

FEDERAZIONE ITALIANA PALLACANESTRO
Settore Giovanile

Anna Falco



**Psicologia
e
Basket**

Presentazione

La dottoressa **Anna Falco** è entrata a far parte dello staff della Squadra Nazionale “A” maschile nel giugno del 1994, unitamente al dottor **Tommaso Biccardi**.

L’esperienza che abbiamo condiviso è stata estremamente importante: nell’arco di quattro stagioni sportive abbiamo svolto uno studio guidato, rivelatosi fondamentale, dei profili degli atleti convocati ed inoltre abbiamo approfondito le condizioni relative alla natura delle relazioni interpersonali che si creavano tra i vari giocatori, fra questi e lo staff tecnico e fra i componenti dello staff stesso. L’obiettivo, pienamente raggiunto vorrei aggiungere, era quello di rendere l’ambiente della squadra il più sereno ed efficiente possibile, per poter aiutare tutti i componenti a realizzare al meglio le proprie capacità sotto notevole pressione competitiva.

Non è stato semplice, talvolta, superare incertezze, scetticismo, dubbi, su una metodologica di lavoro “diversa”, ma giorno dopo giorno, tutti, giocatori e tecnici, hanno potuto cominciare a recepire il vantaggio di questo approfondimento della conoscenza reciproca e delle dinamiche interpersonali, arrivando piano, piano a completarci a vicenda nella formazione del gruppo che è stata protagonista a Barcellona nell’ultimo Europeo.

Non credo di sminuire il ruolo di nessun membro dello staff se affermo che Anna è stata l’anima, la guida (il ... “coach”) di questo gruppo di lavoro: precisa, efficiente, intuitiva, ed anche severa con noi tecnici quando la disabitudine alla sua sistematicità nel lavoro ed il pensiero che “dopo tutto basta buttarla dentro” riaffioravano ad ostacolare il cammino. Con lei e con Tommaso Biccardi il sottoscritto e gli altri tecnici della Squadra Nazionale hanno potuto migliorare le proprie capacità specifiche ma anche migliorare il rapporto con gli altri e, sicuramente, conoscere un po’ di più se stessi.

Un grazie affettuoso ad Anna: per avere fatto parte di un gruppo speciale, per un pezzetto di medaglia d’argento e, soprattutto, per la sua amicizia.

Ettore Messina

Introduzione

In questo lavoro ho cercato di descrivere in modo semplice cosa realisticamente significhi “approccio psicologico”. Mi piacerebbe se alla fine vi venisse la curiosità di saperne di più. Sono una Psicologa Clinica capitata all'improvviso e per caso nel mondo dello sport.

Nel 1994 il dottor Biccardi, avendo avuto dalla Federazione Italiana Pallacanestro l'incarico di psicologo della Nazionale maschile, mi chiese di lavorare insieme, con l'obiettivo di focalizzare meglio il *modello strutturale integrato* di Giovanni Ariano applicato al basket.

Tommaso Biccardi ed io facciamo parte della Società Italiana di Psicoterapia Integrata (S.I.P.I.) che a Napoli e in Campania si occupa di clinica e didattica: lavora, quindi, con pazienti affetti da problemi psicologici e forma medici e psicologici a diventare psicoterapeuti.

Alla proposta di lavorare in ambito sportivo ebbi due tipi di reazioni: la prima di perplessità, la seconda di curiosità.

Mi chiedevo in che modo il *modello strutturale integrato* si potesse applicare ad allenatori e giocatori in situazioni molto lontane dalla clinica. La curiosità era dovuta a quella parte di me che difficilmente si arrende di fronte alle cose nuove.

Devo dire grazie al dottor Biccardi, che mi ha dato questa opportunità, se oggi posso scrivere queste pagine dove, spero, potete verificare l'utilità del *modello di Ariano* applicato al basket.

L'esperienza con la nazionale, con la quale abbiamo collaborato dal giugno '94 al luglio '97, è stata complessa e faticosa, perché non è semplice adattare un modello a contesti nuovi con esigenze diverse. Per me particolarmente è stata un'esperienza molto interessante, perché mi ha permesso di distogliere l'attenzione dalla “patologia” per rivolgermi a una popolazione “normale”: Fare questo mi ha consentito di approfondire le mie conoscenze. Sono grata a Ettore Messina, Giovanni Picci ed Enzo Grandi che, con voglia di fare sempre meglio e curiosità verso nuove esperienze, hanno permesso l'attuazione di questo modello d'intervento.

Infine, un grazie particolare a Giovanni Ariano, mio maestro nella vita e nella professione.

1. Cosa significa approccio psicologico

Da quando mi interessò di psicologia sportiva ho notato, da parte di chi fa richiesta di un intervento psicologico, due tipi di atteggiamento fondamentali, opposti tra loro:

- a) eccessivo scetticismo, che si traduce nella frase “ma funzionerà questa psicologia?”,
Conseguenza di tale atteggiamento è la sfiducia nei suggerimenti proposti;
- b) idealizzazione miracolistica. Le cose vanno particolarmente male e si spera che l'intervento dello psicologo, non si sa bene come, possa risolvere tutto.

Questo duplice atteggiamento evidenzia l'ambiguità tra curiosità e scetticismo, normale per le teorie giovani. La psicologia come scienza è sicuramente molto recente. Essa ha infatti poco più di un secolo di vita. La psicologia applicata allo sport è ancora più giovane; è nata a metà degli anni '50 e la sua diffusione si è avuta negli anni '70.

L'essere umano fonda le sue certezze sulle conoscenze passate e sperimentate. Sono a testimonianza di quanto appena affermato i detti popolari del tipo “non lasciare il certo per l'incerto”, “non cambiare la vecchia via per la nuova”. L'ancorarsi troppo alle vecchie conoscenze uccide, però, il progredire del sapere e di conseguenza della cultura e delle società.

Tutti siamo sicuramente d'accordo con questa affermazione; ciò nonostante ogni volta che qualcosa di nuovo cerca di affermarsi le resistenze sono moltissime.

Molti uomini di scienza hanno pagato con persecuzioni scoperte eccezionali, come ad esempio Galileo Galilei.

Questa peculiarità umana di rifugiarsi nelle certezze mi fa essere tollerante verso lo scetticismo, anzi mi spinge a sforzarmi di essere chiara e cercare di fare comprendere l'importanza della scienza che vado promuovendo.

Al di là, quindi, dello scetticismo o dell'idealizzazione onnipotente vorrei aiutarvi a comprendere l'utilità realistica, e sottolineo realistica, di un “approccio psicologico”.

Va specificato che anche la letteratura, a seconda delle scuole e dei diversi modelli d'intervento psicologico, si attribuisce un diverso significato a tale concetto.

Per alcune scuole, infatti l'«approccio psicologico» comprende tecniche di rilassamento, analisi del compito tecnico - motorio, e così via. Voglio che sia, quindi, chiaro che quello di cui vi parlerò fa riferimento al modello strutturale integrato di Giovanni Ariano.

Per tale motivo non è detto che in altri psicologici ritroverete la mia stessa idea di “approccio psicologico”.

Per me **“approccio psicologico” è la capacità di mettere in relazione, con una finalità costruttiva (= funzionale all’obiettivo o di crescita), due mondi: il proprio (= io) e quello altrui (= tu).**

Questa frase per voi non ha molto significato. Perché possiate comprenderla è necessario che io la suddivida e la analizzi nei suoi principali sotto concetti che sono essenzialmente tre:

- **“finalità costruttiva relativa ad un scopo” (= obiettivi).**

È importante stabilire gli obiettivi e trovare le strategie per perseguirli. Noi riteniamo che prima ancora di focalizzare gli obiettivi tecnico - tattici, un allenatore debba tenere presente i concetti epistemologici e i valori antropologici che appartengono a ciascuna delle persone con cui collabora e che influenzano il lavoro della squadra.

L’idea di “chi conosce” e “cosa si conosce” e la loro relazione ci dice quali sono i concetti epistemologici cui fa riferimento una persona.

Per valori antropologici si intendono le convinzioni che ognuno di noi circa “l’uomo” (giocatore, nella fattispecie); le nostre idee, detto in altre parole, delle caratteristiche che differenziano l’uomo dagli altri esseri viventi.

Queste convinzioni e queste idee non sono sempre consapevoli, ma ciascuno da noi, che ne sia o meno cosciente, agisce in base ai suoi valori e li tramanda;

- **“identità”.**

Cioè concetto di *io* e *tu*; più concretamente fa riferimento alla diagnosi strutturale individuale dell’*io* e del *tu*. Per diagnosi non si intende qui una valutazione patologica, ma il definire le caratteristiche di personalità;

- **“relazione”.**

L’*io* e il *tu* non sono in un rapporto statico, ma dinamico, il che significa che si influenzano reciprocamente. Nessuno di noi è perfettamente identico nelle diverse relazioni.

È bene che teniate a mente questi tre concetti di fondo intorno ai quali svolgerò tutto il mio lavoro. Nei prossimi capitoli (cap. 2-3-4) riprenderò questi concetti e li svilupperò in modo tale che possiate comprendere cosa concretamente significhino e la loro utilità.