Vol. 15 n. 3 1999

MOVIMENTO

ψυχη

Il grande educatore

lo spirito del rugby

DOSSIER

Le regole del gioco

RIVISTA DELLA SOCIETÀ ITALIANA DI PSICOLOGIA DELLO SPORT

EDIZIONI POZZI

sipsis

PAOLO DIACONO EDITORE

Vol. 15 n. 3 1999

MOVIMENTO

ψυχη

Il grande educatore

lo spirito del rugby

DOSSIER

Le regole del gioco

RIVISTA DELLA SOCIETÀ ITALIANA DI PSICOLOGIA DELLO SPORT

EDIZIONI POZZI

sipsis

PAOLO DIACONO EDITORE

Il rispetto delle regole

Per un atleta che ha fatto dello sport il proprio stile di vita parlare di rispetto delle regole è cosa normale. Con questo non voglio affermare che tutti gli atleti siano l'emblema della correttezza (i recenti casi di doping scoperti lo confermano) e neanche voglio dire che io sia il più corretto fra gli uomini (sarebbe oltremodo presuntuoso da parte mia), ma indubbiamente l'atleta per antonomasia impara da subito che il rispettare le regole è una condizione fondamentale per il proseguo della propria attività.

Facciamo degli esempi:
immaginiamo un calciatore qualunque che al fischiare dell'arbitro per un fallo, continui a giocare la partita e vada a segnare tutto solitario un goal, sotto l'incredulo sguardo dei compagni e degli spettatori. Un atteggiamento, questo, per cui si può facilmente affermare, pur non essendo uno psicologo, che il ragazzo è fuori di testa. Più semplicemente non rispetta le regole e quindi non gli è riconosciuto il suo gesto.

Figuriamoci, per fare un altro esempio, se su un ring di pugilato durante un break dato dal giudice di gara, uno dei contendenti improvvisamente sferri un pugno all'antagonista prima della ripresa del combattimento mettendolo K.O.. A parte i seri danni che potrebbe apportare al rivale, perderebbe l'incontro a tavolino e verrebbe sicuramente squalificato per un tempo indeterminato fino ad accertamenti riguardanti la normalità della sua psiche. Anche in questo caso l'atleta non è stato al "gioco", comportandosi in modo irregolare.

Quindi, il concetto lapalissiano che emerge è quello che un atleta, se vuole prendere parte al gioco, deve saper osservare le regole. E' un principio, questo, indiscutibile di esistenza, che i giovani imparano a conoscere fin dalle prime timide apparizioni in strada dove con i compagni, se si vuole essere considerati nel gruppo, ci si deve attenere al rispetto delle norme.

Amplificando il discorso direi che le "regole" sono quel complesso di fatti che, accettati, costituiscono la base di una codificazione senza la quale più difficile sarebbe l'essere tra gli altri.

Ed è così che nello sport si esprime un valore assoluto: è impossibile giocare o meglio gareggiare senza regole ... come d'altronde è impossibile vivere senza regole.

Secondo il mio punto di vista ci sono tre tipologie di rispetto delle regole.

- La prima è indirizzata a se stessi: per essere un buon atleta bisogna sapersi rispettare molto. Oserei dire che ci si deve amare molto: è una regola! Non esistono atleti che si odiano e che contemporaneamente riescano a sopportare le dure prove quotidiane dell'allenamento. Non esiste una norma codificata, ma se scaviamo nel nostro intimo troviamo che tutti i grandi campioni hanno una profonda e radicata auto stima e rispetto di se stessi. E' un dogma senza il quale non credo sia possibile arrivare a vincere le Olimpiadi o i Mondiali ...

- La seconda tipologia è la prerogativa dello sport stesso.

Partendo da un concetto che l'attività agonistica si può interpretare anche come sfogo della propria aggressività, possiamo affermare che l'intelligenza dell'uomo nel tempo ha permesso di canalizzare questo impulso primordiale attraverso lo sport e il rispetto delle sue regole. Se nella preistoria l'uomo delle caverne era costretto a lottare, non per una semplice attività fisica, ma per la conquista del proprio cibo, per il possesso del rifugio o per una femmina, possiamo affermare che, nell'era moderna, quell'istinto viene espletato nel gesto atletico codificato. Rispettare le regole fà la differenza sostanziale, diventando fondamentale per differenziare il litigare dal lottare, il bisticciare dal gareggiare, considerare l'antagonista da nemico ad avversario.

C'è uno sport in particolare, il più emblematico in questo senso, che è nato esclusivamente delle regole. E' il pugilato.

Sembra, infatti, che esso sia stato creato proprio come una disciplina sportiva. Risulterebbe infatti poco probabile una sua differente utilizzazione, e scarsamente importante anche nella preparazione militare, poiché sicuramente altre discipline, come il lancio del giavellotto o la lotta, il judo, il pancrazio, la scherma ad esempio, potevano meglio raggiungere lo scopo essendo nate per esigenze di vita prima e poi codificate, ma non la "noble art" che ha fatto degli ordinamenti la sua essenza vitale..

- l'ultima tipologia, infine, è un'altra regola imprescindibile: quella che si riferisce alla condotta d'atleta. Se non si è disciplinati non si può essere competitivi ad alto livello. Queste norme possono essere molto individuali, ma tutte hanno lo stesso comune denominatore: vanno rigorosamente rispettate. Ferree diete, giusto riposo, serio allenamento, sono le "formule segrete" , i fondamentali da cui non si può prescindere. Usando un termine in voga, sono un "must" per un giovane che ha ambizioni di successo.

Spesso, in gara, ci si trova di fronte al problema rovesciato cioè in situazioni dove il nostro antagonista non ha rispettato la "legge" nei nostri confronti. E' questo il momento più delicato per un atleta. Riuscire a rimanere nei binari della correttezza senza farsi trascinare dalla situazione è molto difficile. Ecco che a questo punto le regole stesse vengono ancora in nostro aiuto. Appellandosi ad esse si può cercare di fare chiarezza e avere la propria giustizia senza farsi trascinare nello stesso identico errore.

Nel mio trascorso sportivo anch'io mi sono spesso trovato di fronte a situazioni del genere e, onestamente, non sempre ho reagito nel modo dovuto. La tentazione di far pagare con la stessa moneta lo "scorretto" era spesso presente e molto forte in me. E' certo che sono sempre partito con buone intenzioni e ho cercato di essere corretto osservando le regole, ma non sempre quel che si pensa di se stessi corrisponde alla verità ed approfitto di questa occasione per chiedere scusa a quei colleghi che, mio malgrado, abbiano eventualmente subito dei soprusi da parte mia.

Daniele Masala