



UNIVERSITÀ DEGLI
STUDI DI PADOVA

Dipartimento di Psicologia dello Sviluppo e della Socializzazione
Corso di Laurea Triennale in Scienze Psicologiche dello Sviluppo, della
Personalità e delle Relazioni Interpersonali

Tesi di Laurea Triennale

Il comportamento prosociale e antisociale in squadre giovanili di sport di contatto: una parte della raccolta dati per la validazione italiana della “Prosocial and Antisocial Behaviour in Sport Scale” (PABSS)

Prosocial and antisocial behavior in contact sports of youth teams: a part of the data collection for the Italian validation of the "Prosocial and Antisocial Behaviour in Sport Scale" (PABSS)

RELATRICE

Professoressa Irene Leo

LAUREANDA

Ambra Morelli

MATRICOLA

1226871

Anno Accademico

2021/2022

Indice

Introduzione.....	3
CAPITOLO 1.....	4
Identità sociale e comportamento prosociale e antisociale in squadre giovanili.....	4
1.1 Identità sociale e contesto.....	4
1.2 La Coesione.....	6
1.3 Conclusioni.....	8
CAPITOLO 2.....	10
Il comportamento prosociale e antisociale nella Sport Scale.....	10
2.1 Prosocial and Antisocial Behaviour in Sport Scale (PBASS).....	10
2.2 Gli Studi.....	12
2.3 Conclusioni.....	17
CAPITOLO 3.....	20
Descrizione e spiegazione del lavoro svolto durante il tirocinio.....	20
3.1 Tirocinio teoria.....	20
3.2 Tirocinio pratica.....	21
Conclusione.....	22
Bibliografia.....	24

Introduzione

All'interno di questo elaborato, nel primo capitolo andremo ad analizzare il comportamento prosociale e antisociale all'interno del contesto sportivo, andremo poi a capire come essi siano connessi all'identità sociale, e infine cercheremo di capire in che modo la coesione interna sia connessa e incida su tali comportamenti. I comportamenti prosociali sono stati definiti volontari atti destinati ad aiutare o a beneficio di un altro individuo o gruppo di individui (Eisenberg & Fabes, 1998) e comportamenti antisociali come atti volontari volti a danneggiare o svantaggiare un altro individuo o un gruppo di individui (Sage, Kavussanu e Duda, 2006). La coesione invece è definita come un processo dinamico che si riflette nella tendenza di un gruppo a restare unito e a rimanere unito nel perseguimento di obiettivi strumentali e/o per la soddisfazione dei bisogni affettivi dei membri (Carron, Brawley e Widmeyer, 1998).

Vedremo poi, nel secondo capitolo, come si possono analizzare e studiare i comportamenti prosociali e antisociali grazie alla Prosocial and Antisocial Behaviour in Sport Scale (PABSS) e i tre studi principali che sono stati utili al fine di validare la scala in termini di validità convergente, simultanea e discriminante, è stata poi sottoposta la scala anche alla procedura del test-retest.

In conclusione, nell'ultimo capitolo, vedremo come alcuni studenti sotto la supervisione di due docenti presso il Dipartimento di Psicologia dello Sviluppo e della Socializzazione dell'Università di Padova, hanno lavorato ad una parte della raccolta dati per validare la PBASS in Italia in termini di descrizione teorica e operato in pratica.

CAPITOLO 1

Identità sociale e comportamento prosociale e antisociale in squadre giovanili

1.1 Identità sociale e contesto

Le squadre sportive rappresentano un ricco contesto per analizzare come le relazioni con il gruppo di pari incidano sullo sviluppo sociale degli adolescenti, in quanto, recenti sondaggi dimostrano che circa l'80% di giovani compresi tra i 12 e i 17 anni pratica uno sport di squadra. Durante l'adolescenza i ragazzi hanno un maggiore bisogno di sviluppare rapporti di intimità con il gruppo dei pari poiché è proprio in questo periodo che l'ambiente sociale si estende e infatti far parte di una squadra soddisfa il bisogno umano fondamentale di appartenenza. Andremo quindi ad indagare sulle identità sociali che si formano grazie ai valori morali dello sport e come i compagni di squadra possano incidere nello sviluppo sociale di un individuo.

L'identità sociale ha importanti conseguenze sul comportamento ed è un concetto avente tre dimensioni chiave: (1) centralità cognitiva (importanza di essere un membro del gruppo); (2) affettività all'interno del gruppo (sentimenti positivi associati all'appartenenza al gruppo); e (3) legami all'interno del gruppo (percezioni di somiglianza, legame e appartenenza con altri membri del gruppo) (Cameron, 2004). Tajfel e colleghi (1971) hanno dimostrato che anche categorizzare i partecipanti in gruppi diversi basati su una classificazione banale e casuale, ad esempio formare la divisione in base al risultato del lancio della moneta, suscita pregiudizi positivi verso il proprio gruppo. Gli individui si identificano quindi da subito fortemente con il proprio gruppo e dimostrano di attuare comportamenti prosociali interagendo socialmente in modo positivo e di avere invece maggiori comportamenti antisociali verso gli altri componenti.

Purtroppo, non sono stati molti gli studiosi che si sono concentrati sull'identità sociale all'interno dello sport ma grazie agli studi di Murrell & Gaertner (1992) e Zucchermaglio (2005) si è arrivati a importanti conclusioni. La forza di identificazione dei membri della squadra è più alta nei giocatori delle squadre che nel corso dell'anno collezionano più vittorie, l'unione della squadra era invece significativamente più bassa quando si trattava di squadre con molte sconfitte. È facilmente intuibile il perché di questo comportamento in quanto il clima di festa nel quale i giocatori vivono dopo una vittoria favorisce il buon andamento degli allenamenti, delle relazioni e di conseguenza delle prestazioni. Zucchermaglio (2005) ha intrapreso una ricerca nella quale andava a registrare l'audio dei discorsi di una squadra di calcio prima di una partita sia dopo una vittoria che dopo una sconfitta

con particolare attenzione ai pronomi utilizzati (io, noi, voi...). I risultati hanno rivelato che dopo una sconfitta i membri della squadra erano più propensi a prendere le distanze dalla squadra e di incolpare solo alcuni sottogruppi per la sconfitta (è colpa degli attaccanti che non hanno fatto goal), mentre dopo la vittoria il gruppo era considerato nel suo insieme. È quindi evidente che ci siano delle forti connessioni tra l'identità sociale e prestazione. Un buon ambiente all'interno dello spogliatoio è fondamentale per poter far emergere al meglio le qualità della squadra. La motivazione, infatti, risulta strettamente connessa alle relazioni nel gruppo: è facile pensare che se un atleta è legato alla propria squadra sarà più propenso a impegnarsi per raggiungere gli obiettivi comuni.

Il comportamento prosociale risulta quindi fortemente legato all'ambiente: è fondamentale quindi che l'allenatore abbia una buona percezione della propria competenza nella costruzione del carattere degli atleti (è necessaria la convinzione dell'allenatore nella propria capacità di influenzare lo sviluppo personale degli atleti e atteggiamenti positivi nei confronti dello sport; Feltz, Chase, Moritz, & Sullivan, 1999).

Inoltre, Rutten e colleghi hanno condotto una ricerca per indagare su come le caratteristiche dell'ambiente sportivo modellino i comportamenti prosociali e antisociali dei giovani atleti dentro ma anche fuori dal contesto sportivo. Attraverso questi studi, sono stati individuati fattori contestuali come l'atmosfera socio morale (cioè, un insieme di norme collettive riguardanti i comportamenti accettabili dei membri del gruppo; Power, Higgins Kohlberg, 1989), la qualità della relazione tra allenatore e atleta, l'atteggiamento verso il fair play e il supporto dell'allenatore, che possano influenzare i comportamenti degli atleti. Questa ricerca ha confermato il ruolo fondamentale dell'ambiente sportivo poiché rappresenta un contesto sociale che influenza il comportamento prosociale e antisociale degli atleti adolescenti.

L'identità sociale ha tre dimensioni principali: legami all'interno del gruppo (percezione di legame e appartenenza ad un gruppo), centralità cognitiva (importanza del gruppo per l'individuo) e affettività all'interno del gruppo (relazioni all'interno del gruppo). Queste tre dimensioni possono predire il comportamento prosociale e antisociale nei confronti dei compagni e degli avversari. Infatti, grazie ad uno degli assunti chiave della SIT, ossia che, quando l'identificazione con un gruppo è forte, gli individui sono meno interessati a sé stessi e più interessati al successo della squadra, non volendo quindi emergere sugli altri a livello individuale ma più motivati a dimostrare la superiorità della propria squadra, si è potuto capire come queste tre dimensioni influiscano. Due delle tre dimensioni dell'identità sociale, cioè legami all'interno del gruppo e centralità cognitiva, correlano positivamente con una maggiore frequenza di comportamenti prosociali nei confronti dei

compagni di squadra e comportamenti asociali nei confronti di avversari. Per quanto riguarda la terza dimensione dell'identità sociale, cioè l'affettività all'interno della squadra, invece si immaginava che correlasse positivamente con comportamenti prosociali più frequenti nei confronti dei compagni di squadra e degli avversari, poiché si pensava che associare delle emozioni positive ai membri della squadra motivasse gli individui a comportarsi in modo prosociale verso gli altri al fine di suscitare reazioni emotive positive nei compagni e scoraggiati a comportarsi in modo antisociale per non suscitare sentimenti indesiderati che potrebbero essere provocati dalla reazione della squadra per esempio la vergogna o il senso di colpa.

I risultati hanno dimostrato inaspettatamente che maggiore è l'affettività all'interno del gruppo maggiore è la correlazione positiva con i comportamenti antisociali nei confronti degli avversari. Sulla base della ricerca SIT e dell'identità sociale al di fuori dello sport (Terry, Hogg, & White, 1999), i membri della squadra altamente identificati possono agire in modo antisociale nei confronti dell'opposizione solo quando esiste una norma prevalente per tale comportamento all'interno della squadra e questo potrebbe potenzialmente spiegare perché la relazione immaginata non fosse significativa. Precedenti ricerche hanno mostrato relazioni positive tra comportamento antisociale e prosociale dell'avversario (Boardley & Kavussanu, 2009) che sono state spiegate dalla maggiore opportunità di impegnarsi in comportamenti di aiuto verso gli avversari agendo in modo antisociale verso loro, ad esempio, commettere falli deliberatamente sugli avversari buttandoli a terra da l'opportunità al giocatore di stringere la mano all'avversario o aiutarlo a rialzarsi. È possibile però che ci siano altri potenziali mediatori, quali la coesione del gruppo, a mediare nel lavoro che coinvolge l'identità sociale e i comportamenti prosociali e antisociali.

1.2 La Coesione

Un potenziale mediatore da considerare nel lavoro che coinvolge l'identità sociale e il comportamento prosociale e antisociale è la coesione di gruppo. Come abbiamo visto nell'introduzione la coesione è definita come un processo dinamico che si riflette nella tendenza di un gruppo a restare unito e a rimanere unito nel perseguimento di obiettivi strumentali e/o per la soddisfazione dei bisogni affettivi dei membri (Carron, Brawley e Widmeyer, 1998). Per quanto riguarda lo sport giovanile è divisa in due dimensioni, una riguardante il compito e l'altra riguardante la dimensione sociale. La coesione del compito si concentra sulle percezioni del livello di unità posseduto dal gruppo attorno agli aspetti rilevanti del compito (ad esempio gli obiettivi da raggiungere). Al contrario, la coesione sociale si concentra sulle percezioni del livello di unità posseduto dal gruppo attorno alle relazioni sociali (ad esempio se ci sono amici nella squadra, se i membri della squadra escono al di fuori dell'ambiente sportivo. L'intento di fondo di molti

allenatori e giocatori è quello di differenziarsi dalle altre squadre, costruendo una propria identità di squadra attraverso metodi per promuovere la distinzione dalle altre squadre e rafforzare la coesione interna sia attorno al compito che per la dimensione sociale, quali rituali di squadra come l'urlo preparata o una particolare sequenza per battersi il cinque poco prima dell'inizio della competizione. Il lavoro recente nello sport giovanile sostiene che una maggiore percezione della coesione del compito è positivamente correlata alla regolazione emotiva e una diminuzione dell'esclusione sociale nei confronti dei compagni di squadra (Taylor & Bruner, 2012).

È stato riscontrato che la coesione del compito media un effetto positivo dei legami all'interno del gruppo sul comportamento prosociale dei compagni di squadra e un effetto negativo dei legami all'interno del gruppo sul comportamento antisociale nei confronti dei compagni di squadra e degli avversari. La misura in cui un individuo si identifica con una squadra può influenzare le percezioni di quanto bene la squadra funzioni e lavori come collettivo verso i suoi obiettivi (cioè la coesione del compito), che a sua volta può influenzare la frequenza del comportamento prosociale nei confronti dei compagni di squadra e sul comportamento antisociale verso compagni di squadra e avversari. Eys e colleghi hanno scoperto che per quanto riguarda la percezione del compito da parte dei giovani atleti, la coesione era associata a un migliore lavoro di squadra, una comunicazione più efficace e una maggiore comprensione delle capacità dei compagni di squadra comportando un comportamento prosociale frequente nei confronti dei compagni di squadra. Un buon funzionamento dei processi all'interno del gruppo può anche promuovere un miglioramento delle valutazioni da parte dei compagni di squadra sul contributo di ciascun membro per il raggiungimento dell'obiettivo riducendo quindi il comportamento antisociale nei confronti dei compagni di squadra (per esempio le critiche). Inoltre, gli atleti sono più motivati a dedicare la loro energia al funzionamento della squadra e meno energia ad agire in modo antisociale anche nei confronti degli oppositori.

Al contrario, le percezioni della coesione sociale hanno mediato un effetto positivo dei legami all'interno del gruppo sul comportamento antisociale nei confronti degli oppositori. Eys e colleghi hanno riscontrato che un'elevata coesione sociale è associata allo sviluppo di amicizie da parte dei compagni di squadra. È possibile che tali amicizie possano motivare comportamenti antisociali per dimostrare l'importanza del gruppo rispetto agli avversari poiché alcuni giocatori considerano questi comportamenti atti dimostrativi. Ciò offre una potenziale spiegazione del motivo per cui la coesione sociale ha mediato un effetto positivo dei legami all'interno del gruppo. Sebbene questa spiegazione non sia stata verificata empiricamente nello sport, il supporto può essere tratto da precedenti ricerche in psicologia sociale che esaminano il comportamento intergruppo tra membri 'ingroup' e 'outgroup' (Sherif, Harvey, White, Hood e Sherif, 1961). L'effetto dei legami ingroup sul

comportamento antisociale nei confronti dei compagni di squadra mediato dalla coesione sociale si può considerare anche mal adattivo poiché l'aumento dei legami ingroup predice maggiori percezioni di coesione sociale che a sua volta portano a un comportamento antisociale più frequente nei confronti dei compagni di squadra. È noto, infatti, anche all'esterno delle squadre sportive, che maggiormente si entra in confidenza con una o più persone, più si è sicuri del rapporto e più probabilità di approfittarsene, quasi come se ci si sentisse legittimati a mettere in atto comportamenti scorretti (quali insulti, urla...). Molti ricercatori in psicologia dello sport hanno generalmente pensato alla coesione come una 'cosa buona', essendo positivamente associata a benefici sia individuali che di gruppo (Paskevich, Estabrooks, Brawley e Carron, 2001). Alla luce dei risultati però è evidente che la coesione può avere sia effetti positivi che effetti negativi, è fondamentale quindi il ruolo dell'allenatore.

Gli allenatori, infatti, dovrebbero essere consapevoli di come le emozioni positive verso il gruppo (affetto all'interno del gruppo) e la coesione possano potenzialmente rivelarsi un ottimo fattore per promuovere i comportamenti sani e prosociali nei confronti dei compagni di squadra e scoraggiare i comportamenti antisociali (sia nei confronti della squadra che degli avversari). Allo stesso tempo però, gli allenatori devono essere consapevoli che i giovani atleti che si identificano fortemente con la squadra in termini di connessione e appartenenza (legami all'interno del gruppo) e che hanno un'elevata percezione della coesione possono agire in modo più antisociale sia nei confronti degli avversari e dei compagni di squadra. È un ruolo molto delicato quindi quello dell'allenatore che deve saper rispettare gli equilibri interni, promuovere le emozioni positive senza però far sì che questo possa essere fonte di comportamenti inadatti. In questo caso è fondamentale riconoscere che può essere necessario interrompere o limitare i rapporti se l'identità della squadra e il comportamento che ne deriva promuove una scarsa sportività nei confronti dell'opposizione e/o compagni di squadra. È consigliato agli allenatori e agli operatori di psicologia dello sport che lavorano con i giovani di promuovere la coesione attraverso attività di team building per creare unione costruttiva verso obiettivi e traguardi della squadra (Senecal, Loughhead e Bloom, 2008).

In generale quindi, lo studio evidenzia la complessità dell'identità sociale e della coesione in relazione al comportamento nei confronti dei compagni di squadra e degli avversari e il ruolo saliente dell'allenatore per costruire e monitorare l'identità sociale della squadra e promuovere comportamenti desiderabili verso gli altri.

1.3 Conclusioni

Ciò che è emerso in questo capitolo è frutto di un fondamentale studio sul campo, il quale rende evidente l'importanza di fare ricerca per progredire rispetto ai risultati attuali, per esempio applicando progetti sperimentali che mettono alla prova le relazioni emerse (ad esempio studiare gli effetti del team building). Quello che è certo è che, accanto alla famiglia, le squadre sportive sono uno dei gruppi più influenti a cui un individuo può appartenere infatti le percezioni dei giovani atleti riguardo all'identità sociale associata a una squadra sportiva giovanile verso l'inizio della stagione erano predittive del loro comportamento prosociale e antisociale alla fine di una stagione sia all'interno del contesto sportivo che al di fuori. Lo sport, infatti, oltre ad essere fondamentale per la salute, favorisce uno sviluppo sano del corpo, della mente ed è una vera e propria palestra di vita. Lo sport insegna a entrare a contatto con i propri limiti e a sfidarli, a non arrendersi davanti a una sconfitta ma a trovare la forza nel gruppo per capire i propri errori e lavorarci fino ad eliminarli, insegna a fare un passo indietro per il bene della squadra, insegna a saper prendere decisioni e responsabilità importanti in momenti difficili. È necessario, seppur molto complesso, che i futuri ricercatori si concentrino in questo ambito dalle mille sfaccettature ma dal quale possono emergere mille risorse.

CAPITOLO 2

Il comportamento prosociale e antisociale nella Sport Scale

2.1 Prosocial and Antisocial Behaviour in Sport Scale (PBASS)

È importante sviluppare strumenti validi e affidabili che valutino le dimensioni moralmente rilevanti dell'esperienza sportiva anche per condurre nuove ricerche al fine di avere una visione sempre più ampia e chiara del comportamento morale all'interno del contesto sportivo. Bandura (1991) ha affermato che il modo in cui le persone agiscono è più importante delle loro giustificazioni, ossia del perché del loro comportamento. È fondamentale quindi concentrarsi sul comportamento in sé. Gli individui spesso utilizzano regole o standard multidimensionali (per esempio le conseguenze negli altri) per determinare se un comportamento è adeguato o meno. Inoltre, Bandura (1999), ha distinto tra moralità proattiva, che si manifesta nel potere di comportarsi in modo umano, e moralità inibitiva, che si esprime nel potere di astenersi dal comportarsi in modo disumano. Una sorta di forza inconscia che ci spinge a compiere azioni buone e a non compiere azioni cattive. Nel contesto sportivo, come abbiamo visto, per riferirsi a queste due dimensioni della moralità si usano i termini comportamento prosociale e comportamento antisociale. Il primo riferito ai comportamenti volontari messi in atto per aiutare o avvantaggiare un altro individuo o gruppo di individui (per esempio aiutare un avversario infortunato e congratularsi con un compagno di squadra). Il secondo invece si riferisce ai comportamenti messi in atto per danneggiare o svantaggiare un altro giocatore (per esempio barare o cercare di ferire un altro giocatore). Questi comportamenti hanno il potere di influenzare gli altri e possono avere conseguenze rispettivamente positive e negative per il benessere fisico e psicologico degli atleti. Non necessariamente i comportamenti prosociali hanno sempre conseguenze positive e viceversa, per esempio un comportamento antisociale come un insulto ricevuto da un avversario potrebbe spronare il giocatore a tirare fuori tutta la sua cattiveria agonistica e le sue potenzialità per dimostrare all'avversario che si sbaglia.

Kavussanu e Boardley (2009) hanno sviluppato la scala per misurare il comportamento prosociale e antisociale nello sport: Prosocial and Antisocial Behaviour in Sport Scale (PABSS). In

primo luogo, è stato identificato un gran numero di comportamenti che corrispondono alle rispettive definizioni e che si verificano in cinque sport di squadra (es. basket, calcio, hockey su prato, netball e rugby). Sono stati sviluppati poi, grazie alle valutazioni di esperti, alcuni elementi per misurare questi comportamenti. Successivamente, un elenco di voci abbreviato è stato somministrato a 1213 atleti di sport di squadra. L'analisi fattoriale di questi elementi ha rivelato quattro fattori (sottoscale) principali, due associati al comportamento prosociale nei confronti di compagni di squadra e avversari e due associati al comportamento antisociale nei confronti di compagni di squadra e avversari.

Le quattro sotto scale misurano quindi il comportamento antisociale nei confronti degli avversari (otto elementi; es., aver commesso un fallo deliberato su un avversario), il comportamento antisociale nei confronti dei compagni di squadra (cinque elementi; es., abusato verbalmente di un compagno di squadra), il comportamento prosociale nei confronti degli avversari (tre elementi; es. ha aiutato un avversario infortunato) e comportamento prosociale verso i compagni di squadra (quattro elementi; es. incoraggiato un compagno di squadra). La media di ciascuna sottoscala è stata calcolata e utilizzata in tutte le analisi. Questa procedura è stata seguita per tutte le misure. Lo strumento finale è composto da 20 item e quattro sotto scale (corrispondenti ai quattro fattori) che hanno mostrato livelli accettabili di coerenza interna. Per fornire ulteriori prove della validità della Sport Scale si è analizzata la validità convergente, simultanea e discriminante in tre studi distinti e si è sottoposta la scala alla procedura del test-retest.

La validità convergente indica l'esistenza di una relazione tra due test diversi che valutano la stessa cosa, cioè, indica l'esistenza di un'interrelazione o corrispondenza tra entrambi gli strumenti di misura. La validità simultanea è solitamente misurata dalla correlazione tra un nuovo test e un test esistente per dimostrare se il nuovo test si correla bene con il test esistente. La validità discriminante invece dovrebbe garantire che fattori che non dovrebbero sovrapporsi, effettivamente non si sovrappongano e quindi non si influenzino. Infine, la tecnica test-retest consiste nel somministrare lo stesso identico test allo stesso gruppo di persone a distanza di un certo periodo di tempo: si suggerisce che l'intervallo tra le due somministrazioni sia relativamente breve, cioè da una a due settimane, per consentire di toccare solo errori di misurazione casuali e non cambiamenti reali (Pedhazur & Schmelkin, 1991).

In questo caso, dato che PABSS misura il comportamento abbiamo scelto un intervallo di una settimana per ridurre al minimo la possibilità che i comportamenti cambino, influenzati da fattori situazionali, dalla prima alla seconda somministrazione.

2.2 Gli Studi

Ulteriori prove della validità PBASS sono quindi emerse dall'analisi di tre studi distinti. Il primo studio svolto è quello più articolato, nel quale si è esaminato la validità convergente, simultanea e discriminante utilizzando misure non sportive e inoltre è stata esaminata l'affidabilità del test-retest. È stata studiata la validità convergente riferita alle due sotto scale del comportamento antisociale, in particolare riguardo alla loro relazione con due dimensioni dell'aggressività: l'aggressività fisica e verbale e si riferiscono alle componenti strumentali dell'aggressività messa in atto rispettivamente con mezzi fisici o verbali (Buss e Perry, 1992). Essendo concettualmente simili le definizioni di aggressività e di comportamenti antisociali si è pensato che potesse essere un supporto adeguato per la validità convergente di queste sotto scale. Per quanto riguarda la validità simultanea si è studiata esaminando se le quattro sotto scale della Sport Scale fossero associate rispettivamente a rabbia, ostilità, identità morale ed empatia. La rabbia rappresenta la componente emotiva dell'aggressività e implica l'eccitazione fisiologica e la preparazione all'aggressività, mentre l'ostilità è la componente cognitiva dell'aggressività e consiste in sentimenti di cattiva volontà e ingiustizia (Buss & Perry, 1992). Legami positivi tra rabbia e ostilità e i comportamenti antisociali sosterebbero la validità simultanea delle due sotto scale di comportamento antisociale. L'identità morale e l'empatia erano invece collegate positivamente alle due sotto scale dei comportamenti prosociali e negativamente con quelle dei comportamenti antisociali. L'identità morale spiega quanto l'essere morali sia una caratteristica distintiva o centrale del proprio senso di sé. È lo schema cognitivo che si possiede sul proprio carattere morale ed è organizzato attorno a una serie di tratti morali, come essere onesti, premurosi, generosi e compassionevoli (Aquino & Reed, 2002). L'identità morale è quindi grado in cui questi tratti morali sono centrali nel proprio concetto di sé. L'empatia invece si riferisce alle risposte di un individuo osservando le esperienze di un altro, alla capacità quindi di comprendere lo stato d'animo altri. Sono state individuate da ricerche passate due dimensioni dell'empatia: l'assunzione di prospettiva, cioè la tendenza ad adottare il punto di vista psicologico degli altri e la preoccupazione empatica, cioè la tendenza a provare sentimenti di compassione e preoccupazione per gli altri più sfortunati. Gli individui con un alto livello di empatia hanno maggiori probabilità di prestare attenzione ai bisogni e ai sentimenti degli altri e quindi sono più propensi mettere in atto comportamenti prosociali e ad astenersi dal comportarsi in modo aggressivo nei confronti degli altri. Infine, per verificare la stabilità e l'affidabilità tramite la tecnica del test-retest si è somministrata la scala allo stesso campione di

persone a distanza di una settimana. I partecipanti allo studio erano un campione di maschi e femminile tutti studenti di un'università britannica e praticanti hockey, netball, calcio e rugby. Sport selezionati perché sport di contatto e di squadra poiché la scala è stata sviluppata per essere usata con questo tipo di atleti in quanto alcuni elementi sono applicabili solo a questi sport. Ai partecipanti è stata somministrata la Sport Scale definitiva, sono stati quindi presentati loro 20 item che descrivono alcuni comportamenti sportivi e gli è stato chiesto di riferire la frequenza con cui si erano impegnati in ciascun comportamento nella stagione precedente su una scala Likert che va da 1=mai a 5=molto spesso. Successivamente si è indagato sulle quattro sotto scale. Ai partecipanti è stato somministrato il questionario usato per valutare l'aggressività fisica, l'aggressività verbale, l'ostilità e la rabbia; infatti, è stato chiesto loro di indicare quanto un certo numero di affermazioni descrivessero come sono in generale utilizzando una scala Likert che va da 1= "molto diverso da me" fino a 5= "molto simile a me". Il questionario è composto da quattro sotto scale che misurano l'aggressività fisica (nove item; per esempio: se qualcuno mi picchia, io rispondo), l'aggressività verbale (cinque item; per esempio: mi trovo spesso in disaccordo con le persone), l'ostilità (otto item; per esempio: sono sospettoso di estranei eccessivamente amichevoli) e rabbia (sette item; per esempio: ho difficoltà a controllare il mio carattere).

I partecipanti erano informati che lo scopo dello studio era quello di esaminare atteggiamenti e comportamenti in ambito sportivo e capire i fattori che li influenzano. Tutte le risposte sarebbero state mantenute anonime e utilizzate solo a fini di ricerca, la partecipazione era volontaria e avrebbero potuto ritirarsi dallo studio in qualsiasi momento. Per valutare l'affidabilità test-retest e la stabilità del PABSS, lo strumento è stato somministrato ai partecipanti in condizioni standardizzate, al termine della stessa lezione universitaria di scienze dello sport, tenuta nello stesso orario di lezione, una settimana dopo.

Alla luce dei risultati i due comportamenti antisociali erano positivamente associati all'aggressività fisica e verbale (validità convergente); positivamente collegati all'ostilità e alla rabbia (validità simultanea); e negativamente correlati all'identità morale e all'empatia (validità simultanea). I comportamenti prosociali erano positivamente collegati all'identità morale e all'empatia (validità simultanea) e inoltre entrambi i comportamenti prosociali non erano correlati all'aggressività, alla rabbia e all'ostilità (validità discriminante). Tutte le sotto scale hanno inoltre dimostrato un'ottima affidabilità del test-retest e stabilità media. Sebbene alcuni elementi abbiano oscillato leggermente da un test all'altro, in generale ogni elemento del PABSS ha mostrato una stabilità accettabile in un intervallo di una settimana. È evidente

allora che questi risultati supportino validità della scala come misura del comportamento sportivo antisociale e prosociale.

Nello studio 2 sono state ulteriormente analizzate la validità convergente, simultanea e discriminante del PABSS utilizzando, però, variabili di criterio specifiche per lo sport. Sono state prese in considerazione le due sotto scale di comportamento antisociale esaminate le loro relazioni con l'aggressività competitiva per validità convergente, con la rabbia e gli atteggiamenti nei confronti del processo decisionale morale nello sport per validità simultanea. Lee, Whitehead e Ntoumanis (2007) hanno descritto due atteggiamenti antisociali chiamati "accettazione dell'imbroglio" e "accettazione del gioco" e un atteggiamento prosociale chiamato "mantenere la vittoria in proporzione". L'accettazione dell'imbroglio si riferisce a infrazioni alle regole al fine di ottenere un vantaggio ingiusto, in cui c'è un grado di inganno riuscito, mentre l'accettazione del gioco si riferisce ad azioni che non violano le regole dello sport ma sembrano violare lo spirito della competizione, forse usando le leggi per ottenere qualche vantaggio ingiusto. Mantenere la vittoria in proporzione è invece l'enfasi sulla vittoria in modo equo e non la volontà di vincere a tutti i costi. È stato inoltre studiato se i comportamenti fossero associati al disimpegno morale e all'orientamento all'obiettivo. Il disimpegno morale si riferisce a un insieme di manovre psicologiche che consentono agli individui di ridurre al minimo l'affetto negativo tipicamente associato al comportamento trasgressivo (Bandura, 1999). L'orientamento agli obiettivi è stato distinto in compiti cioè la tendenza a definire il successo tramite criteri autoreferenziali, e gli orientamenti dell'ego cioè la tendenza a definire il successo utilizzando criteri riferiti ad altri (Nicholls, 1989). Infine, è stata analizzata la validità discriminante esaminando le relazioni delle sotto scale con il tratto agonistico dell'ansia sportiva, che ha una componente cognitiva (per esempio aspettative negative e preoccupazione per il compito da svolgere) e una componente somatica (per esempio la propria percezione degli elementi fisiologici causati dall'ansia come sentimenti di tensione e nervosismo) (Smith, Smoll e Schutz, 1990).

I partecipanti, come nello studio 1, erano maschi e femmine studenti di un'università britannica e praticanti i seguenti sport di squadra: calcio, rugby, hockey, netball, pallacanestro e football americano/lacrosse e la procedura era analoga allo studio 1 con la differenza della classe di studenti presa in considerazione e il fatto che le misure in questo caso sono state raccolte in un unico momento (no test-retest).

Sono state somministrate loro scale per analizzare il comportamento prosociale e antisociale, aggressività e rabbia, atteggiamenti morali, disimpegno morale, orientamento agli obiettivi e

ansia. Per quanto riguarda i comportamenti prosociali e antisociali è stata somministrata la Sport Scale (PBASS). Rabbia e aggressività nelle competizioni sportive sono state misurate con la scala dell'aggressività competitiva e della rabbia (Maxwell & Moores, 2007): la radice "Quando pratici il tuo sport di squadra, quante volte ti sei comportato, sentito o pensato che..." è stata usata seguita da due sotto scale a 6 voci che misurano l'aggressività (per esempio: il comportamento violento diretto verso un avversario è accettabile) e la rabbia (per esempio: mi arrabbio quando perdo). I partecipanti hanno risposto su una scala Likert che va da 1 =mai a 5 =molto spesso. Gli atteggiamenti morali sono stati misurati con il Questionario sugli atteggiamenti nei confronti delle decisioni morali (Lee et al., 2007): ai partecipanti è stato quindi chiesto di leggere una serie di affermazioni che descrivono pensieri e sentimenti che i giocatori possono avere e di indicare il loro livello di accordo su una scala Likert che va da 1 = fortemente in disaccordo a 7 =fortemente d'accordo. Il questionario misura l'accettazione dell'imbroglio (tre elementi; per esempio: va bene imbrogliare se nessuno lo sa), l'accettazione del gioco (tre elementi; ad esempio: a volte cerco di sabotare l'opposizione) e mantenere la vittoria in proporzione (tre elementi; ad esempio: vincere e perdere fanno parte della vita). Il disimpegno morale nello sport è stato misurato grazie al Moral Disengagement in Sport Scale-Short (Boardley & Kavussanu, 2008) a 8 voci: consiste nel leggere una serie di affermazioni che descrivono i pensieri che i giocatori possono avere e di indicare il loro livello di accordo utilizzando una scala Likert che va da 1 =fortemente in disaccordo a 7 =fortemente d'accordo (per esempio: gli insulti tra i giocatori non fanno davvero male a nessuno). Per quanto riguarda l'orientamento agli obiettivi sono stati misurati gli orientamenti del compito e dell'ego con il questionario sulla percezione del successo (Roberts, Treasure e Balague, 1998): la radice "Quando gioco il mio principale sport di squadra, mi sento più vincente quando..." seguito da due sotto scale a 6 voci che misurano il compito (ad esempio: mostro un chiaro miglioramento personale) e dell'ego (ad esempio; ho battuto altre persone), rispondendo su una scala Likert che va da 1=fortemente in disaccordo a 5 =fortemente d'accordo. Infine, per l'ansia nello sport è stata utilizzata la Sport Anxiety Scale-2 (Smith, Smoll, Cumming e Grossbard, 2006): leggere una serie di affermazioni che descrivono pensieri e sentimenti associati alla competizione sportiva e di indicare come si sentono di solito prima o durante la competizione utilizzando una scala Likert che va da 1 = per niente a 4 = davvero tanto come, per esempio, sono preoccupato per le prestazioni scadenti o il mio corpo si sente teso.

I risultati hanno mostrato che i due comportamenti antisociali erano positivamente collegati all'aggressività fornendo (validità convergente), collegati positivamente alla rabbia, all'accettazione dell'inganno, all'accettazione del gioco, al disimpegno morale e all'orientamento

dell'ego e correlati negativamente all'orientamento al compito (validità simultanea); e non correlati all'ansia sportiva che (la validità discriminante). I due comportamenti prosociali erano positivamente associati all'orientamento al compito (validità simultanea) e non erano correlati alla rabbia e all'ansia (validità discriminante).

Poiché era stata ottenuta una modesta ma non sufficiente evidenza per la validità simultanea e discriminante delle sotto scale del comportamento prosociale, lo scopo principale dello studio 3 consisteva appunto nell'esaminare ulteriormente questo aspetto utilizzando variabili legate ai comportamenti prosociali nella ricerca passata, nello specifico gli orientamenti degli obiettivi sociali. Gli orientamenti agli obiettivi sociali descritti da Allen (2003) sono: l'affiliazione sociale, il riconoscimento sociale e lo status sociale. Il primo aspetto riflette l'attenzione alle esperienze sociali positive e allo sviluppo di relazioni reciproche. Alti livelli di affiliazione sociale indicano che per questo tipo di individui è importante nel loro sport fare amicizia, socializzare e divertirsi con altri simili. Il riconoscimento sociale invece riflette l'attenzione alla convalida di sé stessi attraverso l'approvazione degli altri. Per gli individui che hanno un alto orientamento all'obiettivo è importante che le loro capacità e prestazioni vengano riconosciute dagli altri. Infine, un alto orientamento allo stato sociale riflette un focus sulla convalida di sé stessi attraverso il raggiungimento della popolarità tra i pari, infatti per questo tipo di individui è fondamentale nello sport quando essere uno dei giocatori popolari del gruppo. Poiché da uno studio precedente (Sage e Kavussanu, 2007) che ha esaminato la relazione tra gli orientamenti degli obiettivi sociali e i comportamenti prosociali e antisociali nei giocatori di calcio è emerso che, sia l'affiliazione sociale che il riconoscimento sociale erano positivamente associati al comportamento prosociale e lo status sociale era positivamente collegato al comportamento antisociale, l'identificazione di relazioni simili in questo studio sosterebbe la validità simultanea delle sotto scale di comportamento prosociale e la validità discriminante se gli obiettivi sociali evidenziano relazioni di forza variabile con i due comportamenti prosociali.

I partecipanti al terzo studio erano calciatori maschi, ai quali sono stati somministrati i questionari per analizzare i comportamenti prosociali e antisociali (PBASS) e orientamenti agli obiettivi da assistenti di ricerca durante una sessione di formazione. Per la misura degli orientamenti agli obiettivi invece è stata utilizzata la scala di orientamento motivazionale sociale per lo sport a 15 voci (Allen, 2003) è stata valutando: l'affiliazione sociale (sette voci; per esempio: mi faccio dei buoni amici nella squadra), il riconoscimento sociale (quattro voci; per esempio: ricevo riconoscimenti dagli altri per i miei risultati) e lo stato sociale (quattro voci; per esempio: appartengo al gruppo popolare della squadra). La radice di che precedeva ogni

voce era: "Sento che le cose sono andate bene nel calcio quando..." e le risposte sono state date su una scala Likert che va da 1 =fortemente in disaccordo a 5 = fortemente d'accordo.

Alla luce dei risultati emerge che i due comportamenti prosociali erano positivamente associati all'affiliazione sociale e al riconoscimento sociale (validità simultanea); anche la sottoscala del comportamento prosociale dell'avversario era positivamente associata all'orientamento dello status sociale. Le due sotto scale di comportamento prosociale avevano anche una forza di associazione variabile con l'affiliazione sociale (validità discriminante). Il comportamento antisociale dell'avversario era positivamente collegato allo status sociale (validità simultanea) ed era anche significativamente e positivamente associato al riconoscimento sociale e all'affiliazione sociale. Lo studio 3 ha fornito quindi ulteriori prove della validità simultanea e discriminante in particolare per quanto riguarda le due sotto scale riferite ai comportamenti prosociali.

2.3 Conclusioni

È fondamentale che si sviluppino misure valide e affidabili per l'avanzamento delle conoscenze in qualsiasi area di ricerca. PABSS è stata sviluppata per misurare il comportamento sportivo prosociale e antisociale e in questi studi sono state fornite alcune prove fondamentali della validità del costrutto. Per quanto riguarda i due comportamenti antisociali erano positivamente associati all'aggressività fisica e verbale (forti correlazioni per l'avversario antisociale e correlazioni moderate per il comportamento antisociale dei compagni di squadra). I due comportamenti antisociali erano inoltre positivamente associati all'ostilità, alla rabbia e all'accettazione dell'imbroglio e del gioco. Questi risultati suggeriscono che gli atleti di sport di squadra che si comportano in modo antisociale nei confronti dei loro avversari e compagni di squadra hanno anche maggiori probabilità di considerare accettabili i comportamenti di frode e di gioco e di essere ostili e arrabbiati. Ha senso pensare che chi si comporta in modo scorretto sia più propenso ad accettare un'ingiustizia ricevuta o di normalizzare comportamenti aggressivi. È emersa inoltre una correlazione positiva associata al disimpegno morale e negativa associata all'identità morale, all'empatia e all'orientamento al compito. Ha senso, infatti, che gli atleti che imbrogliano e sono fisicamente e verbalmente aggressivi hanno maggiori probabilità di essere antisociali nei confronti dei loro avversari piuttosto che dei loro compagni di squadra, ed è per questo che è stato deciso di creare le quattro sotto scale diverse per far emergere le leggere differenze che lo stesso individuo attua nei confronti di un compagno di squadra o di un avversario. Il comportamento antisociale

dell'avversario ma non del compagno di squadra era anche positivamente associato all'orientamento dell'ego e ai tre obiettivi sociali. In ogni caso le correlazioni tra i due comportamenti antisociali erano ampie quindi si potrebbe comunque ipotizzare un tratto comune alla base di questi comportamenti. I due comportamenti prosociali invece erano positivamente collegati all'orientamento al compito, all'affiliazione sociale e al riconoscimento sociale suggerendo che i giocatori che agiscono in modo prosociale aiutando un avversario a uscire dal campo o incoraggiando e congratulandosi con un compagno di squadra, tendono a sviluppare relazioni reciproche con gli altri e a convalidarsi attraverso l'approvazione degli altri. I comportamenti prosociali, in particolare quelli nei confronti dei compagni di squadra, dovrebbero rafforzare le relazioni all'interno della squadra, soddisfacendo così gli obiettivi dei partecipanti per l'affiliazione sociale e il riconoscimento inoltre sono emerse relazioni non significative con aggressività fisica e verbale, ostilità, rabbia, aggressività, accettazione di barare, disimpegno morale, orientamento all'ego e ansia. Il comportamento prosociale verso gli avversari era positivamente associato all'identità morale e all'empatia mentre le relazioni tra identità morale ed empatia con il comportamento prosociale verso i compagni di squadra erano deboli e non significative. Ha senso pensare che atti come fornire riscontri positivi e costruttivi o incoraggiare e congratularsi con un compagno siano comportamenti normalizzati all'interno di una squadra e quindi che non chiamino in causa empatia o identità morale. Il comportamento prosociale nei confronti dell'avversario era anche positivamente associato all'orientamento all'obiettivo dello status sociale in quanto aiutare altri giocatori può contribuire a creare un'immagine positiva e aumentare la popolarità tra i coetanei. Infine, nella maggior parte dei casi, i due comportamenti prosociali non erano correlati ai due comportamenti antisociali, suggerendo che i giocatori che si comportano in modo prosociale verso i loro compagni di squadra o verso gli avversari hanno meno probabilità di comportarsi in modo antisociale ed è quindi necessario studiare e prendere in considerazione entrambi i comportamenti. È stato osservato inoltre un legame positivo inaspettato tra il comportamento prosociale nei confronti dei compagni di squadra e l'accettazione del gioco. È probabile che i giocatori che si impegnano nell'attuare comportamenti prosociali nei confronti dei compagni di squadra lo facciano anche per migliorare le prestazioni della loro squadra, e per questo potrebbero essere disposti ad accettare comportamenti di gioco che promuovano la vittoria della squadra anche prendendo un vantaggio ingiusto sull'avversario. È opportuno pensare che questo risultato possa essere anche del tutto casuale poiché uno dei limiti di questi tre studi riguarda l'uso di campioni relativamente omogenei. Infatti, nei primi due studi erano tutti studenti universitari mentre nel terzo i partecipanti erano tutti calciatori maschi e quindi questi risultati potrebbero essere generalizzati solo a popolazioni simili.

In conclusione, la ricerca futura dovrebbe comunque continuare ad esaminare la relazione tra le due sotto scale di comportamento prosociale e le variabili relative allo sport per stimare meglio l'entità delle loro relazioni e magari arrivare a stabilire il grado in cui i comportamenti prosociali e antisociali misurati dal PABSS corrispondono ai comportamenti effettivi che si verificano durante una partita, per esempio si potrebbe registrare i comportamenti misurati dalla PABSS durante una partita (partite videoregistrate) amministrando la scala dopo la partita e determinando la relazione tra comportamenti segnalati e quelli poi effettivamente osservati. Questa ricerca ha comunque fornito un ha fornito la prima prova dell'affidabilità e della stabilità test-retest, nonché ulteriori prove della sua validità simultanea e discriminante. Possiamo quindi dire con certezza che i risultati attuali supportano l'affidabilità e la validità del costrutto PBASS.

CAPITOLO 3

Descrizione e spiegazione del lavoro svolto durante il tirocinio

3.1 Tirocinio teoria

Durante il corso dell'anno accademico 2021/2022, insieme ad altri 5 studenti dell'università di psicologia di Padova, abbiamo impiegato le ore del tirocinio al fine di validare la Sport Scale in versione italiana. Sotto la supervisione della Prof.ssa Irene Leo e del Prof. Enrico Rubaltelli, docenti presso il Dipartimento di Psicologia dello Sviluppo e della Socializzazione dell'Università di Padova, abbiamo condotto uno studio sulla gestione delle emozioni e sul comportamento prosociale nello sport negli atleti e nelle atlete dai 12 ai 20 anni praticanti uno sport di contatto di squadra. Le ricerche più recenti sostengono che per il raggiungimento del successo e del benessere è necessario non solo l'allenamento fisico ma anche un'attenzione alle caratteristiche psicologiche (Rubaltelli, Agnoli, Leo, 2018). Una delle caratteristiche psicologiche che permettono ad una squadra di ottenere una performance migliore ed ai componenti di vivere in modo corretto le sfide sportive è il comportamento prosociale. Sostenersi a vicenda, avere rispetto dei compagni, degli avversari e delle regole del proprio sport sono valori fondamentali per affrontare la gara in modo corretto e senza perdere di vista il ruolo dello sport nelle nostre vite. Lo studio era quindi volto ad indagare il ruolo della motivazione e della consapevolezza fisica durante allenamenti e competizioni. Sono molti gli aspetti da considerare e molte le componenti che possono influenzare i comportamenti di un atleta, inoltre sotto sforzo l'ossigenazione al cervello è minore e quindi la lucidità per stabilire come è meglio comportarsi è limitata, facendo spesso emergere alcuni aspetti del proprio carattere che in condizioni normali non si manifesterebbero. Dovendo noi contare sulla disponibilità di atleti giovani e non potendo permetterci di offrire un compenso sarebbe stato inopportuno somministrare un questionario a troppe voci. A tal fine lo scopo del progetto è stato quello di somministrare un questionario finale leggermente scremato e così suddiviso: una prima parte di raccolta informazioni personali (8 voci come età, genere, sport...) ed una seconda parte del questionario per misurare i seguenti costrutti. Comportamento prosociale ed antisociale negli atleti adolescenti (PABSS, articolo 21); intelligenza Emotiva di tratto (TEIQUE, 75 voci); motivazione (scheda CBA SPORT, 41 voci); empatia e assunzione di prospettiva (IRI, 14 voci); Percezione di successo nello sport (POSQ, 12 item); disimpegno morale nello sport (voce MDSS 8). La compilazione del questionario aveva all'incirca una durata complessiva di 25 minuti. Per essere valido i partecipanti avrebbero dovuto rispondere a tutti gli item.

3.2 Tirocinio pratica

In pratica il nostro lavoro è stato quello di finalizzare il questionario utilizzando il programma Qualtrics, che ci ha permesso di digitalizzare una versione cartacea già esistente del questionario al fine di raggiungere un maggior numero possibile di individui e non essere costretti a recarci personalmente, sia per questioni legate alla pandemia sia per questioni pratiche. Così facendo infatti, abbiamo avuto la possibilità di ricevere compilazioni da ogni parte d'Italia evitando di andare incontro a risultati campionati esclusivamente ad un'area geografica. Successivamente abbiamo ricontrollato il questionario e eliminato eventuali ripetizioni di domande o corretto eventuali errori. Inoltre, essendo il nostro target riferito ad atleti compresi tra i 12 e i 20 anni d'età abbiamo dovuto ideare un metodo per far compilare il consenso informato dai genitori degli atleti minorenni che evitasse di allungare eccessivamente i tempi o che la procedura fosse troppo complicata per evitare di perdere per questo molte risposte. Una volta finalizzato il questionario e creato il link per accedervi, il nostro lavoro è stato quello di riuscire a raggiungere più risposte possibili per poter rendere significativi i risultati.

Inizialmente non è stato facile: spiegavamo l'importanza e gli intenti del nostro progetto a dirigenti e allenatori delle società sportive e veniva sempre accolto con grande entusiasmo, poi però i numeri faticavano a salire in modo consistente. L'aspetto negativo del questionario online è che non abbiamo potuto verificare personalmente, se non in rari casi, se effettivamente poi il questionario veniva inoltrato agli atleti, o se una volta inoltrato il link ai ragazzi questi lo completavano. Abbiamo quindi deciso di puntare sulla numerosità e creata una mail standard abbiamo contattato qualsiasi tipo di società di sport a contatto con squadre giovanili dalla Puglia alla Valle D'Aosta. Con molta dedizione poi abbiamo spiegato l'importanza del progetto e quanto ogni singola risposta fosse fondamentale per poter fare ricerca. I numeri hanno iniziato a salire fino ad arrivare ad una consistenza tale per poter pensare di iniziare a studiare i dati. Purtroppo, si tratta di un processo lungo al quale lavorano molte persone quindi ancora non possiamo vedere i frutti del nostro operato, un altro gruppo di ricerca analizzerà poi i dati per poter poi fare inferenze importanti per il mondo della psicologia dello sport.

Sono fiera di aver preso parte a questo progetto, non solo perché l'ho vissuto come una sfida personale, cercando di offrire il mio aiuto al meglio anche davanti ai momenti di sconforto iniziali, ma anche perché quest'area di ricerca in psicologia ha bisogno di essere studiata ancora molto poiché ne è emersa l'importanza in tempi più recenti e quindi avere dato, anche se in piccola parte, il mio contributo è motivo di orgoglio.

Conclusione

La Psicologia dello Sport è un ramo della psicologia tanto affascinante quanto complesso. Purtroppo, ancora molto inesplorato ma sono certa che in pochi anni verranno fatti progressi straordinari. Infatti come abbiamo visto è necessario che venga fatta ancora tanta ricerca. Lo sport è fondamentale nella vita di tutti, soprattutto dei più giovani, poiché oltre ad essere importante per la salute, offre numerosi insegnamenti di vita ogni giorno. Insegna il rispetto, per i propri compagni di squadra, per gli avversari e soprattutto per l'allenatore che, come se fosse l'autorità, non importa se quello che dice o fa in un determinato momento sia condivisibile o meno (per esempio: cambia un atleta che voleva contribuire ancora in campo durante una partita), l'atleta è costretto a mettere la testa bassa e lavorare, ingoiare un boccone amaro senza poter controbattere o rispondere. Nella vita ci sono e ci saranno molte cose che percepiremo come ingiuste e sbagliate nei nostri confronti, è fondamentale saperle affrontare portando sempre rispetto affinché gli eventi non ci si rivolgano contro (per esempio nello sport il rischio potrebbe essere la non convocazione alla competizione successiva). Inoltre, lo sport insegna la condivisione, l'unione davanti ad un obiettivo, insegna a mettere via rabbie e rancori per il bene della squadra, insegna a rialzarsi dopo ogni sconfitta. Lo sport insegna che non esiste l'invidia, se non quella sana, che sprona a superarsi ogni volta per dimostrare a sé stessi e agli altri che si può sempre fare meglio, in ogni circostanza. Dallo sport si impara cosa sia il sacrificio, perché lo sport non è solo cose belle è anche lacrime, sudore, rinunce, si rinuncia a uscire con gli amici il sabato sera perché la domenica c'è la partita, o il venerdì perché ci sono gli allenamenti fino a tardi, o il pranzo di famiglia perché c'è la trasferta lontana, molti atleti rinunciano perfino alle vacanze estive perché d'estate ci sono le competizioni più importanti ed è necessario allenarsi anche due o tre volte al giorno, lo sport è anche dolore, ma è per questo che chi non fa sport non saprà mai le emozioni che ti regala una vittoria, più è dura e più sarà bello gridare insieme ai compagni di squadra di avercela fatta: è come se in una medaglia o una coppa fosse raccolto tutto il sacrificio e in un secondo venisse spazzato via. È importante fare sport anche perché è una valvola di sfogo nella vita di tutti i giorni: entrare agli allenamenti e lasciare tutti i problemi fuori, eliminare la rabbia, il dolore e le frustrazioni dando il massimo nello sport che ami aiuta a non perdere la strada quando tutto sembra andare male ma anche una valvola di svago dopo una giornata di studio o di lavoro.

Lo sport è quindi una palestra di vita ed è fondamentale che i ragazzi ci si avvicinino da subito nel modo giusto, che gli allenatori condannino i comportamenti antisociali e promuovano quelli prosociali, dando il buon esempio ed intervenendo adeguatamente in presenza di comportamenti

scorretti, sia nei confronti dei compagni di squadra che nei confronti degli avversari: la competizione deve essere sana ed è fondamentale anche saper riconoscere quando gli avversari sono più forti. È più facile insegnare agli atleti giovani come comportarsi correttamente sin da subito che ritrovarsi poi a correggere un atleta adulto. Affinché questo accada mi auguro che la direzione sarà quella di normalizzare che all'interno dello staff dei preparatori di una squadra sia presente uno psicologo dello sport, con le competenze adatte che possa aiutare sia i singoli atleti ma anche il funzionamento della squadra come gruppo di individui. Rispetto a pochi anni fa, sicuramente, le società che hanno preso questa rotta sono molte, ed i risultati sono evidenti.

Concludendo quindi, abbiamo capito che nello sport non sono importanti solo le prestazioni fisiche ma è necessario prestare attenzione anche alle caratteristiche psicologiche degli atleti e riuscire a capire come è meglio agire nei confronti di ogni singolo individuo: ciò che sprona uno potrebbe totalmente demoralizzare l'altro e per far questo molto spesso le competenze del solo allenatore non bastano. La condizione psicologica dell'atleta o del gruppo di atleti influenza molto la prestazione in campo ed è quindi fondamentale, per ottenere il massimo dalla propria squadra, che un esperto del settore affianchi la preparazione.

Sono molti i ricercatori e gli esperti che stanno lavorando per validare e divulgare informazioni in questo ambito e, vista l'importanza che abbiamo visto avere, ci auguriamo che saranno sempre di più.

Bibliografia

- Allen, J. B. (2003). Social motivation in youth sport. *Journal of sport and exercise psychology, 25*(4), 551-567.
- Aquino, K., & Reed II, A. (2002). The self-importance of moral identity. *Journal of personality and social psychology, 83*(6), 1423.
- Bandura, A. (1991). Social cognitive theory of moral thought and action. 71–129. *Handbook of moral behavior and development: Theory, research and applications*. Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Bandura, A. (1999). Moral Disengagement in the Perpetration of Inhumanities. *Personality and Social Psychology Review, 3*(3), 193-209.
- Boardley, I. D., & Kavussanu, M. (2008). The moral disengagement in sport scale—short. *Journal of sports sciences, 26*(14), 1507-1517.
- Boardley, I. D., & Kavussanu, M. (2009). The influence of social variables and moral disengagement on prosocial and antisocial behaviours in field hockey and netball. *Journal of sports sciences, 27*(8), 843-854.
- Buss, A. H., & Perry, M. (1992). The aggression questionnaire. *Journal of personality and social psychology, 63*(3), 452.
- Cameron, J. E. (2004). A three-factor model of social identity. *Self and identity, 3*(3), 239-262.
- Carron, A. V., Brawley, L. R., & Widmeyer, W. N. (1998). The measurement of cohesiveness in sportgroups. In J. L. Duda (Ed.), *Advancements in sport and exercise psychology measurement* (pp. 213-226).
- Eisenberg, N., & Fabes, R. A. (1998). Prosocial development. *Handbook of child psychology* (Vol. 3, pp. 701–778).
- Eys, M. A., Jewitt, E., Evans, M. B., Wolf, S., Bruner, M. W., & Loughead, T. M. (2013). Coach-initiated motivational climate and cohesion in youth sport. *Research quarterly for exercise and sport, 84*(3), 373-383.
- Eys, M. A., Loughead, T. M., Bray, S. R., & Carron, A. V. (2009). Perceptions of cohesion by youth sport participants. *The Sport Psychologist, 23*(3), 330-345.
- Eys, M., Loughead, T., Bray, S. R., & Carron, A. V. (2009). Development of a cohesion questionnaire for youth: The Youth Sport Environment Questionnaire. *Journal of Sport and Exercise Psychology, 31*(3), 390-408.
- Feltz, D. L., Chase, M. A., Moritz, S. E., & Sullivan, P. J. (1999). A conceptual model of coaching efficacy: Preliminary investigation and instrument development. *Journal of educational psychology, 91*(4), 765.
- Kavussanu, M., & Boardley, I. D. (2009). The prosocial and antisocial behavior in sport scale. *Journal of sport and exercise psychology, 31*(1), 97-117.
- Lee, M. J., Whitehead, J., & Ntoumanis, N. (2007). Development of the attitudes to moral decision-making in youth sport questionnaire (AMDYSQ). *Psychology of Sport and Exercise, 8*(3), 369-392.
- Maxwell, J. P., & Moores, E. (2007). The development of a short scale measuring aggressiveness and anger in competitive athletes. *Psychology of sport and exercise, 8*(2), 179-193.

- Murrell, A. J., & Gaertner, S. L. (1992). Cohesion and sport team effectiveness: the benefit of a common group identity. *Journal of Sport & Social Issues*, 16, 1 e 14.
- Nicholls, J. G. (1989). *The competitive ethos and democratic education*. Harvard University Press.
- Paskevich, D. M., Estabrooks, P. A., Brawley, L. R., & Carron, A. V. (2001). Group cohesion in sport and exercise. *Handbook of sport psychology*, 2, 472-494.
- Pedhazur, E. J., & Schmelkin, L. P. (1991). Artifacts and pitfalls in research. *Measurement, Design, and analysis: An Integrated Approach*. Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.
- Power, F. C., Higgins, A., & Kohlberg, L. (1989). *Lawrence Kohlberg's approach to moral education*. Columbia University Press.
- Roberts, G. C., Treasure, D. C., & Balague, G. (1998). Achievement goals in sport: The development and validation of the Perception of Success Questionnaire. *Journal of Sports Sciences*, 16(4), 337-347.
- Rubaltelli, E., Agnoli, S., & Leo, I. (2018). Emotional intelligence impact on half marathon finish times. *Personality and Individual Differences*, 128, 107-112.
- Rutten, E. A., Deković, M., Stams, G. J. J., Schuengel, C., Hoeksma, J. B., & Biesta, G. J. (2008). On-and off-field antisocial and prosocial behavior in adolescent soccer players: A multilevel study. *Journal of adolescence*, 31(3), 371-387.
- Rutten, E. A., Schuengel, C., Dirks, E., Stams, G. J. J., Biesta, G. J., & Hoeksma, J. B. (2011). Predictors of antisocial and prosocial behavior in an adolescent sports context. *Social Development*, 20(2), 294-315.
- Rutten, E. A., Stams, G. J. J., Biesta, G. J., Schuengel, C., Dirks, E., & Hoeksma, J. B. (2007). The contribution of organized youth sport to antisocial and prosocial behavior in adolescent athletes. *Journal of youth and adolescence*, 36(3), 255-264.
- Sage, L., & Kavussanu, M. (2007). Multiple goal orientations as predictors of moral behavior in youth soccer. *Sport Psychologist*, 21(4), 417.
- Sage, L., Kavussanu, M., & Duda, J. (2006). Goal orientations and moral identity as predictors of prosocial and antisocial functioning in male association football players. *Journal of Sports Sciences*, 24(05), 455-466.
- Senécal, J., Loughhead, T. M., & Bloom, G. A. (2008). A season-long team-building intervention: Examining the effect of team goal setting on cohesion. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 30(2), 186-199.
- Sherif, M., Harvey, O. J., White, B. J., Hood, W. R., & Sherif, C. W. (1954). 1961 Intergroup Conflict and Cooperation: The Robbers Cave Experiment. *Norman, OK: University of Oklahoma*.
- Smith, R. E., Smoll, F. L., & Schutz, R. W. (1990). Measurement and correlates of sport-specific cognitive and somatic trait anxiety: The Sport Anxiety Scale. *Anxiety research*, 2(4), 263-280.
- Smith, R. E., Smoll, F. L., Cumming, S. P., & Grossbard, J. R. (2006). Measurement of multidimensional sport performance anxiety in children and adults: The Sport Anxiety Scale-2. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 28(4), 479-501.
- Tajfel, H., Billig, M. G., Bundy, R. P., & Flament, C. (1971). Social categorization and intergroup behaviour. *European journal of social psychology*, 1(2), 149-178.

Taylor, I. M., & Bruner, M. W. (2012). The social environment and developmental experiences in elite youth soccer. *Psychology of Sport and Exercise, 13*(4), 390-396.

Terry, D. J., Hogg, M. A., & White, K. M. (1999). The theory of planned behaviour: self-identity, social identity and group norms. *British journal of social psychology, 38*(3), 225-244.

Zucchermaglio, C. (2005). Who wins and who loses: The rhetorical manipulation of social identities in a soccer team. *Group Dynamics: Theory, Research, and Practice, 9*(4), 219.