

Padri padroni

Quando il genitore è anche l'allenatore dell'atleta si pongono numerosi problemi di rapporto emotivo che possono risolversi in una grande gratificazione comune o degenerare in situazioni di aspra conflittualità



LUCIA BOCCHI è nata a Gazzaniga (BG) il 19 giugno 1969. Ex atleta nel Comitato Alpi Centrali, maestra di sci dal 1990, allenatore federale dal 2000, si è laureata in psicologia alla Cattolica di Milano. Dal 2001 è allenatrice del vivaio atleti dello sci club Orezza. Pratica molti altri sport ma con noi...parlerà soltanto di sci. I lettori che volessero sottoporre argomenti e problemi inerenti agli aspetti psicologici dello sci possono scrivere a Sciare, via Winckelmann, 2 - 20146 Milano. sciare@sciaremag.it

Sportello Consigli

Lucia Bocchi è disponibile anche per una consulenza telefonica. Lo «sportello consigli» è «aperto» tutti i lunedì tra le 13 e le 14. Il numero da chiamare è: 327 20.21.891

Durante le Olimpiadi di Pechino 2008, ho sentito tante volte parlare di atleti con un padre-allenatore, il quale a sua volta era stato atleta di alto livello! Anche nel nostro ambiente sportivo, militano molti sciatori figli d'arte. Il pensiero più logico e immediato è attribuire il merito al patrimonio genetico trasmesso dal genitore a figlio. Ma è solo questo il segreto del successo? La trasmissione dei geni vincenti? Oppure è più facile emergere quando l'allenatore è anche il genitore dell'atleta?

La relazione è l'ingrediente primario di qualsiasi apprendimento sportivo. Quando tra allenatore ed atleta c'è fiducia reciproca si crea una sorta di empatia, dando origine una situazione simile al *transfert* psicoterapeutico e favorendo così il cambiamento. I miglioramenti tecnici, in questo modo, non sono appresi «condizionatamente» ad una minaccia di punizione o a una promessa di premio, ma interiorizzati intenzionalmente. Come dire: *«Apprendo perché credo fermamente in ciò che faccio, non perché c'è un premio gratificante che mi aspetta, o peggio, perché evito un castigo»*. Chi meglio di un padre potrebbe essere il portatore di tale fiducia per il proprio figlio?

Per l'atleta di alto livello tecnico il padre-allenatore è una grande risorsa. Egli conosce ogni stato d'animo del figlio, l'ha visto crescere, lo ha consolato o festeggiato dopo ogni sua competizione. Per il figlio, emergere nello sport del quale il genitore gli ha trasmesso la passione, i trucchi, le gioie e l'orgoglio, è una doppia soddisfazione. Per due adulti responsabili, appassionati per lo

sport, uniti affettivamente dal legame familiare, la realizzazione insieme è una grande gratificazione. Certo, anche a questa età, ci sono alcune eccezioni, ne è l'esempio l'episodio dei mondiali di nuoto di Melbourne '07, che ha riempito pagine di giornali sportivi: *«Risultato deludente, il papà picchia l'atleta. Insulti e botte alla nuotatrice ucraina Kateryna Zubkova: il padre è anche l'allenatore della nuotatrice.»* In questo caso la delusione è doppia!

> E quando il figlio-atleta è ancora in fase di sviluppo? La relazione con il genitore-allenatore è una questione delicata, in quanto il ragazzo non possiede ancora una identità individuata e matura. Il figlio sente sovrapposti i due ruoli dell'adulto: il genitore e l'allenatore. Inconsciamente, per qualsiasi figlio, è fondamentale ottenere il riconoscimento del genitore indipendentemente dal suo valore come atleta. Questo significa sentirsi sempre amati e accettati dal genitore qualsiasi risultato possa dare la carriera agonistica.

> Cosa può accadere quando il genitore è anche allenatore? Finché l'atleta è bravo e vincente tutto potrebbe filare liscio: il figlio riuscirebbe a gratificare le aspettative dell'allenatore e i desideri del genitore, presenti nella stessa persona. «Potrebbe», perché la gestione del figlio in un gruppo di atleti non è semplice. Spesso per non far notare differenze di trattamento si ten-

de a «colpire» sempre il proprio figlio, rischiando di aumentare ingiustamente i suoi sensi di colpa e di vergogna, causando in lui reazioni comportamentali aggressive o scarsa motivazione.

“ Spesso l'abbandono dell'agonismo è l'unico modo per salvare la relazione ”

> E quando le cose si mettono male? Se il figlio non è la speranza «genetica» che il padre-allenatore si aspettava? L'atleta sente di aver deluso le speranze dell'allenatore e sente minacciato l'affetto del padre, tutto ciò a causa dei suoi fallimenti agonistici. Cosa che spesso succede:

quanti atleti deludono le aspettative dell'allenatore e quanti figli mancano alla realizzazione delle attese dei padri proiettate su di loro? Ma quando padre e allenatore sono la stessa persona si crea una situazione insostenibile! Per il figlio, spesso, l'abbandono dell'agonismo è l'unica via d'uscita per sopravvivere al conflitto emotivo e per poter preservare una buona relazione affettiva con il genitore.

> Un esempio? L'ex bambina prodigio del tennis Andrea Jaeger e la sua storia: un rapporto burrascoso con il padre-allenatore ex pugile tedesco, una crescita a «cinghiate» con disciplina estrema ed alta competitività. Oggi che ha superato i brutti ricordi ammette: *«È difficile avere un genitore come allenatore perché si perde il rapporto affettivo»*. A 16 anni la n° 2 del ranking mondiale, oggi è «Suor Andrea» dell'ordine delle Domenicane. ■■■