

# IL FOOTBALL COME PALESTRA DI ATTEGGIAMENTI

VINCENZO CARBONI

Assistente sociale, ASL Roma "C"

**È** possibile utilizzare il gioco del football come una palestra di atteggiamenti favorevoli al raggiungimento di obiettivi di salute psicosociale? È possibile farlo con preadolescenti difficili? Questa è la scommessa su cui ho puntato.

Che cosa c'entra il calcio con l'apprendimento dei comportamenti e degli atteggiamenti? C'entra il calcio, e non solo, ma anche il volley, e il rugby, e un'équipe chirurgica, una pizzeria a domicilio, una lavanderia a gettoni, e quante altre cose ancora. La questione del modo di porsi in relazione agli altri entra in gioco ogniqualvolta un individuo è parte di una squadra e contribuisce con il suo apporto originale a far sì che la propria squadra raggiunga l'obiettivo che si è proposto. Non è importante il tipo di squadra, o di che cosa si occupi, o quale sia il suo obiettivo (produrre salute, oppure insaccati, oppure palloni ovali in grado di oltrepassare una linea retta fatta col gesso).

Per un individuo "squadra" vuol dire "adattamento al lavoro organizzato". L'adattamento al lavoro organizzato è un atteggiamento. Squadra vuol dire adattarsi a un tipo di lavoro organizzato. La cosa che mi propongo di fare è formare atteggiamenti in ragazzi preadolescenti, e di farlo tramite un gioco (il calcio), che è anche e soprattutto un gioco di squadra.

## **Quei bravi ragazzi... a rischio di disoccupazione di lunga durata**

Di che cosa parliamo quando parliamo di preadolescenti difficili? Vi sono molte denominazioni sociologiche - tutte estremamente corrette - che hanno tentato di definire ragazzi siffatti. Di volta in volta si tratta di ragazzi a rischio di dispersione, di ragazzi deprivati, a rischio di emarginazione sociale, drop-out, a rischio di devianza, svogliati (quest'ultima non è una definizione sociologica). A me piace utilizzare la definizione data dalla Commissione Europea a proposito dell'iniziativa comunitaria "Occupazione e Valorizzazione delle Risorse Umane". Per loro sono i giovani "a rischio di disoccupazione di lunga durata". La disoccupazione di lunga durata non si traduce tanto in assenza totale di lavoro (è presente piuttosto lavoro nero, oppure lavoro occasionale, sostenuto magari dalla pre-

senza della famiglia), quanto in una mancanza di autonomia e di progetto di vita. Ed è proprio questo il nocciolo del problema.

Ma torniamo ai nostri ragazzi. Manifestano evidenti difficoltà ad apprendere. Sono mediamente intelligenti, a volte addirittura dotati per quanto riguarda le capacità cognitive che mostrano di possedere in potenza, ma il contraltare di tutto ciò è il rifiuto ostentato dell'insegnamento così come viene loro proposto. Il rapporto con gli insegnanti spesso degenera fino a cristallizzarsi in dinamiche di ribellione all'autorità. Se la classe si mostrerà poi predisposta ad agire secondo dinamiche di opposizione, state certi che uno di questi bravi ragazzi si offrirà di esserne il leader negativo. Il gruppo classe si separerà al suo interno per sottogruppi, uno dei quali (la banda) creerà seri problemi allo svolgimento della didattica.

## **La capacità di adattamento**

È proprio nella sfera della capacità di adattarsi che avviene la caduta di personalità più importante. Questi ragazzi mancano quasi del tutto di una flessibilità interna che permetta loro l'adattamento a contesti in cui prevalgano elementi di incertezza. Quand'anche questa sia affrontata, il tentativo di ridurla avviene tramite strategie rigide e ripetitive. All'incertezza è contrapposta una strategia di controllo ossessivo su ogni elemento del contesto, a cui si oppone da parte del contesto stesso un rafforzamento della norma come tentativo di limitare i comportamenti non idonei per il raggiungimento dello scopo prefissato. Per il ragazzo l'esito espulsivo rafforza la stima delle proprie rigidità, scambiate per qualità di potere. Il ruolo di eroe maledetto lo rassicura della propria capacità di controllare e vincere, una vittoria che però non gode dell'approvazione comunitaria. Per essere sostenuta, la vittoria deve essere rinnovata continuamente in ogni nuovo contesto: quello dell'apprendistato, del rapporto di coppia, della famiglia. Ma soprattutto deve avere un ambito di condivisione all'interno del sottogruppo deviante: la banda.

Ma che cosa si intende esattamente per capacità di adattamento? Parliamo della capacità di trovare creativamente strategie di successo per ridurre

l'incertezza in contesti connotati da un alto grado di complessità. In questo senso la capacità di adattamento non è intesa come capacità di adeguarsi passivamente. Al contrario: adattarsi vuol dire trovare in senso creativo strategie per ridurre l'incertezza. Il contesto infatti non è un elemento dato e assolutamente rigido. L'adattamento è quella qualità della personalità che costruisce il contesto nel momento in cui ne fa parte, ne aumenta la flessibilità, il divenire.

## La palestra cognitiva

Se è vero che un atteggiamento, uno stile di comportamento, può essere oggetto di "allenamento", niente di meglio che creare una palestra cognitiva dove, invece che gonfiare muscoli, si possono fortificare atteggiamenti specificamente tesi ad obiettivi di salute sociale. Il "gruppo calcio" di fatto è una palestra cognitiva, vale a dire una palestra di atteggiamenti.

□ L'allenamento si svolge nel nostro caso (non in assoluto, ma nel nostro caso si) attraverso un'esperienza di apprendimento basata sul movimento del corpo all'interno di un dato spazio. Tutto ciò si confà perfettamente alla struttura cognitiva di questi ragazzi, per i quali il coinvolgimento nell'esperienza dell'apprendere deve essere immediato e coinvolgente, e non può prescindere dal valorizzare l'esperienza sensoriale. Parliamo di ragazzi che tendono a privilegiare apprendimenti induttivi (dal particolare al generale), apprendimenti che presuppongono sempre un movimento cognitivo dal basso verso l'alto.

□ Altro aspetto importante dell'idea di "palestra cognitiva" è la costruzione di un ambiente di lavoro (la palestra) in cui simulare situazioni di stress vicine alla vita reale. Apprendere una strategia cognitiva efficace in una situazione di adattamento a un contesto può generare un transfer analogico, vale a dire la capacità di trasferire conoscenze da un dominio di competenza a un altro; cioè l'individuo potrà utilizzare poi le stesse strategie in ogni altra situazione di vita in cui si ripresenti il problema di "adattarsi", riducendo l'incertezza eccessiva del contesto.

## Leggerezza!

Ecco una parola chiave nel lavoro con gruppi di

preadolescenti. Se questi ragazzi sono gravati di fardelli esistenziali percepiti come insostenibili, per un educatore è necessario aggirare l'opposizione rispetto a percorsi di apprendimento più rigidi, molto strutturati.

Consideriamo il modello dell'attività umana di Rasmussen (Figura 1). Diciamo che i tre diversi livelli sono gestiti da routine cognitive e affettive. Le routine cognitive sono utilizzate per la rappresentazione mentale che ogni individuo si fa dell'ambiente in cui vive e a cui l'individuo stesso si rifa per l'interpretazione degli eventi. Le routine affettive riguardano, appunto, le necessità affettive. Ogni individuo è guidato da obiettivi affettivo-relazionali. Se non si possiede una buona condizione affettiva, l'individuo non è in grado di seguire obiettivi operativi; anzi, utilizzerà quegli obiettivi strumentalmente, per ottenere quanto gli manca a livello affettivo.

Questa assenza è la causa dell'opposizione, della ribellione o, all'opposto, dell'inibizione. Questi ragazzi "difficili" cercano di ottenere quanto manca loro a livello affettivo, utilizzando gli obiettivi operativi forniti loro da contesti molto strutturati, come ad esempio l'apprendistato, oppure il contesto scolastico. Come fare allora per formare atteggiamenti volti all'assunzione di obiettivi operativi disturbati il meno possibile dalle necessità affettive? Non si può riempire un vuoto, ma si può formare un atteggiamento di adattamento creativo a quel vuoto. Si tratta di passare da un livello definito delle abilità ("percezione-azione", ma nel nostro caso sarebbe più giusto dire "catena ossessiva azione-reazione") a un livello di regole, e poi di conoscenze. Ritorna allora la domanda: come fare? Si potrebbe utilizzare lo strumento leggero per eccellenza, etereo al pari del sogno, senza scopo alcuno che se stesso. Si potrebbe *giocare*.

## Il football è corere dietro a una palla

Il football è percepito dai ragazzi innanzitutto come un gioco. Questo aspetto porta elementi di piacevolezza che sono di per sé motivanti all'assunzione di compiti strategici complessi, altrimenti difficili da realizzare in altri contesti. Va da sé come il football, a questo proposito, possa essere considerato la palestra ideale per formare atteggiamenti appresi come effetto secondario. Cosa vuol dire? Vuol dire che il calcio ha il pregio di essere appunto un gioco, e come tale di non avere altro fine che se stesso. Tutti gli apprendimenti derivanti da un gioco entrano quindi nella sfera, oserei dire, "subliminale": giocando si impara, ma senza esserne pienamente coscienti. L'effetto primario del gioco è il piacere; l'effetto secondario è l'apprendimento di atteggiamenti. Ed è questa sfera di effetto quella che ci interessa.

## Il formatore-allenatore

Qual è il problema che deve risolvere un formatore-allenatore ogniqualvolta dirige una seduta di allenamento cognitivo?

Deve semplicemente rispondere a una domanda: in quali e quanti modi è possibile tradurre a livello sensoriale l'apprendimento di un postulato concettuale? In altre parole, si tratta di orientare alla meta attraverso stimolazioni così leggere da non poter non essere elaborate.

Per far questo si possono utilizzare quelli che

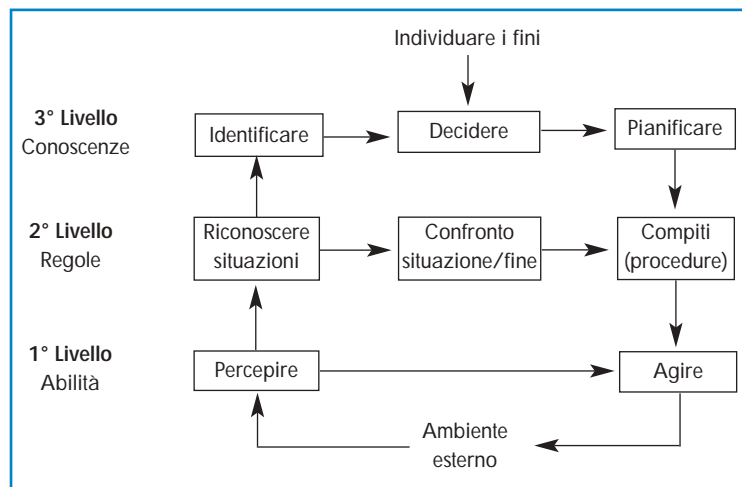


Figura 1. Modello generale dell'attività umana di Rasmussen

chiamo Item di Allenamento Cognitivo (IAC). Cosa sono? Giochi. Ovviamente, trattandosi di football, utilizzerò giochi che afferiscono alla sfera di disciplina prescelta.

L'item di allenamento cognitivo sarà ovviamente utilizzato dal formatore-allenatore all'interno di strategie di allenamento volte a ottimizzare specifiche competenze.

### Il football genera contesti complessi

Mentre il tiro al piattello è uno sport che presenta situazioni altamente prevedibili (i fattori da considerare sono limitati), uno sport di squadra al contrario genera situazioni altamente complesse. All'individuo si presenta a ogni istante una gamma infinita di variabili da considerare. A questo proposito al formatore-allenatore interesserà poco della capacità tecnica dell'individuo (palleggiare di tacco per venti minuti, ad esempio), al contrario interesserà sviluppare la sua capacità strategica, cioè la sua capacità di contribuire secondo le proprie attitudini all'organizzazione della squadra di cui è parte e che si è data un obiettivo da raggiungere (da un livello di abilità a un livello di conoscenze, per dirla con Rasmussen). Gli IAC quindi saranno tutti volti ad acquisire competenze di gioco in ordine alla capacità di adattamento a situazioni complesse.

Proverò a spiegare meglio quanto voglio dire e, per fare questo, mi servirò dell'esempio di Tarik.

### La storia di Tarik

Questo ragazzino si presenta un giorno agli allenamenti con uno sguardo sveglio e due scarpe da pallone almeno di due numeri più grandi del suo piede; era uno dei pochi a mostrare attitudini naturali al gioco di squadra. Me ne ero accorto ovviamente durante gli allenamenti, in particolare durante degli IAC a cui sottoponevo la squadra per lavorare sulla fase difensiva. Il problema della squadra, infatti (almeno quello che avevo deciso di affrontare per primo), era proprio la fase difensiva. Prendevamo troppi gol. Come succede di solito nei ragazzi di questa età, c'è la tendenza a giocare ognuno per proprio conto, a non pensare strategicamente in funzione della squadra. Questa tendenza naturale al protagonismo individuale era diventata però un elemento in eccesso, ed era proprio questo eccesso a rappresentare bene ai miei occhi la difficoltà di apprendimento. Il problema si rendeva evidente quando incontravamo avversari mediamente buoni. I miei non riuscivano a mettere insieme due passaggi di fila; avevano la pretesa di vincere da soli, a vivere la partita solo in funzione della palla; i più dotati tecnicamente si "incartavano" in dribbling continui, mentre quelli meno dotati avevano la tendenza a nascondersi. Insomma: anche un cieco avrebbe potuto vincere qualsiasi cifra se avesse potuto scommettere su quale delle due squadre avesse avuto tra i propri ranghi il maggior numero di respinti nella propria carriera scolastica (i nove undicesimi della mia squadra infatti erano stati respinti almeno una volta).

Ma torniamo a Tarik. I giochi IAC che avevo proposto sulla fase difensiva non erano riusciti ancora a originare apprendimenti apprezzabili, ma sapevo di dover continuare ad aver fiducia nel la-

voro avviato; prima o poi qualcosa sarebbe venuto fuori, ed ero perfettamente cosciente del fatto che il cambiamento non si sarebbe manifestato in tempi brevi. Tarik però aveva la capacità di entusiasarmi, non tanto per delle giocate a effetto quanto per dei movimenti di corsa sul campo, che rivelavano in lui la capacità di leggere ed elaborare in frazioni di secondo una quantità enorme di informazioni.

Eccovene un esempio. Durante una delle partite di verifica la mia squadra aveva la tendenza a rimanere vittima di una situazione di gioco che metteva continuamente sotto pressione il nostro portiere. La linea di difesa era composta da cinque elementi. Il n. 2 e il n. 3 coprono a zona le corsie esterne; il 4 e il 5 sono i marcatori a uomo delle punte avversarie; il n. 6 fa il libero classico con funzione di ultimo uomo (regista difensivo) quando la squadra non è in possesso di palla, ma funge anche come centrocampista aggiunto quando si tratta di iniziare l'azione. La squadra gioca cioè secondo un modulo difensivo misto zona/uomo, da me scelto considerando che:

- dispongo di due ragazzi volenterosi (i due marcatori), ma che sono scarsi tecnicamente e poveri quanto ad aggressività e carica agonistica. Si tratta di ragazzi piuttosto inibiti che cerco di allenare ad atteggiamenti più attivi. A loro affido un compito rigido ma che ha almeno il pregio della chiarezza: seguire a uomo le punte avversarie e impedire loro di nuocere;
- il regista difensivo è molto dotato tecnicamente ma assolutamente inaffidabile quanto a gioco senza palla;
- i due laterali sono veloci. Di Tarik (n. 3) abbiamo già detto. L'altro (n. 2) riesce a giocare con una buona intensità per non più di trenta minuti, poi cede ai primi segnali di fatica, non sorretto da una carica nervosa adeguata.

In che cosa consisteva la situazione di gioco a cui non riuscivamo a rispondere? Il loro centrocampista esterno (n. 7) dopo circa venti minuti di gioco riusciva regolarmente a saltare il nostro laterale (n. 2) che, demoralizzato, rinunciava a inseguire. I nostri marcatori centrali, non essendo in grado di leggere la situazione, continuavano a seguire le punte avversarie, andando il più delle volte a finire fuori zona. Il nostro "ultimo uomo" si disinteressava alla fase difensiva e, seppure con la difesa sotto pressione, non era motivato a recuperare la sua zona davanti al portiere. La morale della favola era che il loro centrocampista esterno provocava la superiorità numerica a favore della sua squadra nelle zone per noi più pericolose, cioè a ridosso immediato dell'area. Cosa ha impedito alla mia squadra di capitolare in più occasioni? Tarik si poneva sempre in linea con i suoi compagni di difesa ma, avendo percepito la situazione di pericolo costante (e, soprattutto, avendone capito le cause), eseguiva più volte il movimento in diagonale, descritto nella *Figura 2*, in modo da chiudere la strada all'avversario lanciato a rete.

Il lavoro da svolgere in allenamento sarà quello di apprendere a livello di squadra ciò che Tarik esegue a livello individuale. Senza esserne pienamente cosciente, infatti, Tarik esegue per parte sua un movimento che avrebbe dovuto essere la parte terminale di una fase (diagonale difensiva), eseguita da tutta la linea di difesa (se un compa-

gno è saltato, tutti gli altri giocatori della linea scallano la marcatura per riguadagnare la parità numerica).

Dal punto di vista cognitivo Tarik, all'interno di un ambiente complesso e continuamente variabile (incerto), ha eseguito le seguenti operazioni (vedi modello di Rasmussen):

- percepito dei segnali (in altre parole ha assunto informazioni discriminando tra le infinite possibilità);
- riconosciuto una situazione rispetto a un confronto con il fine (fase di gioco contingente confrontata con l'obiettivo di arrivare tramite questa a competere adeguatamente) e valutata una condizione di congruità/incongruità;
- identifica la situazione contingente (fase di gioco distinta da situazione di stress che, se subito troppo a lungo, rischia di precludere la possibilità di competere);
- presa una decisione rispetto al fine (sostituirsi di fatto ai compagni che più di altri erano esposti alla pressione e che denunciavano una difficoltà ad affrontare la situazione);
- pianificato un'azione secondo compiti assunti rispetto al gruppo (diagonale di difesa);
- secondo procedure "giocate" in allenamento;
- quindi ha agito.

Ovviamente Tarik, nel caso specifico, ha agito solo in uno dei modi possibili. Avrebbe potuto sostituirsi al laterale di destra invertendo i ruoli, oppure avrebbe potuto stringere al centro in maniera

stabile richiamando un compagno dall'attacco per il tempo necessario a respingere l'assalto. Ma sarebbe eccessivo chiedere a un solo individuo di poter essere la mente pensante di un gruppo. È il team nel suo insieme a dover imparare a pensare, a sviluppare la funzione del pensiero. Solo così un insieme di individui può diventare una squadra.

Grazie a Tarik possiamo apprezzare ora l'aspetto circolare del modello di Rasmussen. In realtà i tre livelli sono sì distinti, ma devono essere integrati tra loro ed è propria della capacità ad adattarsi creativamente la peculiarità di integrazione dei livelli (quindi la loro continua e incessante circolarità). Per Tarik l'esecuzione del movimento difensivo eseguito con tanta brillantezza è l'esito dei passaggi cognitivi descritti, e l'esito è un'abilità acquisita (percezione/azione) che fa parte da adesso del suo patrimonio operativo. A situazioni nuove si metteranno in atto nuove circolarità, il cui esito sarà sempre l'apprendimento di un'abilità nuova all'interno di un comportamento specifico.

### Item di allenamento cognitivo (IAC)

La seduta di allenamento cognitivo è organizzata in tre parti, ognuna effettuate tramite IAC:

1. riscaldamento;
2. seduta di allenamento tattico;
3. partitella.

La scelta degli IAC privilegia giochi in piccoli sottogruppi e su porzioni di campo, in modo da permettere a tutti di toccare il pallone molte volte. Tutto questo è ancora più valido nel mio caso. La squadra non è il frutto di una leva calcistica o di una selezione in base alle qualità tecniche. Molti ragazzi della squadra partecipano più per un amore dell'esperienza socializzante in sé che per amore del calcio. Il semplice stare in gruppo è sempre un'esperienza molto divertente. Nella *Tabella 1* ecco un'ipotesi di tassonomia delle competenze su cui lavorare tramite esempi di IAC (elaborate da me a partire da fonti diverse: da *Il nuovo calcio*, mensile dell'Editoriale Sport Italia, da articoli di Alberto Zaccheroni apparsi sul *Corriere dello Sport*, e dal volume di Horst Wein *Imparare il calcio*, Edizioni mediterranee 1994).

Ne è passata di acqua sotto i ponti da quel maggio 1898 in cui prendemmo quattordici gol dal nostro avversario senza segnarne nemmeno uno (avete capito ora perché mi ponevo il problema della fase difensiva?). Quella partita doveva concludere il nostro primo anno di lavoro (stagione

IPOTESI DI CLASSIFICAZIONE DELLE COMPETENZE		
Competenze di atteggiamento	Competenze di gioco	IAC
<input type="checkbox"/> Aggressività	<input type="checkbox"/> Aggressività sul pallone	<input type="checkbox"/> Torello per piccoli gruppi
<input type="checkbox"/> Cooperazione	<input type="checkbox"/> Copertura omogenea delle zone di campo	<input type="checkbox"/> 2↔2 porte larghe
<input type="checkbox"/> Socializzazione	<input type="checkbox"/> Divertimento	<input type="checkbox"/> Partitella libera
<input type="checkbox"/> Abnegazione	<input type="checkbox"/> Spirito di sacrificio	<input type="checkbox"/> Attacco veloce 3↔1 + 2 in recupero
<input type="checkbox"/> Tolleranza alla frustrazione	<input type="checkbox"/> Ruolo multifunzione	<input type="checkbox"/> Partitelle attacco contro difesa con i ruoli di volta in volta invertiti
<input type="checkbox"/> Flessibilità		
<input type="checkbox"/> Lavoro di gruppo	<input type="checkbox"/> Pressing per il recupero palla	<input type="checkbox"/> Gioco a passaggi successivi 3↔1 a campi separati
	<input type="checkbox"/> Mantenimento del possesso palla	<input type="checkbox"/> 8↔8 palla a mano e gol di testa
		<input type="checkbox"/> 7+mister↔7. Mister che verticalizza e avversari che lo impediscono con la disposizione in campo
<input type="checkbox"/> Pensiero strategico	<input type="checkbox"/> Diagonale difensiva	<input type="checkbox"/> 2↔2 passaggio in profondità
	<input type="checkbox"/> Sovrapposizione	<input type="checkbox"/> 4↔4 in frazione di campo e difesa di tre porticine
	<input type="checkbox"/> Regia di attacco	

IAC = item di allenamento cognitivo : diverse situazioni corrispondono diverse competenze di gioco e di atteggiamento.

Tabella 1

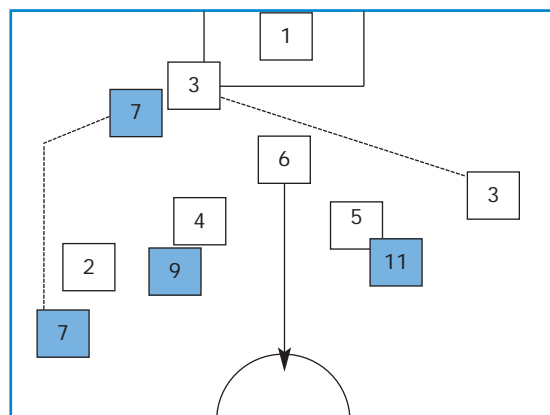


Figura 2. - La scelta di Tarik nello svolgimento della partita

97/98). Oggi, alla fine del secondo anno, siamo riusciti a perdere di misura contro avversari diversi (4-5) ma non meno temibili. Siamo arrivati a competere quasi alla pari contro squadre decisamente superiori per qualità tecniche e di atteggiamento.

Questo era ciò che più mi premeva ottenere dai ragazzi: la capacità di competere. Che poi si vinca o si perda, questo, credetemi, è del tutto secondario.

### **Epilogo: quel che rimane...**

Se un passante qualsiasi si sentisse annoiato a tal punto da fermarsi a guardare attraverso la rete metallica, non credo riuscirebbe a vedere granché di quanto ho scritto sopra. Troppo esperto dovrebbe essere quello sguardo (esperto di che, poi? di psicologia? di pedagogia? di risorse umane? forse di tutto questo e di altro ancora). Vedrebbe però un adulto cercare di tenere a bada una ventina di ragazzini scalmanati, e giocando, perfino. Ecco, credo sia proprio questo quel che rimane: rimane un adulto un po' bambino che incontra dei bambini sul punto di non essere più ta-

li. E dove potrebbe avvenire tutto questo se non su un campo di pallone?

### **Bibliografia**

1. Delors J. Libro bianco "Crescita, competitività, occupazione". Ufficio delle Pubblicazioni Ufficiali della Comunità Europea.
2. Rondot F. Palestre cognitive, attrezzi multimediali. Multimedia 1993,n. 4.
3. Armario M, Carboni V. Trame. psicoterapia e intervento socioeducativo nei confronti del disagio preadolescenziale. Adolescenza 1998,n. 2.
4. Mason L. Reti di somiglianze. Franco Angeli ed.
5. Rasmussen J. Skills, rules and knowledge. In: IEEE Transaction on Systems. Man and Cybernetics 1983,n. 3.
6. Cecchini A. Il fine del gioco. Multimedia 1993,n.3.
7. Mauri L. Intelligenti per gioco. Il nuovo calcio 1998 , n.79 .