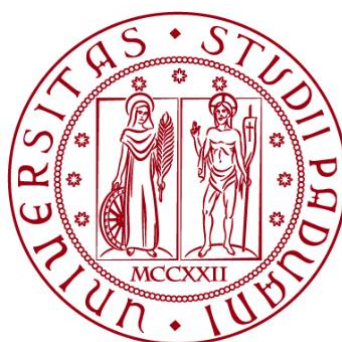


UNIVERSITÀ DEGLI STUDI DI PADOVA
DIPARTIMENTO DI FILOSOFIA, SOCIOLOGIA, PEDAGOGIA E PSICOLOGIA
APPLICATA – FISPPA
DIPARTIMENTO DI PSICOLOGIA DELLO SVILUPPO E DELLA
SOCIALIZZAZIONE – DPSS

Corso di Laurea Triennale in Scienze psicologiche sociali e del lavoro



TESI DI LAUREA

**Crescere praticando sport: strumento di prevenzione alle
dipendenze e alle diverse forme di disagio giovanile**

**Growing up playing sports: a way for preventing addiction and
the different forms of juvenile discomfort**

Relatore:

Chiar.mo Prof. ALESSIO VIENO

Correlatore

Chiar.mo Prof. NATALE CANALE

Laureanda:

MICHELA MAZZARO

Matricola 1163385

ANNO ACCADEMICO 2021-2022

*Ad Elisa ed Eva
grata di ogni loro passo
mentre nel cuore conservo
il ricordo commovente del primo.*

INDICE

INTRODUZIONE	3
CAPITOLO 1 – Riperkorrendo la storia dello sport: scenari e prospettive	4
1.1 Di cosa parliamo quando parliamo di sport?	4
1.2 Un breve excursus storico	5
1.3 Alcune considerazioni a fronte dell'excursus storico	8
1.4 Sport e normativa	9
1.4.1 La Carta Europea dello Sport (Rodi, 1992)	10
1.4.2 Il Trattato di Lisbona	11
1.4.3 Lo sport nella Costituzione italiana	11
1.5 Quali discipline si sono occupate dello sport?	12
1.5.1 Il contributo della Medicina dello sport	13
1.5.2 Quale contributo da parte della psicologia dello sport?	14
1.6 Quali questioni?	16
CAPITOLO 2 – Riflessioni sullo sport: uno sguardo alla recente letteratura scientifica ..	18
2.1 Lo sport oggi: aspetti emergenti tra potenzialità e criticità	18
2.2 Muovendoci tra aspetti positivi e negativi dei risultati emersi in letteratura	21
2.3 Quali punti emergono dalla disamina condotta sugli articoli?	26
CAPITOLO 3 – Dalla disamina della letteratura a una proposta di “linee di indirizzo” per lo sviluppo della ricerca e degli interventi sul campo	29
3.1 Riflessioni su alcune proposte operative disponibili	29
3.2 La proposta di “linee di indirizzo”	31
CONCLUSIONE	36
BIBLIOGRAFIA E SITOGRAFIA	37

INTRODUZIONE

Questa tesi, nasce dalla convinzione che le generazioni future hanno la possibilità di poter disporre di un nuovo modo di poter stare insieme nello sport e attraverso lo sport, perché la ricchezza delle conoscenze a disposizione e delle competenze degli attori che popolano oggi il mondo delle istituzioni e dell'educazione può, nella preziosa sinergia delle risorse e impegno di ciascuno, farsi carico dei loro bisogni, sia di quelli espressi che di quelli emergenti ed in tal modo prendersi "cura" non dei loro disagi, ma a partire dalla consapevolezza di questi ultimi come naturale processo di crescita di ogni ragazzo, considerarne il suo percorso di sviluppo come un terreno fertile su cui far leva per promuovere e stimolare dei comportamenti consapevoli e responsabili.

Quindi, con il desiderio di poter immaginare lo sport nella collocazione/dimensione dove al meglio potrebbe garantire il suo prezioso apporto, nel trattato di questa tesi si è cercato di offrire delle riflessioni ed un contributo per poterne delineare delle possibili linee di sviluppo future.

CAPITOLO 1 – Ripercorrendo la storia dello sport: scenari e prospettive

1.1 Di cosa parliamo quando parliamo di sport?

Per avere dei riferimenti precisi rispetto all'ambito in cui si inserisce il presente elaborato, ossia lo sport, si è presa in considerazione - tra le altre - una definizione che l'enciclopedia Treccani on line dà. Nello specifico è possibile leggere che per sport si intende: *“Attività intesa a sviluppare le capacità fisiche e insieme psichiche, e il complesso degli esercizi e delle manifestazioni, soprattutto agonistiche, in cui tale attività si realizza, praticati nel rispetto di regole codificate da appositi enti, sia per spirito competitivo (accompagnandosi o differenziandosi, così, dal gioco in senso proprio), sia, fin dalle origini, per divertimento, senza quindi il carattere di necessità, di obbligo, proprio di ogni attività lavorativa”*. Da questa definizione emerge, in modo netto e chiaro, come lo sport abbia a che fare tanto con le capacità fisiche quanto con le capacità psichiche, che comunque - nella definizione - non vengono esplicitate. Una prima considerazione, quindi, è che questa peculiarità dello sport di tenere assieme due piani molto diversi tra loro per statuto epistemico, il corpo da un lato e la psiche dall'altro, va precisamente considerata quando ci si occupa di sport e quando si produce conoscenza con riferimento a ciò che lo sport può consentire alla Comunità umana. Questo sarà un aspetto che verrà considerato nell'ambito della trattazione e che consente di considerare come i due piani si intersecano e che, quando si parla di sport, si tratta di considerare tanto il corpo quanto la psiche, e rispetto a quest'ultima avere chiaro il più possibile quali possano essere le modalità connesse ad essa che sono in grado di fornire allo sport una valenza di sviluppo e di promozione della psiche.

Oltre a questo elemento, dalla definizione sopra riportata emerge come lo sport si manifesti soprattutto in termini di agonismo e di spirito competitivo, aprendo ad una dimensione per cui si mostrano peculiari modalità che caratterizzano lo sport e che, forse, corrono il rischio di depotenziare quel potere generativo e di sviluppo che, come poco prima già accennato, lo sport potrebbe avere in quanto dimensione che non solo si occupa del corpo ma tira dentro anche la psiche. Ed è proprio su questo fondamento che si baserà la conduzione della disamina in letteratura condotta nel capitolo 2, in modo che si possano avere degli elementi espliciti rispetto a quali potenzialità lo sport può avere. Poi, coerentemente con queste prime considerazioni iniziali, se si considera l'etimologia del termine sport (dal latino *deportare* “uscire fuori porta”, a noi arrivato come *diporto*, ossia “divertimento”; giunto in Inghilterra fu anglicizzato in *desport*, abbreviato poi in *sport* e reintrodotta) ne consegue che il significato sia in relazione non tanto all'attività svolta dagli atleti (quindi a ciò che appartiene

direttamente alla dimensione del corpo) quanto al divertimento che ne traggono gli spettatori, appassionandosi in vario modo allo svolgimento e all'esito delle gare (e quindi a una dimensione che tira dentro quelle modalità di cui si parlava poc'anzi e che - si proverà ad osservare questo aspetto - possono appartenere al "mondo della psiche").

Sulla scorta di quanto appena tracciato si può e si deve altresì considerare che l'evoluzione della pratica sportiva e del suo significato terminologico vada individuata anche rispetto al posto che tale pratica abbia occupato nella società, alla considerazione che le è stata o le è dedicata in un determinato contesto culturale, politico ed economico. Segue quindi un breve excursus storico rispetto alla filogenesi dello sport e che sarà utile per andare a corroborare quanto già posto in esordio di questo primo capitolo.

1.2 Un breve excursus storico

Con riferimento alla manualistica di settore¹ si può conoscere come la storia dell'attività fisica cominci praticamente con quella del genere umano. Fin dalla comparsa delle prime civiltà le attività ginniche e sportive hanno sempre avuto un ruolo in primo piano. In età preistorica l'attività fisica era strettamente legata alla sopravvivenza e gli uomini dovevano essere scattanti, efficienti, pronti ed atletici. Anche le danze rituali contribuivano a mantenere in allenamento ed in esercizio il corpo. In epoca moderna lo sport ha assunto valenza culturale e sociale ancora maggiore. Lo sport è diventato fenomeno di massa con rilevanti conseguenze in campo economico, sociale ed educativo. Quindi numerose attività che chiamiamo atletiche - che coinvolgono strettamente e in primis prestazioni che hanno a che fare con il corpo - furono praticate nel mondo antico, sia in Oriente sia in Occidente, sin da epoche remote, con carattere talora sacrale, talora educativo, talora agonistico o come forma di preparazione militare. Anche in questo caso emerge come non vi sia solo la dimensione del corpo ma vi sia anche un "qualche cosa di altro" che entra in gioco. E' poi noto come fu in Grecia che lo sport assunse le caratteristiche di un fenomeno di larga diffusione, per taluni aspetti simile a quello dei tempi moderni, sia per il numero e l'importanza delle competizioni, sia per il loro accurato regolamento, sia infine per l'impetuosa fioritura di un professionismo e di un 'divismo' che entrarono profondamente

¹ N. Barbieri, *Dalla ginnastica antica allo sport contemporaneo. Lineamenti di storia dell'educazione fisica*, Padova, Cleup, 2002; L. Galfo, I. Galfo, *Le origini del movimento. Il movimento come raggiungimento di un obiettivo*, Ed. Youcanprint, 2021; E. Trifari, F. Arturi, *Le prime pagine de "La Gazzetta dello sport". Le emozioni, i protagonisti, le sfide dalla nascita alla XXX Olimpiade*, Bologna, Rizzoli, 2013; L. Vergallo, *Storia e sport. Uno sguardo sul XX secolo*. Milano, Ed. Biblion, 2017; C. Mancuso, *Percorsi di storia e antropologia dello sport*, Bologna, Ed. Il Mulino, 2022; P. Dietschy, S. Pivato, *Storia dello sport in Italia*, Bologna, Ed. Il Mulino, 2019; A. Perissinotto, *Sport e comunicazione. Teoria, storia, scenari*. Milano, Mondadori Università, 2012.

nel costume della civiltà ellenica. Il centro di questa civiltà, nell'epoca classica, fu il santuario di Olimpia, nell'Elide. Anche se attività atletiche connesse a pratiche culturali e rituali venivano con ogni probabilità svolte in epoca precedente, l'istituzione dei Giochi olimpici, l'evoluzione dello sport greco coincide fondamentalmente con la storia delle Olimpiadi, che si prolungarono per circa dodici secoli, dalla prima edizione del 776 a.C. all'ultima del 393 d.C. Competizioni panelleniche a carattere periodico si svolgevano pure a Delfi, sull'Istmo di Corinto, a Nemea, in altre pòleis, tutte dotate di notevoli impianti per lo svolgimento di molteplici manifestazioni, comprendenti gare di corsa, di lotta, di pugilato ecc. o competizioni ippiche. Ciò che rimase, tuttavia, a caratterizzare le Olimpiadi classiche e ad assicurarne la diffusione furono fondamentalmente due condizioni: la tregua dei conflitti armati per tutta la durata dei Giochi e l'affermazione del loro carattere sacro mediante un sacrificio offerto a Eracle, patrono designato degli atleti e mitologico fondatore della manifestazione. In realtà, nella Grecia classica, tre motivi di fondo ispirarono il movimento sportivo e che ci consentono di ulteriormente argomentare questa peculiarità dello sport di coinvolgere due piani diversi:

1. il suo carattere eugenetico e religioso, atteneva alla concezione ellenica dell'uomo come misura di tutte le cose e dunque anche della natura;
2. motivo, di carattere estetico, nasceva dal culto della bellezza e quindi del corpo come suo simbolo concreto;
3. il suo carattere funzionale, concerneva l'educazione militare della gioventù. A Sparta, come riferisce Plutarco nella biografia di Licurgo, le severe regole imposte ai maschi perché imparassero a obbedire e a sopportare i disagi del servizio armato, erano estese alle fanciulle, che frequentavano esse pure le palestre praticando soprattutto gli esercizi all'aria aperta, in qualunque stagione, nonché la corsa, la lotta, il lancio del disco e del giavellotto. La specializzazione per la conquista degli allori olimpici e una graduale decadenza di costumi portarono al professionismo, all'affermazione del quale contribuì anche la formula olimpica secondo cui, insieme con il vincitore della competizione, si onorava anche la città di cui egli era originario. In principio, la città così celebrata si limitò a provvedimenti simbolici; poi, via via, si passò a riconoscimenti più concreti, come l'esenzione dalle imposte, l'alimentazione a spese dell'amministrazione cittadina, infine un premio in denaro fino a un ammontare di 500 dracme.

Quindi fin dalle origini lo sport non si esaurisce nella dimensione del corpo, ma assume una valenza per lo sviluppo culturale, educativo, pedagogico.

Nell'Italia antica l'attività sportiva non ebbe la ricchezza di motivazioni e di sviluppi mostrati in Grecia (Greci delle colonie di Magna Grecia e Sicilia parteciparono comunque, spesso con risultati lusinghieri, alle Olimpiadi). Gli Etruschi celebravano giochi sportivi per lo più in occasione di cerimonie funebri, ma anche nell'ambito di spettacoli organizzati dalle comunità in concomitanza di solennità cittadine e di particolari eventi politici. In tutte queste circostanze, accanto a gare simili a quelle note per il mondo greco (corsa, pugilato, competizioni ippiche ecc.), erano comuni danze, esibizioni di acrobati e giocolieri, combattimenti cruenti ecc., che rivelano una spiccata inclinazione di quel popolo verso l'elemento ludico e spettacolare. Tra i Romani, particolarmente nell'epoca repubblicana, le singole attività sportive erano largamente praticate per le esigenze della formazione militare. Corsa, salto, lancio del disco e del giavellotto erano le specialità più diffuse prima dell'era cristiana, quando cominciarono a organizzarsi agoni di tipo greco. In età imperiale finirono per imporsi, però, i giochi circensi, il cui contenuto sportivo era relativo, mentre prevalevano le caratteristiche di uno spettacolo crudele. Lotta, pugilato, pancrazio, ma soprattutto scontri armati uomo contro uomo (ludi gladiatori) e uomo contro belva (venationes), nonché corse di bighe e quadrighe, erano le specialità più seguite, e alle gare erano costretti a partecipare di solito schiavi e liberti. Questi spettacoli, deplorati dalle menti più elette (per es. Seneca) e combattuti aspramente dal Cristianesimo, erano già in grave decadenza se non scomparsi quando cadde l'Impero d'Occidente. Più a lungo durarono invece nell'Impero d'Oriente, dove tuttavia nel 520 d.C. l'imperatore Giustino decretò la soppressione dell'ultimo grande agone pagano, le Olimpie di Antiochia.

Dopo alcuni secoli in cui l'attività sportiva fu del tutto trascurata, una notevole ripresa si registrò nel periodo dei Comuni, soprattutto per l'equitazione, che dava luogo a giostre e tornei, talvolta degenerati in manifestazioni sanguinose.

Nel Rinascimento si affermò lo sport inteso con le sue caratteristiche attuali, cioè non più legato a presupposti di ordine etico-religioso. Nel 1423, presso Mantova, Vittorino da Feltre fondò, per ordine di Gianfrancesco Gonzaga, la cosiddetta Casa giocosa, in cui gli allievi, oltre che nelle lettere, venivano educati alla pratica dell'equitazione, dell'arco, della scherma, della lotta ecc. Furono pubblicati inoltre vari trattati di argomento sportivo, dovuti a P. Vergerio, L.B. Alberti, E.S. Piccolomini, M. Vegio ecc.

In Inghilterra, nel 1617 il re Giacomo I con la Declaration of sports concedeva l'autorizzazione al popolo di praticare talune specialità. Nel 1681 si trova ricordato per la prima volta in un giornale londinese, il Protestant Mercury, un combattimento di pugilato. Pochi anni più tardi un maestro di scherma, J. Figg, trasformò la sua sala d'armi in una

palestra di pugilato, divenendo egli stesso primo campione britannico nel 1719; 14 anni più tardi l'inglese J. Broughton pubblicò il primo regolamento di una specialità pugilistica assai simile al pancrazio greco e nel 1886 J. S. Douglas, marchese di Queensberry, formulò un regolamento, che resta alla base delle norme del pugilato moderno. Un secolo prima (nel 1780), lord Derby aveva istituito la classica corsa ippica che porta tuttora il suo nome. Anche il calcio moderno ha le sue origini in Gran Bretagna, per la larga diffusione di tale pratica sportiva nei collegi universitari. Nel 1863 si pervenne alla fondazione della Football association, prima e modello di tutte le federazioni calcistiche mondiali.

In Germania, nel 1811, F.L. Jahn fondò la prima palestra a Hesenbeid (Berlino); tre anni dopo lo svedese P.H. Ling diede vita all'Istituto ginnastico di Stoccolma e diffuse il suo 'sistema svedese', oggi conosciuto e applicato in tutto il mondo; nel 1856 si disputò per la prima volta l'ormai tradizionale gara di canottaggio tra Oxford e Cambridge; nel 1894, il barone de Coubertin ripristinava durante un congresso alla Sorbona di Parigi i Giochi olimpici, che ebbero luogo nel 1896 ad Atene.

Nel secondo dopoguerra il movimento sportivo è andato acquistando un rilievo crescente nella vita sociale di ciascun paese e ha assunto una dimensione universale. Lo sport costituisce una sorta di "alfabeto comune" tra popoli e nazioni di diverse dimensioni economiche, politiche e culturali. Della sua importanza e dei vantaggi che può offrire alla gioventù si sono resi conto i vari governi, approntando provvidenze e strutture per la sua diffusione e la sua pratica. Questa universalità di intenti trova la sua massima espressione nelle competizioni internazionali, prime fra tutte i Giochi Olimpici, estivi e invernali. È tanto sentita questa esigenza, che sono ormai radicate le manifestazioni sportive a carattere regionale: Giochi del Commonwealth, Giochi Panamericani, Giochi Panasiatici, Giochi Panafricani, Giochi del Mediterraneo. Sono inoltre sempre più frequenti le occasioni di manifestazioni internazionali nei singoli sport e nelle varie discipline. Negli ultimi decenni, inoltre, una crescente attenzione è stata riservata alla promozione e allo sviluppo delle attività sportive per soggetti portatori di disabilità psicofisiche e sensoriali. Se in un primo momento la pratica sportiva è stata intesa soprattutto come evoluzione della fase terapeutico-riabilitativa del disabile, ben presto essa si è venuta affermando anche come attività agonistica, senza per questo perdere di vista l'obiettivo dell'integrazione sociale del singolo atleta. In campo internazionale, la principale manifestazione è rappresentata dalle Paralimpiadi.

1.3 Alcune considerazioni a fronte dell'exkursus storico

A fronte di quanto descritto e riportato nel paragrafo precedente si offrono a seguire alcune considerazioni. In linea generale, attraverso l'osservazione della filogenesi dello sport, si può considerare come si parte da una identificazione tra sport ed "educazione fisica", che però viene a mano a mano a indebolirsi in considerazione delle differenti valenze che sin da subito l'educazione fisica viene ad assumere (come detto sopra, a partire dai Greci). Al contempo serve considerare che educazione fisica, da parte sua, è uno strumento di carattere sostanzialmente pedagogico; lo sport possiede, oltre a questo, caratteristiche specifiche di agonismo e di volontarismo; e, quando il desiderio della vittoria diventa il solo obiettivo della pratica sportiva, quando l'atleta riceve un compenso per questa pratica e ne fa l'attività prevalente, se non esclusiva, della propria esistenza, quando al servizio del singolo o della squadra viene allestita una complessa organizzazione economica, amministrativa e scientifico-sanitaria, allora si entra nella sfera del professionismo, e lo sport assume caratteristiche completamente diverse. Dalla sfera ricreativa si passa a quella dello spettacolo che, sia pure in forme particolarissime e mai completamente staccate dal fervore agonistico, obbedisce a regole autonome ed è condizionato dalle esigenze tipiche di ogni processo economico. Intorno al fenomeno professionistico si crea un particolare ambiente nel quale allo spettatore occasionale o al semplice appassionato si sovrappone frequentemente il sostenitore, il fanatico, il 'tifoso' (secondo il fortunato neologismo che si afferma in Italia al principio degli anni 1930). A questo punto allora, si pone un primo interrogativo con l'obiettivo di avere elementi per considerare in modo più preciso la valenza in termini di psiche che lo sport può avere: come consideriamo lo sport quando sia del tutto disinteressato, quando non miri al superamento di primati o al successo in competizioni regolarmente organizzate, quando non implichi la mobilitazione di risorse tecniche o sanitarie, ma venga affrontato soltanto per divertimento personale?

Teniamo a parte questo interrogativo e concentriamoci adesso rispetto ad un ulteriore affondo, ossia, quello sulla normativa che riguarda lo sport.

1.4 Sport e normativa

A prosecuzione di quanto già offerto in termini di definizione ed excursus storico rispetto allo sport, e con un medesimo intento, si considera in questo paragrafo una serie di testi che sono orientati a definire e a regolamentare lo sport e che risultano rilevanti ai fini di mettere in luce, in modo più preciso, quali possono essere le modalità che lo sport può promuovere e che quindi si pongono all'attenzione della riflessione sul ruolo dello sport non come mero esercizio fisico ma come attività di sviluppo e generazione della Comunità umana. Con la

locuzione diritto sportivo si indicano, nella prassi e nella scienza giuridica, tre diversi aspetti di un medesimo fenomeno. In senso proprio, indica il complesso delle norme, delle regole e delle prescrizioni che promanano dalle fonti tipiche delle istituzioni sportive nazionali e internazionali. In una seconda accezione, più ampia ma strettamente collegata alla precedente, l'espressione è riferita non al solo aspetto della normazione, ma anche a quello degli istituti, degli atti, dei soggetti e delle organizzazioni attinenti alla fenomenologia giuridica del mondo sportivo. In senso stretto, infine, essa individua quella parte della legislazione e della normativa statale che disciplina la materia sportiva all'interno dei singoli paesi.

La formazione del diritto sportivo, inteso sia come normazione tipica delle istituzioni sportive, sia come complesso di svariati elementi costitutivi, ha origini piuttosto recenti: risale infatti alla seconda metà del 19° sec., allorché furono create le prime associazioni sportive, poi riunite in federazioni sia a livello nazionale sia a livello internazionale. Importanza preminente ebbe inoltre il ripristino delle Olimpiadi. Ancora più recente è la comparsa del diritto sportivo inteso quale particolare settore della legislazione statale, in quanto l'interesse dei poteri pubblici verso lo sport si è rivelato piuttosto tardi, e cioè soltanto quando lo sport stesso ha finito per assumere una dimensione socialmente ragguardevole.

La pratica sportiva per i suoi contenuti sociali, educativi, formativi è un diritto di tutti i cittadini e un interesse della collettività a cui lo Stato deve rispondere con competenza e puntualità. La Carta Europea dello Sport per Tutti, adottata dal Consiglio d'Europa nel 1974, afferma (articolo 1) che chiunque ha il diritto di praticare lo sport e (articolo 2) che lo sport, in quanto fattore importante dello sviluppo umano, deve essere incoraggiato e sostenuto in maniera appropriata con finanziamenti pubblici.

Si riporta poi di seguito una serie di altri riferimenti normativi utili ai nostri fini.

1.4.1 La Carta Europea dello Sport (Rodi, 1992)

Art. 2 comma I - Definizione di sport: "qualsiasi forma di attività fisica che, attraverso una partecipazione organizzata o non, abbia per obiettivo l'espressione o il miglioramento della condizione fisica e psichica, lo sviluppo delle relazioni sociali o l'ottenimento di risultati in competizioni di tutti i livelli".

Con la modifica del trattato sull'Unione Europea firmato a Maastricht il 7.2.1992 allo sport si intende attribuire una preminente funzione sociale considerandolo, al pari dell'istruzione e della formazione professionale, un momento ed elemento fondamentale per l'equilibrata crescita psico-fisica di ciascun individuo.

Nel 2004 l'istituzione dell'Anno Europeo dell'Educazione tramite lo Sport, secondo lo slogan "Move your body, stretch your mind", sancisce, di fatto, il ruolo di centralità della pratica sportiva nel processo educativo e formativo del bambino, come adulto - cittadino del domani.

Nel 2007 la Pubblicazione del Libro Bianco sullo Sport dell'Unione Europea rappresenta il primo caso in cui l'Organismo Europeo, tramite il lavoro di una Commissione competente, si occupa in modo così articolato delle questioni legate allo sport. Il testo del Libro si concentra sul ruolo sociale dello sport.

1.4.2 Il Trattato di Lisbona

L'articolo 165 del TRATTATO DI LISBONA, sul Funzionamento dell'Unione europea, ha conferito all'UE il mandato di incentivare, sostenere e integrare le iniziative degli Stati membri in materia di politica dello sport. La Commissione intende potenziare la dimensione europea dello sport in stretta collaborazione con gli Stati membri, le organizzazioni sportive, la società civile e i cittadini.

1.4.3 Lo sport nella Costituzione italiana

A differenza di altre costituzioni europee, la Costituzione italiana, nel suo testo originario, non si occupa esplicitamente di sport, né per prendere atto del fenomeno sportivo, né per riconoscere l'esistenza di soggetti, pubblici o privati, operanti in tale ambito della società. E' come se il Costituente, pur così attento ai diversi modi di espressione della personalità umana che riconosce e tutela, avesse trascurato lo sport. Tale silenzio è probabilmente da ricondurre alla volontà di evitare il perpetuarsi della strumentalizzazione della pratica sportiva esercitata dallo Stato in epoca fascista.

Tuttavia in forma implicita la Costituzione riconosce pienamente che la cultura e le pratiche sportive costituiscono strumento di promozione umana e sociale e, quindi, è compito della Repubblica, ai sensi dell'art. 3, 2° comma della Costituzione, favorirne la diffusione. L'art. 32, 1° comma della Cost., statuisce poi che la Repubblica tutela la salute come fondamentale diritto dell'individuo e interesse della collettività ed essa trova la sua espressione in campo sportivo, in primo luogo, nel diritto all'integrità fisica collegato alla scelta di vita che il soggetto ha effettuato. Sembra, quindi, possibile affermare che ciascuna di queste disposizioni costituzionali citate sia applicabile allo sport, inteso come pratica da svolgersi sia come singolo, sia insieme ad altri soggetti. Lo sport come fenomeno e lo sport come organizzazione, rientrano compiutamente nelle generali previsioni degli artt. 2 e 18 della

Cost. Il fenomeno sportivo trova considerazione in tali articoli della Costituzione sotto un duplice profilo, come “pratica sportiva”, e quindi come esplicazione di un diritto inviolabile dell’uomo, sia a livello individuale che in formazioni caratterizzate da una pluralità di soggetti, come “associazionismo sportivo”, inteso come libera e volontaria associazione di più individui che intendono svolgere, in forma associata, organizzata e tendenzialmente stabile, attività sportiva. Lo sport non rientrava tra le materie autonome, cioè tra quelle caratterizzate da una disciplina ad hoc.

Con la revisione costituzionale, operata dalla legge cost. del 18 ottobre 2001, n. 3, è stata introdotta una vera e propria disciplina dello sport. Il fenomeno sportivo ha trovato espressa menzione, attraverso l’inserimento della materia dell’ordinamento sportivo nell’elenco delle materie a legislazione a competenza concorrente. La nuova formulazione prevede che “la potestà legislativa è esercitata dallo Stato e dalle Regioni nel rispetto della Cost., nonché dei vincoli derivanti dall’ordinamento comunitario e dagli obblighi internazionali”. Ciò comporta che, nell’indicazione delle materie nelle quali lo Stato ha legislazione esclusiva, il 2° comma dell’art. 117 della Cost., alla lett. g), contempla anche l’ordinamento e l’organizzazione amministrativa dello Stato e degli enti pubblici nazionali, ribadendo, in tal modo, la competenza esclusiva dello Stato a legiferare sull’ordinamento e l’organizzazione del CONI, quale ente pubblico nazionale al vertice dello sport italiano. Il 3° comma dell’art. 117 della Costituzione elenca, invece, le materie di legislazione concorrente, per le quali spetta alle Regioni la potestà legislativa, salvo che per la determinazione dei principi fondamentali, riservata alla legislazione dello Stato, tra le quali comprende anche l’ordinamento sportivo e la tutela della salute. La Costituzione ora prevede l’esistenza di una materia, definita “ordinamento sportivo”, attribuendone la relativa disciplina, sia legislativa che regolamentare, a soggetti quali lo Stato e Regioni, riservando al primo il compito di definire i principi fondamentali della materia, alle seconde la concreta definizione della disciplina della materia medesima. La potestà legislativa concorrente delle Regioni deve essere esercitata tenendo presente, da una parte, i vincoli derivanti dall’ordinamento comunitario e dagli obblighi internazionali e, dall’altro, i principi fondamentali contenuti nelle leggi statali.

1.5 Quali discipline si sono occupate dello sport?

In questo paragrafo ci si occuperà di esplicitare quali sono le discipline che offrono un contributo rispetto allo sport. Ora, seguendo la linea argomentativa impostata dall’inizio del capitolo si considereranno le discipline che possono offrire un contributo rispetto alla parte

che riguarda lo sport in termini di esercizio fisico e coinvolgimento del corpo (quindi la medicina dello sport), e quelle che invece possono prendere in considerazione tutto ciò che non ha a che fare con il corpo ma che attiene a ciò che chiamiamo psiche (quindi la psicologia dello sport).

1.5.1 Il contributo della Medicina dello sport²

Quando si parla di medicina dello sport si fa riferimento alla branca della scienza medica che ha lo scopo di studiare i fenomeni d'interesse medico collegati con le attività sportive. Infatti, la pratica costante di uno sport è in grado di determinare modificazioni funzionali e morfologiche a carico di vari organi e apparati, volte soprattutto a rispondere alle maggiori esigenze metaboliche da parte dell'organismo sotto sforzo. Di fatto, oltre a un notevole impatto a livello muscolare e osteo-articolare che varia di sede, intensità e tipologia a seconda della disciplina, gli apparati che maggiormente vengono sollecitati sono quello respiratorio e soprattutto quello cardiovascolare. L'attività sportiva influenza la respirazione in misura diversa a seconda delle varie discipline. Si assiste infatti a un notevole incremento delle richieste ventilatorie e di consumo di O₂ nell'atletica di fondo e mezzo fondo, oppure a un arresto temporaneo del respiro nelle attività sportive dove lo sforzo richiesto è potente e di breve durata o nelle attività subacquee. In generale si ha un miglioramento degli scambi gassosi per aumento degli alveoli attivi e una riduzione del lavoro respiratorio per aumento del calibro delle vie respiratorie. A livello del cuore, pur verificandosi differenze a seconda del tipo di attività, si assiste a un ingrandimento dell'organo (per dilatazione e ipertrofia o solo per quest'ultima causa) e a una riduzione della frequenza cardiaca a riposo, contemporaneamente a un aumento di calibro del circolo coronarico.

La medicina dello sport, quindi, va nella direzione di farsi carico di quanto appena esplicitato. Orientata inizialmente alle occorrenze d'ordine traumatologico e chirurgico degli sport più diffusi (calcio, sci, rugby ecc.), ha poi esteso i propri interessi allo studio dei problemi fisiologici e biochimici dell'allenamento, dello sforzo e della fatica; alla selezione psicofisica degli atleti; ai fabbisogni alimentari connessi all'attività sportiva; alle indagini sulle modificazioni funzionali (cardiocircolatorie, respiratorie, ormonali ecc.) indotte dal

² L. Ricciardi, M. Vescovi, M.I. Sturla, *Medicina dello sport*, Nems, 2021; P. Buono, *Attività fisica per la salute*, Idelson Gnocchi, 2020; A. Guarnera, *Manuale di medicina dello sport*, Aims, 2019; P. Buono, A. Daniele, A. Paoli, A. Parisi, D. Tafuri, *Sport & nutrizione*, Idelson Gnocchi, New-Student Edizione, 2018; R. Altopiedi, *Il doping nello sport. Discorsi e pratiche delle organizzazioni sportive*, Torino, Libreria Stampatori, 2008.

maggiore o minore impegno fisico richiesto dalle diverse specialità sportive; alla valutazione dell'idoneità fisica per la pratica di attività sportiva; alla ricerca dei metodi diagnostici rivolti a svelare il fraudolento ricorso al doping ecc.

Grande importanza nell'ambito della medicina dello sport hanno ormai acquisito anche la scienza della nutrizione e lo studio del metabolismo applicato all'esercizio fisico; vengono infatti allestiti regimi personalizzati che tengono conto delle esigenze nutrizionali nei vari momenti del programma di preparazione e allenamento. Sulla base di studi di fisiologia e biomeccanica, si possono classificare le attività sportive in: a) attività a impegno prevalentemente anaerobico (per es., 200 e 400 m piani); b) attività a impegno aerobico-anaerobico (per es., 800 m nell'atletica leggera, 500 m e 1000 m nella canoa kayak); c) attività di tipo prevalentemente aerobico (per es., marcia, maratona, sci di fondo); d) attività a impegno aerobico-anaerobico alternato (per es., lotta, judo, pugilato, tennis, s. di squadra); e) attività di potenza (per es., 100 m piani, lancio del peso, sollevamento pesi, salto in alto); f) attività di destrezza (per es., ginnastica artistica, equitazione, pilotaggio, tiro a segno).

1.5.2 Quale contributo da parte della psicologia dello sport?³

Non va tuttavia dimenticato, e questo ci viene confermato dall'exkursus storico, così come anche dalla definizione di sport e dalla normativa sopra riportata, che sport è anche un'espressione delle attività, del comportamento e delle funzioni cognitive umane. Un esempio: per la preparazione per una gara, così come durante una competizione, risultano necessarie delle modalità come, ad esempio, l'essere motivati e persistere, resistendo a frustrazioni e insuccessi. Oppure: durante una gara risulta altresì utile rimanere calmi e gestire le emozioni, così come anche mantenere la concentrazione.

La psicologia dello sport si occupa di questi aspetti che risultano altrettanto rilevanti quanto il corpo. Si tratta di una disciplina giovane, diffusa negli ultimi 30 anni.

Il primo esperimento scientifico in seno a questa disciplina è lo studio di Norman Triplett (1898), in cui si studiavano gli effetti della presenza di altri concorrenti sulla prestazione ciclistica. Nel 1965 a Roma Ferruccio Antonelli fonda l'International Society of Sport Psychology. A partire da quegli anni il numero di esperti che si sono dedicati alla psicologia

³ A. Cei, *Fondamenti di psicologia dello sport*, Bologna, Ed. Il Mulino, 2021; L. Mandolesi, *Manuale di psicologia generale dello sport*, Bologna, Ed. Il Mulino, 2017; A. Farnese, *Mente in movimento. 99 giochi per l'educazione fisica, l'apprendimento e l'interdisciplinarietà*, Perugia, Calzetti Mariucci, 2016; A. Pintonello, F. Vitali, *Psicologia dello sport. Formazione, ricerca, consulenza*, Libreria Universitaria.it, 2015; S. Tavella, *Perché Icaro voli. Psicologia dello sport*, Libreria Universitaria.it, 2012; F. Nascimbene, *Prospettive in psicologia dello sport*, Milano, Educatt Università Cattolica, 2002

dello sport è andato sempre aumentando, attualmente la maggior parte si trova in Nord America e in Europa.

La psicologia dello sport, quindi, studia gli aspetti psicologici, sociali, pedagogici e psicofisiologici dell'uomo e del suo essere atleta, è una psicologia dell'azione che si pone come obiettivo la comprensione a 360° dell'uomo e del suo essere atleta.

La psicologia dello sport si pone come punto di incontro tra ricerca scientifica ed applicazione nel settore ed il suo bacino di utenza è costituito principalmente da allenatori, dirigenti, atleti, arbitri, medici dello sport, tecnici, psicologi e da tutti coloro che operano ad ogni livello nel campo dello sport. Essa ha la possibilità di apportare validi contributi sia nello sport di alto livello che nelle fasi di apprendimento di un'attività. Essa in un primo momento studia una serie di atteggiamenti e comportamenti propri dell'ambito sportivo ed il loro conseguente impatto sulla qualità della prestazione. Successivamente, applicando delle strategie di intervento volte al perfezionamento del gesto atletico, si potrà raggiungere una migliore performance. Segni di questo riconoscimento, sono le numerose normative e comunicazioni in materia di sport e, aspetto non trascurabile, la designazione da parte della Commissione Europea, del 2004 come Anno europeo dell'educazione attraverso lo sport, a sottolineare proprio lo stretto legame tra l'attività sportiva, la crescita e lo sviluppo personale. Tra gli obiettivi primari di tale azione comunitaria c'è proprio quello di trarre vantaggio dai valori trasmessi attraverso lo sport per lo sviluppo di conoscenze e competenze che consentono, soprattutto ai giovani, di sviluppare, insieme alle proprie capacità fisiche, la volontà di compiere sforzi a livello personale ed importanti capacità sociali, quali il lavoro di gruppo, la solidarietà, la tolleranza. Lo sport, dunque, come strumento di educazione, formazione e sviluppo psico-motorio e sociale.

A questo proposito, la figura professionale dello psicologo dello sport nasce per rispondere alla crescente esigenza di chi opera nel mondo dello sport, di competenze sociali, psicologiche e relazionali, che possano tradursi in:

- Comunicazione efficace
- Gestione del ruolo professionale
- Obiettivi di prestazione e di risultato
- Leadership/gestione delle dinamiche di gruppo

In Italia il mondo istituzionale delle attività sportive comprende federazioni sportive nazionali, discipline sportive associate ed enti di promozione sportiva (13 enti che coinvolgono circa 14ml di associati che organizzano periodicamente manifestazioni sportive su tutto il territorio nazionale).

Questa tipologia di attori e realtà coinvolte diffonde il ruolo dello sport su scala nazionale con impegno pluridisciplinare intendendolo come “bene” che interessa e tocca questioni che hanno che a fare con Salute, Qualità della vita, Educazione e Socialità.

1.6 Quali questioni?

A questo punto, si proverà a condensare quanto argomentato finora in termini di interrogativi che si aprono quando si vuole inquadrare in termini scientifici la valenza che lo sport può avere per lo sviluppo della Comunità umana e in tutte le declinazioni di tale sviluppo. È di patrimonio pubblico, ad esempio, che lo sport sia alleato della salute e diventi uno stile di vita strutturato anche nell'età adulta. È altrettanto diffusa la questione per cui l'attività fisica, attraverso un sano sport, sia un potente mezzo per prevenire e talvolta addirittura curare molte malattie. Poi, che lo sport possa avere una funzione educativa importante per i ragazzi, abituandoli a rispettare regole e comportamenti precisi. E ancora, che lo sport, con le sue regole, possa rappresentare una grande opportunità formativa per i giovani, li può aiutare a costruire una cultura della convivenza, del rispetto degli altri e dell'inclusione e coesione sociale. Ma quali sono i riscontri che si hanno in letteratura? Ossia, si esplicitano di seguito una serie di interrogativi da considerare per la disamina che si presenterà nel prossimo capitolo:

1. il cosiddetto benessere psicologico e quello fisico sono due elementi interdipendenti? In questa prospettiva lo sport si inserisce nella sfera socio-psico-pedagogica in quanto corpo e psiche - rispetto allo sport - possono essere considerati due fattori utili allo sviluppo e alla crescita su entrambi i piani (corpo e psiche);
2. se il contributo della medicina dello sport risulta chiaro e preciso in quanto ancorato al corpo, risulta più debole e frammentato il contributo che la psicologia può dare in questo ambito. La psicologia applicata allo sport, quindi, potrebbe essere legittimamente considerata come una disciplina scientifica che studia l'individuo in un contesto, in una situazione di vissuti: tempo, spazio, corpo, linguaggio, storia, famiglia, cultura cambiamenti, nell'interazione-relazione della persona nel suo contesto fisico evolutivo e sociale. E ancora, Psicologia e Sport, insieme, ampliano la loro prospettiva in relazione ad altri elementi significativi e complessi del comportamento dello sportivo, ponendo l'attenzione sui cambiamenti, nell'interazione-relazione della persona nel suo contesto fisico evolutivo e sociale. Lo sport, come momento educativo e formativo, difficilmente è associato, nell'immaginario collettivo, al ruolo psicologico che lo sport, invece, potrebbe rivestire nei termini di occasione di sviluppo per la Comunità umana.

3. ai due punti sopra si aggiunge la sfera dei valori che lo sport può veicolare al di fuori della dimensione dell'agonismo e del professionismo. Quindi, anche in questo in termini di discorso pubblico e a disposizione di tutti, si parla dello sport come promotore di valori quali: il rispetto di sé stessi si esprime nell'impegno e nella cura del proprio lavoro, nell'autodisciplina, nel coraggio nell'affrontare le difficoltà, nella capacità di misurare il rischio; e inoltre che il rispetto degli altri si manifesta nell'attenzione ai compagni e agli avversari, nel controllo delle proprie azioni in modo da non mettere a rischio la sicurezza degli altri, nella disponibilità al dialogo e ad accettare le regole del gruppo, nel rispetto delle diversità (sociale, morfologica e di svantaggio). E poi anche che il rispetto delle regole nasce quando si capisce che la regola è necessaria: se ognuno giocasse secondo le proprie regole, ne nascerebbe una grande confusione. Giocare correttamente non è facile quando gli altri non lo fanno, tuttavia, il proprio comportamento può essere di esempio e indurre anche compagni e avversari ad attenersi alle regole. In ogni caso si è responsabili solo del proprio modo di agire, non di quello degli altri. Il rapporto di confidenza e familiarità, che è alla base dell'amicizia, è fondato sui valori della stima, della lealtà, della fratellanza, della condivisione e della solidarietà, gli stessi che permeano il concetto di fair play.

Ora, alla luce di questi punti si è condotta la disamina della letteratura che verrà presentata nel capitolo successivo.

CAPITOLO 2 – Riflessioni sullo sport: uno sguardo alla recente letteratura scientifica

2.1 Lo sport oggi: aspetti emergenti tra potenzialità e criticità

Ma lo sport può davvero essere considerato come uno strumento che permette ai giovani di crescere in modo sano ed equilibrato? Questo vale per tutti e in tutte le situazioni ed ambienti? Tutto questo avviene in modo spontaneo o necessita di percorsi guidati da operatori competenti? Quali sono gli eventuali rischi di cui tenere conto? Quali le potenzialità ancora non valorizzate?

A queste e molte altre domande nel corso degli anni hanno cercato di dare risposta moltissime ricerche, non soltanto su base socio-psicologica ma anche ricerche sperimentali ad indirizzo medico.

Le potenzialità dello sport lo rendono uno strumento non solo ambito, ma anche strumentalizzato a finalità che vanno oltre valori etici e formativi e più legate ai contesti socio-economici.

Lo sport necessita di una giusta direzione: “una rotta che gli permetta di salvaguardarne pienamente i valori, di costruire una cultura dell’incontro, della prossimità, della solidarietà e dell’inclusione, espressioni di un autentico processo educativo”.⁴ Lo sport perché possa costituire un’opportunità, va quindi inquadrato con intenzionalità educativa all’interno di una serie di linee guida da tenere a riferimento per la progettazione e lo sviluppo di idonei e specifici interventi. Le sfide più attuali inoltre richiedono che lo sport sfruttando le sue valenze educative, sia nei contesti scolastici che extrascolastici, possa contribuire a dare risposte al bisogno di inclusione e appartenenza di una società liquida e spesso destrutturata, andando così oltre la promozione dello sviluppo della persona verso la sua valorizzazione in comunione con le altre persone, “in una direzione unitaria ed integrata, del prendersi cura di sé e dell’altro, dove le differenze sono una ricchezza e si ricompongono nell’ottica del bene comune.”⁵ Recuperare la valenza educativa delle esperienze espressivo-motorie nei diversi contesti, compresi quelli di dipendenza (e qui intendiamo in termini ampi, ossia, non solo abuso di sostanze ma anche le nuove dipendenze come il gioco, internet, etc.), significa anche poter disporre di uno strumento con molteplici e trasversali funzioni: inclusiva, educativa, ri-educativa, riabilitativa e terapeutica. Orientare le attività motorie e sportive,

⁴ Pasquale Moliterni e Angela Magnanini, *Lo sport educativo per una società inclusiva*, Milano, Franco Angeli, 2018, p. 7

⁵ *Ibidem*, p.13

verso funzioni non solo meramente performative e salutistiche, rimettendo al centro il valore dell'educazione (e delle scienze pedagogiche), in un disegno globale progettato con il coinvolgimento attivo di più figure, nel rispetto delle competenze e del prezioso apporto di ciascuna di esse, significa far leva su positive interazioni ed integrazioni, alleanze e condivisioni, proprie di una Comunità educativa ed auto-educante, che nell'educare continua ad educarsi e ad umanizzarsi. Lo sport stesso è formativo e educativo solo se umanistico ed inclusivo perché soltanto senza esclusioni potrà essere un "bene" comune ed un'occasione di crescita per ogni essere umano. Parlare di sport inclusivo significa "portare dentro" non le persone (integrare è più di includere) ma lo sviluppo di processi di riconoscimento del valore dell'altro rispetto al sé e di interazioni in grado di integrare o di divenire feconde nella reciprocità, ossia nella capacità di accogliere e considerare i diversi punti di vista, al fine di meglio conoscere e comprendere il mondo. Favorire l'incontro tra persone con differenti bisogni e possibilità significa essere in grado di valorizzare ciascuno a prescindere dalle condizioni fisiche, psichiche e socioculturali, realizzando esperienze e modalità cooperative in cui ognuno potrà trovare il proprio spazio espressivo, riconoscersi, scoprire i propri talenti, e in definitiva, assaporare la gioia di vivere sentendosi parte di una Comunità di senso attenta all'essere/divenire delle persone in relazione; una Comunità capace di rielaborare quegli istinti che per loro natura sono tesi ad affermare l'individualità e gli insani egoismi, ed incanalarli verso il benessere di tutti. Il problema di ogni esperienza umana lo possiamo riconoscere proprio nel bilanciamento tra l'affermazione di sé e lo sviluppo dell'altro, ovvero il problema di fondo non è saper intessere relazioni, ma che possano essere educative e capaci di rimettere al centro dell'esperienza umana il valore di ogni persona e non più il successo personale di superficie e a scopo lucrativo di pochi. Dare rilevanza alla funzione catartica del gioco sportivo e della vita di gruppo in contesti esperienziali significativi vuol dire riuscire a superare quella comune e diffusa ambiguità tra la spinta alla sana competizione e la riduzione della pratica sportiva in una svilente competitività. Quest'ultima, infatti, sviluppando atteggiamenti di rivalità e di prevaricazione, di interdipendenza negativa, comportamenti amorali e sentimenti di invidia, relega le persone nel solipsismo e nella solitudine dando luogo a forme di esclusione e di auto-esclusione. Lo sport quando è selettivo, competitivo e d'élite, esclude tutti coloro che non riescono ad essere campioni (privilegio di pochi), producendo malessere nelle persone e ampliando le distanze e allontanamento dalle pratiche sportive sino al ricorso alle sostanze dopanti o fughe in altre forme di dipendenze. Al contrario la competizione (dal latino "*cum-peto*": correre/chiedere/dirigersi con) mira a far dare il meglio di sé e a migliorarsi grazie

all'incontro e al sostegno dell'altro, nel riconoscimento dell'interdipendenza positiva e sulle opportunità offerte dall'alterità. Le esperienze di gruppo collaborative, cooperative e corresponsabili mettono in atto processi di interazione, integrazione e reciprocità capaci di sviluppare una consapevolezza eticamente agita, in contesti densi di significato attraverso il vissuto di esperienze coinvolgenti, piacevoli e gratificanti. Negli ultimi anni stiamo assistendo inoltre all'emergere di nuovi bisogni educativi nei territori e nelle Comunità in virtù delle ondate migratorie e delle nuove povertà umane ed economiche, subentrate anche a seguito di improvvise calamità emergenziali (ad esempio la crisi economica conseguente al Covid, o la crisi energetica scaturita a seguito della guerra mossa dalla Russia contro l'Ucraina). Si avverte quindi sempre più l'esigenza di incoraggiare le partnership tra i mondi dell'istruzione, dell'educazione e dello sport, al fine di promuovere i valori educativi e sociali dell'attività sportiva. Con l'obiettivo di rimuovere gli ostacoli alla partecipazione e di poter abbattere le barriere poste dall'esaltazione degli sport competitivi, dello sport inteso come lavoro e agonismo, basato sulle performance individuali, si sta assistendo alla creazione di alleanze e allo sviluppo di sinergie tra differenti soggetti istituzionali, pubblici, privati, sia laici che religiosi, alla nascita di nuove forme di sport integrato (adattamenti di sport per le persone portatrici di disabilità) sino al recupero di giochi sportivi di epoche differenti e appartenenti alle varie culture.⁶

Secondo il parere del prof. Maurizio Coletti - esperto che si occupa da diversi anni di prevenzione alle dipendenze -⁷ nella sua pubblicazione a cura del Ciscod,⁸ il dovere delle organizzazioni dello sport e di tutta la società è abbandonare la considerazione semplicistica del valore assoluto ed universale dello sport come “definitiva protezione globale”, e andare nella direzione di ridimensionare le aspettative legate alla visione di un contesto “magico” che esalta i grandi campioni, i grandi eventi sportivi, le squadre e i loro simboli. Egli sottolinea la necessità di ridurre la portata degli aspetti esasperati, di non trascurare le

⁶ *Ibidem*, p. 18 – 22.

⁷ M. Coletti, C. Cannizzaro, *Prevenire attraverso lo sport: disagio giovanile e uso di sostanze, Manualetto per insegnanti e allenatori sportivi*, Roma, Comitato Italiano Sport contro Droga & Antigone Edizioni Sas, 2013

⁸ *Comitato Italiano Sport Contro Droga (CISCOd)* costituito nel 1995 in attuazione delle innovative risoluzioni delle Nazioni Unite che auspicavano la formazione di Comitati a livello nazionale operanti in collaborazione con i Comitati Olimpici dei vari paesi nel promuovere l'importanza della prevenzione attraverso lo sport nell'affrontare il problema della diffusione delle droghe (l'accordo tra il mondo dello sport e le Nazioni Unite per una nuova strategia nella lotta alla droga viene sancito in occasione della Conferenza Internazionale “Sport contro Droga” tenutasi a Roma nel febbraio 1995 presso la sede del CONI). A partire dalla sua costituzione, il Ciscod ha promosso e continua a promuovere attivamente con la collaborazione di moltissime esperti del settore sportivo e non, diverse iniziative ed eventi volti a sensibilizzare educare ed informare sui temi della prevenzione contro la droga. I progetti si rivolgono anche all'impegno nel combattere la minaccia del doping, ossia nel riconoscimento che la funzione preventiva dello sport è possibile solo se esso viene praticato nel rispetto delle regole e dei valori.

caratteristiche sportive che celano condotte a rischio, a favore di un intenzionale accompagnamento dei giovani nell'attività sportiva, che sappia supportarne le doti personali, cercando al tempo stesso di potenziare gli aspetti positivi e educativi dello sport. Non esistono inoltre sport più adatti di altri a “funzionare” in maniera preventiva rispetto al disagio adolescenziale e agli abusi di sostanze, perché ogni attività sportiva, in qualsiasi forma (anche se sarebbero da preferire le forme organizzate agli sport praticati individualmente) possono essere una buona piattaforma su cui costruire, promuovere e sviluppare comportamenti consapevoli.

A questo punto è doveroso, come anticipato in premessa alla presente tesi e al termine del primo capitolo, proseguire questo viaggio nella letteratura andando a mettere in luce soprattutto ciò che emerge da alcuni trattati scientifici più recenti, fonte di preziosi apporti, in quanto contributi che hanno cercato e cercano in maniera unanime di comprendere quali sono gli aspetti positivi e o al contrario quelli negativi, di uno strumento prezioso quale può essere lo sport nei percorsi di crescita e sviluppo dei giovani e poi, a seguire, nel corso di tutta la vita di ciascun individuo. Una risorsa, tuttavia, che necessita di continue riflessioni sulle sue possibili configurazioni e sulle modalità più appropriate di gestirne gli aspetti critici, ma soprattutto e al contempo di valorizzarne le potenzialità.

2.2 Muovendoci tra aspetti positivi e negativi dei risultati emersi in letteratura

Qui di seguito, si andrà a presentare una disamina effettuata su una serie di articoli di recente pubblicazione, tratti da diverse riviste scientifiche, che non vuol essere esaustiva, ma semplicemente uno sguardo su come la ricerca si stia muovendo rispetto al passato e quali prospettive stia offrendo rispetto alle attuali esigenze. Nell' esporre ciascun articolo si cercherà di offrire per ciascuno una riflessione che possa costituire la base su cui delineare/immaginare altre prospettive e nuove progettualità che nel terzo ed ultimo capitolo approfondiremo.

Per la ricerca degli articoli si sono considerati:

1. i seguenti database:

www.scopus.com

www.webofscience.com

www.scholar.google.it

www.ciscod.it

www.wada-ama.org

2: le seguenti parole chiave: sport e well-being/sport e promozione salute-benessere/sport e sviluppo giovanile/sport e prevenzione disagio/addiction/doping – sport e agonismo/amatoriale/sport e inclusione sociale;

3. si è considerato il periodo 2021 - 2022 in modo da essere stringenti rispetto alla ricerca e osservare quei contributi più recenti (sono stati analizzati anche articoli di periodi antecedenti, questo per verificare l'evoluzione seguita dai temi trattati, eventuali sviluppi di quesiti rimasti aperti, quali fossero le trattazioni di maggiore interesse in quanto ricorrenti. Infine tra gli articoli oggetto di disamina si è inserita anche una pubblicazione del 2019 curata dal Ciscod in collaborazione con il CONI in quanto si trattava di un progetto realizzato non solo per indagare le conoscenze sul tema delle sostanze tra i giovani, ma anche per promuoverne l'alfabetizzazione a riguardo all'interno delle scuole).

Nell'esporre ciascun articolo si cercherà di offrire per ciascuno una riflessione che possa costituire la base su cui delineare/immaginare altre prospettive e nuove progettualità che nel terzo ed ultimo capitolo approfondiremo.

L'articolo di G. Greco et al. (2022) ci ha offerto i risultati di una ricerca intervento volta al miglioramento del benessere di giovani presi a campioni nella provincia di Taranto (Italia). Attraverso lo studio degli effetti dello sport e del suo ruolo nella prevenzione della devianza giovanile, si è riscontrato innanzitutto come esso sia ampiamente riconosciuto come mezzo per diffondere e trasmettere valori positivi quali la solidarietà, la lealtà, il rispetto delle persone e delle regole, oltre a permettere di creare un ambiente adatto a promuovere l'agio e il benessere dei giovani stessi coinvolti nella pratica sportiva. I risultati hanno dato evidenza anche della fondamentale presenza e coinvolgimento di figure esperte e adeguatamente formate, quali i laureati in ambito sportivo. La ricerca ha mostrato un cambiamento significativo nell'organizzazione e nella funzione della famiglia e delle associazioni sportive per poter rispondere ai nuovi e sempre mutevoli bisogni educativi. In definitiva, come da tempo e da più fronti sollecitato, si richiama l'importanza del coinvolgimento di tutti gli attori, ciascuno con il proprio ruolo (famiglie, allenatori, istituzioni, associazioni sportive) impegnati nella condivisa co-responsabilità nella prevenzione del disagio giovanile. Si esplicita come strategico, il valore pedagogico di figure adeguatamente formate, nel poter influenzare positivamente le condizioni di crescita, evoluzione e sviluppo armonico, nell'ottica di poter contrastare e prevenire comportamenti a rischio da parte dei giovani. Quest'ultimo punto solleva, tuttavia, ai fini della nostra tesi, un'ulteriore questione su cui riflettere, ossia: che cosa dobbiamo intendere per figura adeguatamente formata? Il possesso di un titolo di laurea, come sottolinea la ricerca, può

fornire gli strumenti per poter accompagnare un giovane nel suo cammino evolutivo e metterlo in grado di fronteggiare situazioni sempre nuove e mutevoli? Oggi, il crescente aumento delle nuove forme di disagio giovanile (dipendenza da tv, video-giochi, internet, smartphone, social network), sembra andare di pari passo con il crescente numero di figure in possesso di un titolo di laurea e questo, dunque, pur essendo un valore aggiunto, non sembra essere un elemento sufficiente per offrire delle garanzie che consentano di disporre di figure in grado di essere/divenire “elementi” fondanti di una Comunità educativa ed auto-educante. Accanto a questa considerazione, dobbiamo tenere presente inoltre, che rispetto alle nuove dipendenze, pur nel loro riconoscimento, non si dispongono ancora di effettive misure sperimentate per affrontarle e non dobbiamo dimenticare, altresì, che esse potrebbero costituire l’anticamera di altre e ben più gravi forme di dipendenza e di disagio in età adulta (gioco d’azzardo patologico, shopping compulsivo, dipendenza dal lavoro, dipendenza dall’esercizio fisico, dipendenza dal sesso, dipendenza da relazioni affettive, etc...). Ecco, dunque, il giusto ruolo educativo e pedagogico che, a pieno titolo, può assumere lo sport, come naturale mezzo di accompagnamento nel percorso di crescita di ogni giovane, come leva su cui poter anticipare anziché prevenire comportamenti a rischio.

Un’altra pubblicazione di quest’anno, lo studio di Chi G. e Wang L., mirava ad indagare l’associazione tra la partecipazione allo sport e la depressione e l’ansia con l’obiettivo di dimostrare che la pratica di attività fisica era effettivamente correlata ad una minore presenza di questi disturbi. I risultati andando a confermare gli aspetti positivi legati alla partecipazione sportiva, spingono nella direzione di incoraggiare la progettazione ed implementazione di interventi per la pratica sportiva nei contesti di sviluppo dei giovani per la promozione della salute mentale.

Agli stessi risultati, poc’anzi illustrati, erano giunte anche altre numerose e precedenti ricerche le quali avevano dimostrato gli importanti benefici per la salute psicologica e sociale derivanti dalla partecipazione allo sport da parte di bambini e adolescenti, tra cui il miglioramento dell’autostima, dello stile di vita e dell’interazione sociale seguita da un minor numero di sintomi depressivi.⁹ Lo sport, pertanto, non può e non deve essere associato soltanto, o prioritariamente pensato, in relazione alla salute fisica, allo sviluppo corporeo

⁹ R.M. Eime, J.A. Young, J.T. Harvey, et al. , *A systematic review of the psychological and social benefits of participation in sport for children and adolescents: informing development of a conceptual model of health through sport*. Int J Behav Nutr Phys Act 10, 98 (2013). <https://doi.org/10.1186/1479-5868-10-98> (si riporta il link di una ricerca del 2013 la quale allo stesso modo ed in egual misura aveva dimostrato i benefici dello sport sulla salute fisica e psicologica di bambini e adolescenti).

armonico e cura all'obesità, alla prevenzione dei disagi adolescenziali e non, perché i benefici che la pratica sportiva apporta possono (e dovrebbero) muoversi nella direzione di riuscire a costruire nel percorso di sviluppo dei giovani una nuova dimensione del termine salute che, incorporando la duplice dimensione di corpo e psiche di cui si è occupato più o meno consapevolmente lo sport nel corso dei secoli, riesca farsi carico degli aspetti critici e valorizzare quelli positivi che si andranno a generare all'interno della Comunità.

Uno studio precedente, pubblicato nel 2019 da Masala et al., prendendo atto che l'uso delle sostanze era in crescita sia tra i giovani che praticano attività agonistica, sia negli ambienti degli sport dilettantistici, evidenziando quindi un problema sociale e di salute pubblica, si prefiggeva l'obiettivo di misurare le conoscenze, gli atteggiamenti e le opinioni sul doping e le droghe oltre ai loro effetti, tra gli studenti delle scuole secondarie, con il fine ultimo di valutare l'efficacia di un intervento di educazione sanitaria. "Enjoy the Sport – la scuola contro il doping e le dipendenze 2.0, è un programma che è stato realizzato dal Ciscod con la collaborazione del CONI per scoraggiare l'uso delle droghe, in particolare di sostanze dopanti, attraverso l'introduzione di informazioni sulle origini, sugli effetti delle droghe e fornendo a supporto degli esempi di stili di vita adeguati. La valutazione dei risultati al termine del progetto, rilevando la maggiore alfabetizzazione sanitaria degli studenti in materia di doping, ha potuto confermare anche la maggiore consapevolezza tra i giovani degli aspetti negativi legati all'uso delle droghe. Ma alla luce di questi risultati, possiamo realmente pensare di essere nella strada giusta rispetto all'obiettivo di proteggere i giovani dai possibili rischi del diffondersi delle dipendenze? Che oltre a comprendere le conseguenze dei comportamenti a rischio, siano capaci di agire facendo delle scelte sulla base delle conoscenze e non sulla base delle mode e delle tendenze? Questo studio dimostra soltanto che le scuole sono il contesto educativo adeguato per attuare degli interventi educativi di prevenzione, ma come suggeriscono le conclusioni del progetto, la precedente letteratura (numerosi sono gli studi¹⁰ che confermano il bisogno e l'utilità di diffondere l'informazione ai fini della prevenzione) e le precedenti esperienze, se il contesto rimane un terreno fertile, esso va coltivato integrando conoscenza e azione (con attività mirate) coinvolgendo tutti i

10 R. Orr, M. Grassmayr, R. Macniven, A. Grunseit, M. Halaki, A. Bauman, *Australian athletes' knowledge of the WADA Prohibited Substances List and performance enhancing substances* (Int J Drug Policy. 2018 Jun;56:40-45.doi: 10.1016/j.drugpo.2018.02.025. Epub 2018 Mar 15). Altra recente ricerca del 2018 che, coinvolgendo alcuni giovani australiani, ha evidenziato la scarsa conoscenza della gamma di sostanze e dei loro gravi effetti sulla salute, la conseguente necessità di una migliore educazione ed informazione sulle droghe tra gli atleti più giovani anche non professionisti, e pertanto la necessaria implementazione ed adozione di programmi idonei.

soggetti della Comunità: famiglie, ambienti sportivi ed ogni associazione ed istituzione presente.

Un recentissimo studio, pubblicato da F. Negro et al., partendo dalla constatazione, già emersa, dell'impatto grave che la pandemia del coronavirus (COVID-19) ha avuto sull'intera società in ogni aspetto della vita, compreso quello sportivo, andando ad aggravare le distanze sociali e ad influire negativamente sulla salute fisica delle persone costrette a misure restrittive di soggiorno forzato dentro le case, ha cercato di indagare quali influenze ha avuto il fenomeno sull'uso delle sostanze dopanti. Le ricerche precedenti avevano sempre evidenziato che l'uso dei farmaci dopanti era un fenomeno diffuso anche in contesti che non riguardavano le prestazioni atletiche, ed infatti, l'indagine ha dimostrato che il maggiore stress e le condizioni psicosociali correlate alle restrizioni sociali pandemiche hanno esacerbato i disturbi da uso di sostanze. Nuove ed inaspettate sfide si sono innescate nella lotta contro l'abuso di sostanze, dimostrando, ancora una volta, che non sono gli ambienti sportivi il vero campo minato ma la scarsa informazione di chi li percorre senza il necessario bagaglio e che è necessario trovare nuove modalità per sostenere l'integrità sportiva che vadano oltre la mera supervisione. La ricerca infine lancia l'allarme rispetto al pericoloso aumento del consumo di sostanze dopanti non solo tra gli atleti d'élite ma anche dilettanti, dovuto alla nascita di nuove sostanze e di nuovi metodi per aggirare le attuali restrizioni legali. In considerazione di questi e molti altri aspetti qui non elencati, preme a questo punto sottolineare nuovamente che i problemi segnalati dalla salute pubblica, così come le attuali misure antidoping andrebbero revisionate alla luce e sotto la guida di nuovi approcci.

Proprio alla luce dell'allarmante e trasversale diffusione in tutti gli ambienti e contesti, lo studio di A. Chirico et al. (2021) ha preso in esame un campione di giovani atleti non professionisti, con l'obiettivo di verificare quali potessero essere le variabili capaci di spiegare maggiormente il ricorso all'uso di droghe per migliorare le prestazioni sportive, ovvero quali fattori potessero influenzare le intenzioni e rendere più inclini i giovani a fare uso del doping. I risultati hanno dato evidenza che la perdita o la mancanza di significati personali, accresce la passione ossessiva verso l'attività sportiva e facilita quindi l'adozione di strategie di disimpegno morale e comportamenti illeciti nello sport, fino a quelli più estremi del sacrificio di sé. Poiché il bisogno di importanza è un bisogno universale, l'adozione di interventi volti a sensibilizzare sulle conseguenze negative del doping certamente non può essere la risposta più adeguata e ancora meno può fungere da deterrente portare a conoscenza sulle disposizioni previste dalla severa regolamentazione sportiva. Questi risultati dimostrano la necessità di sviluppare interventi mirati a soddisfare bisogni

primari salienti e nel recupero di valori di integrità e di concorrenza leale (fair play), dei successi raggiunti attraverso duro lavoro e dedizione, capaci di restituire quel valore personale di cui le persone hanno bisogno. La consapevolezza del proprio valore attraverso lo sport restituisce alla pratica sportiva una nuova dimensione dello stare insieme e trasforma il suo contesto in un'occasione per crescere, rafforzare e promuovere i valori universali di una Comunità che persegue obiettivi comuni e responsabilità condivise.

L'articolo di A. Henning et al. (2021) confermando gli effetti positivi della fondazione del WADA¹¹ sulla lotta al doping e sulla modificazione del comportamento associato al suo abuso negli ultimi 22 anni, segnala tuttavia delle carenze e limitazioni tutt'ora esistenti che stanno causando danni allo sport, agli atleti e all'intera Comunità. Tali carenze si denunciano in modo particolare in relazione alla mancanza di trasparenza e di necessari aggiornamenti da apportare all'elenco delle sostanze proibite nonché degli effetti negativi sulla salute. L'obiettivo dello studio non era tanto quello di porre l'accento sulla denuncia delle carenze e limitazioni attuali, ma di poter presentare un appello da rivolgere al mondo delle istituzioni e delle scienze affinché sia possibile dar avvio ad una migliore governance con il coinvolgimento di tutte le parti interessate.

Questa trattazione ci rende ancora volta partecipi di un problema sotterraneo al mondo sportivo in cui la scarsa informazione rappresenta soltanto la punta dell'iceberg e l'opportuno dialogo ed integrazione tra le diverse istituzioni consentirebbe di andare oltre (non più a fondo, perché le cause dei problemi, posto il dubbio sulla reale possibilità di riconoscerle e di abbracciarle tutte, non possiamo neppure avere la presunzione di estirparle interamente) aprendo la strada a nuovi scenari.

2.3 Quali punti emergono dalla disamina condotta sugli articoli?

Ora, sulla scorta della disamina critica condotta sugli articoli, si offrono di seguito alcune considerazioni di carattere generale e trasversale alla disamina stessa, in modo da poterne ricavare un focus per punti che ci consentiranno di aprire altri ragionamenti e riflessioni che saranno successivamente ripresi e sviluppati nel corso del prossimo ed ultimo capitolo.

La maggior parte degli articoli incontrati intorno al tema sportivo, parlano dello sport, per lo più, in termini di criticità per la salute in relazione al non praticare lo sport rispetto a chi lo pratica, oppure ai rischi per la salute connessi alle pratiche esasperate, e alle conoscenze che

¹¹ Nel 1999 è stata fondata la World Anti Doping Agency (**WADA**– Agenzia Mondiale Antidoping: www.wada-ama.org), organismo mondiale, indipendente e intergovernativo che coordina l'antidoping a livello mondiale e a cui ogni Nazione e Federazione sportiva, nazionale ed internazionale, deve fare riferimento.

si hanno rispetto all'uso di sostanze dopanti, agli effetti di questi abusi e di ogni altra dipendenza sulla salute del corpo. La ricerca si è mossa, pertanto, principalmente indagando aspetti e temi con obiettivi di rilevarli secondo logiche di causa ed effetto. Questo risulta critico nella misura in cui, il paradigma di causa effetto, se vale per il corpo, lo stesso non può dirsi sulla psiche. Pertanto, si osserva come, in questa modalità, la ricerca non riesca ad affrontare in modo preciso la netta separazione tra psiche e corpo cadendo in un errore per cui i due piani vengono fatti coincidere semplicemente attraverso un'operazione meramente retorica. Oltre a quanto sopra, si aggiunge che non si sono trovate ricerche che indaghino temi come i valori/le aspettative rispetto allo sport e che quindi vadano ad affrontare la dimensione del coinvolgimento della psiche nei riguardi dello sport in modo preciso e fondato. Al contempo, non si sono rintracciate ricerche/interventi/progetti che puntino a diffondere una nuova cultura/visione dello sport nei termini di, ad esempio, una cultura dell'incontro, nello scambio di competenze all'interno del gioco di squadra e tra sport diversi (i ragazzi condividendo le proprie esperienze-conoscenze-competenze potrebbero darsi l'opportunità di formarsi l'un l'altro trovando così anche occasioni di entrare in relazione senza la necessità di competere) nel sostenere la nascita di alleanze tra squadre diverse, nel dare maggiore enfasi ai momenti di socializzazione e non a quelli di celebrazioni/commemorazioni in onore di vittorie/vincitori.

Relativamente alla descrizione delle criticità connesse allo sport si osserva una duplice trattazione. Da un lato che lo sport risulta necessario per la salute e per il benessere nella crescita e sviluppo dei giovani, ma anche per tutte le età; dall'altro che le criticità ad esso associate non derivano tanto dalla pratica sportiva ma sono connesse, più in generale, a questioni legate al vivere. Per cui, si mette in luce come, ad esempio, i disagi adolescenziali siano una naturale fase della crescita, che le dipendenze ci sarebbero ugualmente, e che lo sport può essere a volte una delle poche risorse a disposizione in contesti dove si debbano abbattere muri e costruire alleanze (in risposta al bisogno di inclusione già in premessa richiamato).

Un ulteriore aspetto da sottolineare riguarda il tema "prevenzione", ossia il fatto che spesso il termine è risultato essere dispersivo come chiave di ricerca e che il suo significato era associato frequentemente a ricerche con obiettivi medico-scientifici, di prevenzione rispetto ai rischi di infortuni e/o alle diverse problematiche fisiche/di salute del corpo. Emerge, dunque, come la ricerca non sia netta rispetto al tema della prevenzione da parte dello sport di comportamenti critici e di disagio di vario genere e quindi non la si possa sostenere in quanto prassi connessa allo sport stesso. Questo aspetto, così come prima offerto in merito

all'adozione del paradigma meccanicistico (causa effetto), mette in luce il modo in cui la ricerca proceda (inconsapevolmente) nella consueta sovrapposizione tra il piano del corpo e quello della psiche con la ricaduta che questo secondo viene ad essere impropriamente inglobato nel primo. In sintesi, possiamo trarre dalla ricerca che l'adozione del suddetto paradigma non regge e che in questa inadeguatezza, la prassi della prevenzione è tutt'altro che dimostrata.

Un ultimo aspetto in linea con quanto sopra tracciato, e che conferma quanto appena considerato, è che allargando le combinazioni delle chiavi di ricerca sopra enunciate, gli articoli che si mostrano in prevalenza (anche in anni precedenti) sono soprattutto inerenti al campo medico, riguardano temi/ipotesi che si ripetono/sovrappongono e spesso i quesiti/gli spunti da cui proseguire/questioni da indagare sono rimasti "sulla carta".

CAPITOLO 3 – Dalla disamina della letteratura a una proposta di “linee di indirizzo” per lo sviluppo della ricerca e degli interventi sul campo

3.1 Riflessioni su alcune proposte operative disponibili

Prima di riprendere il “filo del discorso” sulla scia di quello che è emerso dalla disamina critica, si apre questo capitolo - che sarà dedicato alla proposta di una serie di linee di indirizzo per lo sviluppo - con due contributi disponibili in letteratura e che si riferiscono a quali potrebbero essere delle modalità operative e di intervento per potersi occupare di sport. L'elemento che si osserverà nuovamente, così come accaduto dalla disamina della letteratura emersa, è che i presupposti conoscitivi di entrambi i contributi non vengono esplicitati e, di conseguenza, le dimensioni che sono coinvolte nello sport - così come già argomentato nel capitolo 1 - vengono date per implicite. Addentriamoci quindi nell'analisi di questi due contributi in modo da poter avere un ulteriore innesco per la parte di proposta a cui giunge questo elaborato.

Il primo contributo, già citato nel capitolo 2, e che risulta disponibile all'interno dell'ambito operativo in cui si usa lo sport nella dimensione del cambiamento della persona, è quello a cura del Ciscod. Questo contributo risulta rilevante ai nostri fini per 2 punti: il primo, già accennato, è quello relativo al fatto che si tratta di un documento che “ha circolato” tra quanti si occupano di sport e che quindi rappresenta in qualche modo un riferimento, anche operativo, “formalizzato”; il secondo è che questo contributo, nell'affrontare il tema della prevenzione dei disagi e delle dipendenze giovanili, definisce una sorta di vademecum per punti che si offrono agli operatori del settore come una traccia da seguire quando si pianificano le attività e si erogano gli interventi. In particolare, si citano di seguito alcuni di questi punti:

- ogni intervento preventivo si dovrebbe basare sull'esame del contesto e dei soggetti a cui è diretto (ciascun intervento deve essere pianificato tenendo conto della situazione e della realtà territoriale comprese le risorse disponibili al fine di attuare progetti con obiettivi chiaramente individuati ed efficacemente perseguibili);
- tutti gli interventi preventivi non dovrebbero limitarsi a slogan generici o a discorsi troppo specifici e puramente teorici (le esperienze, infatti, insegnano che le affermazioni non solo non restano nella coscienza, ma rimangono sterili contenuti veicolati come informazione collettiva che difficilmente cambieranno i comportamenti individuali e lasceranno i giovani inconsapevoli di quanto si troveranno a vivere nelle esperienze dirette);

- tutti gli interventi preventivi non dovrebbero essere limitati a episodi sporadici e casuali;
- tutti gli interventi preventivi dovrebbero essere attentamente programmati e con uno sforzo continuo di confronto con i diversi soggetti coinvolti, al fine di renderli solidi, comprensibili, trasferibili ed efficaci;
- le azioni preventive possono (e dovrebbero) vantaggiosamente essere rinforzate da esperienze esterne al settore sportivo. L'incontro tra soggetti diversi e di diversa provenienza che, da diverse prospettive e ormai da mezzo secolo, stanno studiando i molteplici fenomeni del disagio adolescenziale e giovanile, può essere molto fecondo;
- tutti gli interventi preventivi dovrebbero essere valutati, non solo per misurare lo scostamento dei risultati dagli obiettivi prefissati, ma con il fine ultimo di uno sforzo al continuo miglioramento e adattamento dei diversi programmi ed interventi.

Ora, tutti i punti sopra riportati, per quanto accomunati da un denominatore comune (ossia l'impegno nell'assunzione di una consapevole e attiva responsabilità verso la Comunità), riportano il tema dell'utilizzo dello sport in un'ottica di prevenzione. Questa operazione, di natura squisitamente conoscitiva e di adozione paradigmatica, non considera lo statuto epistemico delle due dimensioni che entrano in gioco quando si parla di sport: il corpo, che appartiene allo statuto epistemico degli enti empirico fattuale, e la psiche, che appartiene allo statuto epistemico dei costrutti e che, di conseguenza, ha da essere reso oggetto di intervento da parte di paradigmi diversi da quello meccanicistico, non essendo adeguato il riferimento alla relazione causa effetto. Ancora una volta si mette in luce questa peculiarità dello sport di coinvolgere tanto il piano del corpo, quanto il piano della psiche, così come risulta descritto e confermato dalla filogenesi riportata nel capitolo 1 e dalle definizioni che si danno di sport (si veda quella presa in esame della Treccani). Accade quindi che lavorando solo in termini di prevenzione lo sport lo si riduce meramente ed esclusivamente a qualcosa che riguarda il corpo. O meglio, si tratta la psiche come se fosse il corpo. Quindi, viene compiuta una operazione prettamente retorica rispetto alla quale la psiche viene trattata alla stregua del corpo, un costrutto quale quello di psiche viene considerato come se fosse appartenente a un ente empirico fattuale. Non dobbiamo poi dimenticare inoltre quello che ci ha offerto la letteratura nel ripercorrere l'exkursus storico che ha interessato lo sport, primo fra tutto lo stretto ed imprescindibile rapporto tra persona e corpo e, sulla scorta di questo dunque, "allenare il corpo" vuol dire impegnare la persona nella gestione del progetto di vita e

significa anche essere disponibili come formatori-educatori nel mettere a disposizione conoscenze motorie tecnico-specialistiche oltre a competenze pedagogiche.

Oltre a quanto sopra, con riferimento a un altro studio del 2017 dal titolo “Sport e inclusione sociale Tra competenze pedagogiche e lavoro di rete” (di Claudia Maulini, Mascia Migliorati ed Emanuele Isidori, pubblicato sulla Rivista Italiana di Pedagogia dello Sport) emergono degli aspetti che confermano come, affinché lo sport attui le proprie potenzialità educative, necessita di professionisti formati dal punto di vista pedagogico, soprattutto nel caso di interventi educativi rivolti a giovani che vivono situazioni di disagio sociale. La proposta che viene avanzata all’interno dell’articolo è di ripensare la formazione dei futuri operatori sportivi e aggiornare quella di coloro che da tempo operano nel settore sportivo giovanile, per sviluppare quelle competenze pedagogiche che gli permettano di migliorare la propria comunicazione educativa e di acquisire strategie di allenamento della persona e dei gruppi. Inoltre, la prospettiva che viene tracciata in questo contributo è quella di andare oltre l’intervento educativo attraverso lo sport tout court, ma sarebbe auspicabile la costituzione di un servizio di orientamento allo sport, in cui operino diversi professionisti (educatori, insegnanti, pedagogisti e allenatori), opportunamente formati.

Pertanto, sulla scorta di questi due livelli - ossia (1) l’insufficienza e l’inadeguatezza del riferimento alla prevenzione (non confermata dalla ricerca) e (2) la necessità della formazione degli operatori del settore - nel prossimo paragrafo si fa una proposta di “linee di indirizzo” da poter considerare per occuparsi di sport mantenendo la demarcazione tra il livello del corpo e quello della psiche e delle interconnessioni tra i due ma senza cadere nell’errore di farli coincidere. Si tratta allora di una proposta che, per quanto netta nelle prospettive che traccia, ha da conoscere ulteriori studi e approfondimenti per poterla corroborare ulteriormente e quindi poter utilizzare lo sport in una prospettiva di sviluppo per la Comunità umana.

3.2 La proposta di “linee di indirizzo”

Le “linee di indirizzo”, all’interno della trattazione che si sta portando avanti, rappresentano un insieme di raccomandazioni sviluppate sulla base di conoscenze disponibili e che risultano frutto del continuo aggiornamento in modo da poterne testare la validità, e che vengono proposte allo scopo di rendere appropriata, e con un elevato standard di qualità, la valenza che lo sport può avere per lo sviluppo della Comunità umana. Entriamo nel dettaglio e tali linee di indirizzo le andiamo a riportare per punti. Nello specifico:

1. La prima linea di indirizzo deve necessariamente, a fronte dell'analisi condotta, considerare l'esigenza di adottare un modello teorico e conoscitivo in cui si considera precisamente la valenza della psiche e senza confondere questa con il piano del corpo. In questa prospettiva, quindi, la proposta potrebbe considerare l'adozione di un riferimento che possa essere squisitamente *psico-logos* e in letteratura si è rintracciato un contributo del 2012 di Turchi e Romanelli (pubblicato sulla Rivista Italiana di Psicologia Clinica) in cui si avanza proprio una proposta di modello teorico e metodologico in grado di potersi occupare precisamente della psiche, così come ci si riesce ad occupare del corpo, in modo distinti e alternativo, senza confondere i piani. L'argomentazione che pervade l'articolo, infatti, parte da una riflessione tale per cui, oggi, più che rispetto a ieri, la psicologia sta attraversando una fase in cui la tipologia di richieste è cambiata e, conseguentemente, le sfide che le si pongono appartengono a e si generano da una precisa contingenza storico-culturale e lo sport, probabilmente, è una di queste. Nell'articolo gli autori propongono un modello operativo per la psicologia che, svincolato da commistioni con l'ambito medico-sanitario, sia emanazione del senso scientifico, in grado di farsi carico dell'incertezza e che la trasformi in un'occasione costante per promuovere, in ultimo, la salute (al cui interno fa adagiare la sanità) tanto degli individui quanto della collettività che essi generano nelle interazioni quotidiane. Ne consegue che il modello che si propone risulta caratterizzato da: (a) l'esplicitazione del campo di applicazione della psicologia (ossia, le interazioni); (b) quali sono le peculiarità di tale campo di applicazione (ossia, fare riferimento alla dimensione processuale delle interazioni che sono in gradi di generare); (c) quali sono le modalità conoscitive proprie della psicologia che riesce ad occuparsi di interazioni (ossia, svincolarsi dal corpo e stare nel processo).
2. La seconda linea di indirizzo, sulla scia di quanto tracciato con la prima, considera il tema della prevenzione che, dalla disamina della ricerca, così come da quanto esplicitato dalla proposta di lavoro di Turchi e Romanelli (2012), risulta né fondata, né confermata dai risultati della letteratura. Se dall'analisi epistemologica condotta nell'articolo citato poc'anzi si mette in luce l'inadeguatezza da parte della psicologia di occuparsi di prevenzione, anche dalla disamina della letteratura emerge in modo netto e chiaro di come non vi siano evidenze a che lo sport possa essere in grado di prevenire comportamenti, modalità a rischio, disagi, eccetera. Pertanto, la domanda

che ci si fa è: se le ricerche non mettono in luce in modo chiaro questo aspetto, offrendo argomentazioni “ondivaghe”, quale potrebbe essere una modalità alternativa a quella della prevenzione? Se facciamo riferimento, ancora, alla proposta di modello *psico-logos* (Turchi e Romanelli, 2012) allora possiamo fare riferimento a un'altra prassi, antinomica a quella della prevenzione, e che possiamo chiamare promozione. Non solo, così come non risulta possibile prevenire, al contempo non risulta possibile prevedere e anche rispetto a questo, la proposta degli autori è di fare riferimento a una modalità quale quella dell'anticipazione. Pertanto:

- a. dalla prevenzione (dimensione che appartiene al corpo e per cui vale il paradigma meccanicistico, valevole ad esempio in ambito sanitario) alla promozione (dimensione che appartiene alla psiche, alle interazioni nell'accezione che gli autori danno a psiche, valevole in ambito psicologico);
- b. dalla previsione (dimensione strettamente connessa al rapporto causa effetto) all'anticipazione (dimensione strettamente connessa all'impiego di modalità interattive che possono consentire alle persone di prefigurare più di uno scenario, valutarne le ricadute per la propria biografia e quindi optare per delle scelte invece che altre).

A questo punto si riporta nella tabella di seguito una sintesi di quanto tracciato rispetto all'analisi della prassi della prevenzione e alle proposte di come la si può sostituire, applicando altre prassi nell'ambito che si sta prendendo a riferimento, ossia lo sport. Nello specifico:

PRASSI A CONFRONTO E CHE ENTRANO IN GIOCO NELL'AMBITO DELLO SPORT	
Corpo: dimensione empirica fattuale	Psiche: dimensione di costruito, processuale
Prevenzione: la si può riferire a tutti quegli aspetti che devono essere considerati rispetto al corpo per chi pratica sport	Promozione: la si può riferire a tutti quegli aspetti di natura interattiva e psicologica per cui chi pratica lo sport può avere disponibili in una prospettiva di gestione e di sviluppo della propria biografia

Previsione: appartiene alla dimensione conoscitiva per cui si prevede che di fronte a determinate situazioni il corpo ne può risentire o può essere modificata l'unità anatomo funzionale.	Anticipazione: appartiene alla dimensione conoscitiva per cui, non riuscendo a prevedere le ricadute di determinate condotte psicologiche e interattive, allora si ragiona in termini di quali potrebbero essere una serie di scenari, valutarne le ricadute e potersi orientare a seconda di queste valutazioni stesse.
Chi si occupa di questo aspetto sono gli operatori sanitari	Chi si occupa di questo aspetto sono gli operatori psico-logos

3. La terza linea di indirizzo consiste nell'esplicitare, a fronte di quanto tracciato nelle altre due linee di indirizzo, quelli che potrebbero essere tre livelli per le proposte di intervento:
- a. un primo livello necessariamente dovrebbe avere a che fare con l'impostazione di ricerche che siano in grado di collocarsi sul versante psico-logos, non soltanto sul versante corpo, e corroborare la valenza dello sport osservata in questa tesi;
 - b. un secondo livello dovrebbe prendere in considerazione dei percorsi formativi da implementare e mettere a disposizione nei confronti di tutti quegli operatori che lavorano in ambito sportivo (palestre, allenatori, personal trainer, squadre dilettantistiche, eccetera) e tutte quelle figure che ricoprono un ruolo nel percorso educativo dei giovani. Infatti, se la partita si gioca rispetto alle competenze, allora, attraverso il riferimento al modello psico-logos, queste devono riuscire a includere quelle modalità interattive in grado di promuovere e anticipare;
 - c. un terzo livello riguarda - più in generale - la promozione di una modalità come quella impostata in questa sede e in modo da poterla diffondere e sviluppare all'interno dei contesti sportivi. Infatti, affinché questa possa essere utilizzata ha la necessità di essere sviluppata all'interno di questi contesti e far sì che le "linee di indirizzo" diventino vere e proprie linee guida foriere di progettazioni e interventi specifici. In tal modo, (1) non si fa risucchiare la dimensione psico-logos da quella del corpo e (2) si sviluppano

modalità rispetto alla possibilità di costruire una Comunità umana in grado di occuparsi - attraverso lo sport - di inclusione, coesione ma anche di anticipare quelle che possono essere delle modalità di gestione critiche che si possono generare al suo interno. In quest'ottica allora - e più nello specifico - si prospetterebbe un lavoro in cui la comunità si occupa di se stessa e, nell'occuparsi di se stessa attraverso lo sport, risulta in grado di utilizzarlo in quanto escamotage per diventare più competente.

4. Infine, l'ultima linea di indirizzo che si propone ha a che fare con il ruolo dello psicologo che potrebbe lavorare in questo ambito e rispetto a quale contributo offrire. La domanda alla quale si giunge quindi è: quali sono gli spazi operativi che ci possono essere per gli psicologi che si occupano di sport? Se lo psicologo lavora in ottica di promozione e anticipazione, allora non opera solo su preparazione mentale e della preparazione alla gara di atleti e/o squadre, lavorando con loro sull'allenamento di numerose abilità mentali come, ad esempio, l'attenzione, la gestione delle emozioni, la comunicazione; lavora anche e soprattutto in una dimensione in cui la competenza interattiva dell'atleta nello specifico, o di chi pratica sport più in generale, ha a che fare con i temi quali la Comunità, la coesione di questa e l'inclusione. Ecco che allora risulterà, forse, un po' più chiaro, andare a tracciare il precipuo e specifico contributo che la psicologia può offrire a questo ambito e trasformare affermazioni di senso comune rispetto alla valenza dello sport in asserzioni di senso scientifico.

CONCLUSIONE

Giunti al termine di questo elaborato, preme evidenziare come nell'ambito dello sport, si debbano prendere in considerazione tanto la dimensione del corpo tanto quella della psiche, e che quest'ultima, soprattutto, si pone come necessità da ri-considerare ed il come promuoverne la gestione rappresenta la nuova sfida da percorrere. Infatti, ciò che è apparso in modo netto dalla trattazione è che se in termini di filogenesi e di definizione, lo sport contempla queste due dimensioni (il corpo e la psiche) - dalla disamina critica emerge come la dimensione del corpo rischi di risucchiare e inglobare, impropriamente, la dimensione della psiche. Pertanto, la proposta a cui si arriva è quella di poter pensare a dei contributi, tanto di ricerca quanto di intervento, in cui la dimensione della psiche venga valorizzata e non resti relegata al corpo, come invece si è osservato che sta accadendo. L'analisi della letteratura ha stimolato tante riflessioni, anche alla luce di quanto difficoltose e scarsamente inefficaci si siano dimostrate nel corso degli anni altre strade già percorse, ed in egual misura di come tanti quesiti/proposte siano rimasti senza risposte/non considerati. Il punto di arrivo, dunque, è una proposta di linee di indirizzo che possa proprio orientare tanto i contributi di ricerca quanto quelli di intervento in tale direzione. Ecco che allora, in questo modo, si rende possibile la diffusione di nuove modalità di costruire e vivere la propria Comunità, cosicché non parleremo più di prevenzione delle dipendenze, del disagio, eccetera, ma di anticipazione delle stesse e, quindi, di percorsi in cui la partita si giocherà sulla promozione della salute, mentre all'orizzonte si profilano nuovi auspicabili scenari.

BIBLIOGRAFIA E SITOGRAFIA

- Altopiedi R., *Il doping nello sport. Discorsi e pratiche delle organizzazioni sportive*, Torino, Libreria Stampatori, 2008.
- Barbieri N., *Dalla ginnastica antica allo sport contemporaneo. Lineamenti di storia dell'educazione fisica*, Padova, Cleup, 2002.
- Buono P., *Attività fisica per la salute*, Idelson Gnocchi, 2020.
- Buono P., A. Daniele, A. Paoli, A. Parisi, D. Tafuri, *Sport & nutrizione*, Idelson Gnocchi, New-Student Edizione, 2018.
- Cei A., *Fondamenti di psicologia dello sport*, Bologna, Ed. Il Mulino, 2021.
- Chi G. and Wang L. *The Association of Sports Participation With Depressive Symptoms and Anxiety Disorder in Adolescents*, Front Public Health, 10:860994, 2022, doi: 10.3389/fpubh.2022.860994.
- Chirico A., F. Lucidi, G. Pica, D. Di Santo, F. Galli, F. Alivernini, L. Mallia, A. Zelli, A.W. Kruglanski, A. Pierro, *The Motivational Underpinnings of Intentions to Use Doping in Sport: A Sample of Young Non-Professional Athletes*, Int. J. Environ. Res. Public Health 2021, 18, 5411. <https://doi.org/10.3390/ijerph18105411>.
- Dietschy P., S. Pivato, *Storia dello sport in Italia*, Bologna, Ed. Il Mulino, 2019.
- Farnese A., *Mente in movimento. 99 giochi per l'educazione fisica, l'apprendimento e l'interdisciplinarietà*, Perugia, Calzetti Mariucci, 2016.
- Galfo L., I. Galfo, *Le origini del movimento. Il movimento come raggiungimento di un obiettivo*, Ed. Youcanprint, 2021.
- R.M. Eime, J.A. Young, J.T. Harvey, et al. , *A systematic review of the psychological and social benefits of participation in sport for children and adolescents: informing development of a conceptual model of health through sport*, Int J Behav Nutr Phys Act 10, 98 (2013). <https://doi.org/10.1186/1479-5868-10-98>.
- Greco G, O. Andriani, E. D'arcangelo, R. De Ronzi, *Sports activities as primary prevention of youth deviant behaviours: an educational intervention research*, Journal of Physical Education and Sport Volume 22, Issue 2, Pages 479 – 488 February 2022 Article number 60.
- Guarnera A., *Manuale di medicina dello sport*, Aims, 2019.
- Heuberger Jules A.A.C., A. Henning, AF. Cohen, B. Kayser *Dealing with doping. A plea for better science, governance and education*, Br. J. Clin Pharmacol 2022 Feb; <https://doi/10.1111/bcp.14998>. Epub 2021 Aug 12.

Mancuso C., *Percorsi di storia e antropologia dello sport*, Bologna, Ed. Il Mulino, 2022.

Mandolesi L., *Manuale di psicologia generale dello sport*, Bologna, Ed. Il Mulino, 2017.

Masala D., D'Egidio V., Iona T., La Torre G. *Enjoy the Sport - Schools against doping and drug dependence": a health education intervention in secondary schools*, Igiene e Sanità Pubblica 2019 Jul-Aug;75(4):271-282.

Maulini Claudia, Migliorati Mascia, Isidori Emanuele, "Sport e inclusione sociale Tra competenze pedagogiche e lavoro di rete" *Rivista Italiana di Pedagogia dello Sport Rivista Italiana di Pedagogia dello Sport* 2 -2017-33-47.

Nascimbene F., *Prospettive in psicologia dello sport*, Milano, Educatt Università Cattolica, 2002.

Negro F., A. Di Trana, S. Marinelli *The effects of the COVID-19 pandemic on the use of the performance-enhancing drugs*, Acta Biomed. 2022 Jan 19;https://doi: 10.23750/abm.v92i6.12377.

Orr R., Grassmayr M., Macniven R., Grunseit A., Halaki M., Bauman A., *Australian athletes' knowledge of the WADA Prohibited Substances List and performance enhancing substances*, Int J Drug Policy. 2018 Jun;56:40-45.doi: 10.1016/j.drugpo.2018.02.025. Epub 2018 Mar 15.

Pasquale Moliterni, Angela Magnanini, *Lo sport educativo per una società inclusiva*, Milano, Franco Angeli, 2018.

Perissinotto A., *Sport e comunicazione. Teoria, storia, scenari*. Milano, Mondadori Università, 2012.

Pintonello A., F. Vitali, *Psicologia dello sport. Formazione, ricerca, consulenza*, Libreria Universitaria.it, 2015.

Ricciardi L. M. Vescovi, M.I. Sturla, *Medicina dello sport*, Nems, 2021.

Tavella S., *Perché Icaro voli. Psicologia dello sport*, Libreria Universitaria.it, 2012.

Trifari E., F. Arturi, *Le prime pagine de "La Gazzetta dello sport". Le emozioni, i protagonisti, le sfide dalla nascita alla XXX Olimpiade*, Bologna, Rizzoli, 2013.

Vergallo L., *Storia e sport. Uno sguardo sul XX secolo*, Milano, Ed. Biblion, 2017.

Turchi Gian Piero, Michele Romanelli, *Per una psicologia clinica emanazione del senso scientifico: dall'ibridazione conoscitiva con il modello medico alla collocazione entro una precisa e rigorosa definizione di un modello operativo*, Rivista di Psicologia Clinica. Teoria e metodi dell'intervento, 2012.