport e che quindi agisce entro questa cultura, tende ad uniformarvicisi, oppure a deviare nel tentativo di un rinnovamento.

Anche se estremamente interessanti questi argomenti, non è questa la sede per occuparcene. Faremo soltanto delle considerazioni sugli stati conflittuali che emergono nell'atleta quando questi, indipendentemente dalle considerazioni fatte nei paragrafi a) e b), agiscono all'interno di un gruppo sociale la cui finalità è l'attività sportiva. Un primo conflitto lo si ha quando l'atleta ha difficoltà di ambientamento nella società o squadra.

I colleghi non lo accettano tra di loro a volte arrivano persino a rifiutarlo. Nell'attività sportiva di gruppo, quale è ad esempio il calcio, tale situazione di conflitto è molto evidente. Il conflitto diminuirà non solo il rendimento individuale, ma ovviamente quello globale del gruppo stesso. Come il nuovo atleta è rifiutato negli spogliatoi, così è rifiutato nel campo da gioco. Come il nuovo atleta non è invitato al cinema o ad una festa dai compagni di squadra, così a lui non vengono effettuati passaggi sul campo di gioco e quando lui si impossesserà della palla, nessuno sarà disposto ad essere il prosecutore del suo gioco.

Altro conflitto molto evidente nelle attività agonistiche di gruppo è quello tra atleti anziani, ormai prossimi a terminare la loro carriera, e atleti giovani desiderosi di mostrarsi, di farsi strada, ovviamente a spese

degli anziani.

I due tipi di conflitti sopra citati, quello che nasce dalla difficoltà dell'ambientamento e quello che nasce tra gli atleti anziani e gli atleti giovani, si riscontrano anche in società sportive che hanno per oggetto sport individuali.

Non tutti gli atleti di una stessa società e specialità, gareggiano in una gara importante. Si creano così dei risentimenti e delle rivalità che al momento della gara ledono la potenzialità effettiva dell'atleta.

Oltre ai conflitti tra gli atleti, esistono conflitti tra atleti e gruppo dirigente.

Quest'ultimo può non riconoscere, nei confronti dell'atleta, il sacrificio per meglio allenarsi, le manifestazioni altruistiche, le iniziative per giovare alla squadra, ma il più delle volte impongono richieste eccessive, considerando l'atleta come un oggetto, una macchina la quale, per azionarla, basta abbassare una leva, premere un pulsante.

La stampa sportiva, è un altro fattore che può far nascere conflitti tra l'atleta e il pubblico, i colleghi, ed il gruppo dirigente.

Questo vale particolarmente per l'atleta professionista. Un ingaggio favorevole può sfumare se la stampa è contraria. La stessa « forma » dell'atleta può dipendere dall'immagine che la grancassa pubblicitaria fa di lui. Il grosso pubblico condotto per mano da abili giornalisti, parteggerà per un atleta più che per un altro, e lascerà correre grossolani errori fatti dal beniamino, mentre si lancerà con la testa bassa verso minuscoli errori di atleti « antipatici ». A voi lascio giudicare quale potrà essere il rendimento di un atleta stigmatizzato dalla stampa.

Un tipo di conflitto del tutto particolare, lo si può riscontrare negli atleti di sesso femminile.

Se noi consideriamo che i valori della nostra civiltà tendono ad attribuire alla donna compiti ben diversi da quelli dell'uomo e quindi, la donna che pratica lo sport è vissuta come deviante rispetto ai valori tradizionali, rileviamo immediatamente che per il sesso femminile la scelta di una attività agonistica implica un maggiore travaglio interiore, il quale può essere in parte superato con l'analisi e la conseguente razionalizzazione della problematica culturale.

A convalida di questa nostra tesi, rilevammo da alcune ricerche comparative tra atleti di sesso maschile e atleti di sesso femminile, che il 33% di atleti di sesso femminile, apparteneva ad un livello intellettuale superiore, contro il 15% di atleti di sesso maschile; mentre solo l'11% delle atlete esaminate apparteneva ad un livello intellettuale inferiore, contro il 23% di atleti di sesso maschile.

Riteniamo tuttavia che questa ipotesi di lavoro debba essere ulteriormente verificata. Queste nostre considerazioni hanno solo lo scopo di essere di stimolo per future ricerche, nell'ambito dello sport.

Un'altra fonte di stati conflittuali negli atleti deriva dalla opposizione tra la loro interpretazione di ruolo e le aspettative che del ruolo hanno persone a loro vicine.

Si rileva assai bene questo aspetto in attività sportive di gruppo, poiché le posizioni dei singoli atleti vengono ben definite. Troviamo l'esempio più facile nel calcio, ove ogni atleta ha un suo ruolo specifico: terzino, attaccante, portiere, ecc.

Se noi chiamiamo posizione focale quella occupata dall'atleta che interpreta il proprio ruolo e lo attua e posizione polare quella di un atleta diverso dal primo, o di un dirigente, o di un parente, che ha delle aspettative nei confronti del ruolo svolto

dal primo atleta, avremo tutta una serie di tipologie di conflitti.

Possiamo rilevare, quindi, conflitti entro il ruolo e conflitti tra ruoli. I primi si distinguono in conflitti intraposizionali (cioè quelli tra posizioni). Mentre i secondi si distinguono in conflitti tra posizioni focali e posizioni polari.

Teoricamente, quindi, si rilevano quattro tipi di conflitti, che ora esamineremo più dettagliatamente.

Il conflitto intraposizionale si ha quando l'occupante della posizione focale definisce il proprio ruolo in un certo modo, mentre la posizione polare ha delle aspettative contrastanti. E' il caso del terzino che interpreta il proprio ruolo anche come attaccante, mentre l'attaccante si aspetta che il terzino svolga un ruolo di difesa, o è il caso del velocista che considera produttivo per lui vincere solo alcune gare, mentre l'allenatore considera che quel velocista debba vincere tutte le gare.

Questo e gli altri tipi di conflitto che esamineremo successivamente, diventano reali quando la posizione focale diventa consapevole delle aspettative della posizione polare e le scopre conflittuali. Abbiamo poi il conflitto interposizionale, cioè le aspettative delle posizioni polari conflittuali tra di loro. Il ruolo del terzino viene, ad esempio, definito in modo diverso dal portiere e dall'attaccante. Entrambi hanno aspettative diverse nei confronti del ruolo del terzino. Altro tipo di conflitto è quello tra le posizioni focali. L'atleta occupa due posizioni focali ed è oggetto di posizioni conflittuali, nei confronti di ciascun ruolo che egli occupa, da parte di una posizione polare. Un soggetto può essere contemporaneamente atleta e marito. La moglie (posizione polare), desidera che il marito si distingua nell'arena, ma contemporaneamente desidera che dedichi minor

tempo all'allenamento e più tempo a lei.

Infine abbiamo il conflitto tra posizioni polari. Quando un gruppo di posizioni polari ha certe aspettative nei confronti di un ruolo e un altro gruppo di posizioni polari ha certe aspettative nei confronti dell'altro ruolo. La famiglia vuole che l'atleta, iscritto all'università, si occupi degli studi e faccia esami ad ogni sessione, mentre il gruppo dirigente della società sportiva e l'allenatore, vogliono che trascuri gli studi, affinché possa dedicare più tempo all'allenamento. In una ricerca pilota, da noi effettuata, su di un gruppo di calciatori professionisti, in cui si applicavano i concetti di conflitti sopra esposti, si rilevava che la stratificazione per età più giovane e la stratificazione per età più anziana, erano in netta opposizione quando definivano il proprio ruolo e lo interpretavano in base alle aspettative altrui. Questo fatto creava una situazione in cui la comunicazione era molto scarsa, e quella che c'era, limitata a scambi che mettevano in luce le tensioni tra i due gruppi.

Non vogliamo esprimere giudizi riguardanti quella situazione comparata al rendimento della squadra sul campo, poiché gli elementi da analizzare sono molti e la loro influenza è diversa.

Vogliamo solo far rilevare come nella realtà le problematiche sopra esposte esistano e giochino una importante funzione nei confronti del rendimento. Con questo non voglio affermare che il rendimento dell'atleta ha la sua punta ottimale quando sono stati eliminati gli stati conflittuali, ma vogliamo solo far rilevare il ruolo che gli stati conflittuali hanno nell'attività agonistica.

Queste affermazioni, ovviamente, possono essere generalizzate a tutto l'« ambiente sportivo ».

Concludo affermando, che lo scopo della nostra comunicazione è quello di sensibilizzare gli operatori sportivi a nuovi problemi, per far loro intravedere nuove prospettive e stimolarli verso nuove mete, al fine di attuare i migliori risultati.

Per la stesura del paragrafo a) e b) sono stati consultati:

« *Psicologia e Psicopatologia dello Sport* » di F. Antonelli - Roma 1963;
« *Atti del 1° Congresso Internazionale di Psicologia dello Sport* » Roma 1966.