



**UNIVERSITA' DEGLI STUDI DI PADOVA**  
**Dipartimento di Filosofia, Sociologia, Pedagogia e Psicologia Applicata -FISPPA**

**Corso di laurea in**  
**Scienze Psicologiche Sociali e del Lavoro**

**GLI EFFETTI DEGLI STEREOTIPI DI GENERE SULLA INCLUSIONE DELLE DONNE**  
**NELLO SPORT**

The Effect of Gender Stereotypes on inclusion of women in sport

**Relatore:**

Prof.ssa Maria Cristina Ginevra

**Laureando:** Eleonora Pecorelli

**Matricola:** 2021943

Anno accademico 2022/2023

## **SOMMARIO**

<b>1. INTRODUZIONE .....</b>	<b><i>pag. 4</i></b>
<b>1.1 INCLUSIONE .....</b>	<b><i>pag. 4</i></b>
<b>1.2 STEREOTIPI .....</b>	<b><i>pag. 4</i></b>
<b>1.3 GENERE .....</b>	<b><i>pag. 6</i></b>
<b>1.4 GENDERTYPING .....</b>	<b><i>pag.7</i></b>
<b>2. INFLUENZA NEGATIVA DEGLI STEREOTIPI SULLE ATLETE .....</b>	<b><i>pag. 8</i></b>
<b>3. LA MINACCIA STEREOTIPATA SULLA PERFORMANCE DELLE     DONNE NEL CASO DELLO SPORT DEL CALCIO.....</b>	<b><i>pag. 12</i></b>
<b>4. INFLUENZA DEI MEDIA SULLA PERFORMANCE DELLE     DONNE NELLO SPORT .....</b>	<b><i>pag.14</i></b>
<b>5. INCLUSIONE DELLE RAGAZZE NELLO SPORT .....</b>	<b><i>pag. 17</i></b>
<b>6. CONCLUSIONI .....</b>	<b><i>pag. 22</i></b>
<b>BIBLIOGRAFIA .....</b>	<b><i>pag. 25</i></b>

## **GLI EFFETTI DEGLI STEREOTIPI DI GENERE SULLA INCLUSIONE DELLE DONNE NELLO SPORT**

Abstract:

L'inclusione delle donne nello sport rappresenta un tema di grande attualità nel contesto sociale, le donne infatti ancora si vedono escluse dalla narrazione sportiva, nonostante l'evoluzione che lo sport femminile abbia avuto negli ultimi cinquant'anni.

In questo elaborato si andranno a delineare le motivazioni psicologiche e l'effetto degli stereotipi di genere che portano al limitato accesso ed incoraggiamento da parte di terzi, tra cui media e figure educative, alla partecipazione delle donne e delle ragazze nello sport, esaminando le conseguenze concrete di tale condotta.

Si andrà inoltre a delineare come l'esposizione e l'apprendimento di stereotipi di genere legati alla atleticità delle donne vada ad influenzare la loro personale abilità e, di conseguenza, il loro rendimento, soprattutto in compiti con un grado elevato di difficoltà.

Verranno considerate prospettive psicologiche che rafforzano l'inclusione delle donne nello sport, esaminando anche le modalità con cui tali prospettive agiscono per riequilibrare concetti stereotipati di genere.

### **OBIETTIVI DELLA RICERCA**

Gli obiettivi che questa ricerca bibliografica si propone di indagare riguardano le minacce che gli stereotipi di genere creano nell'inclusione delle donne rispetto alla partecipazione allo sport. La ricerca quindi si focalizza sul modo in cui le minacce degli stereotipi di genere hanno un effetto sulla performance delle atlete e su come i media hanno una influenza sulla creazione di stereotipi negativi, legati alla presentazione sessualizzata delle atlete e la conseguente performance peggiore ed autoesclusione delle ragazze dallo sport.

Nello specifico, si andrà ad analizzare la minaccia stereotipata nel caso dello sport del calcio, sia come apprendimento di *skill* motorie legate al calcio che a livello peggiorativo della performance per le atlete femminili.

In conclusione, saranno esplorate potenziali strategie di inclusione per le donne come attraverso la creazione di *role model* positivi femminili nello sport e attraverso la teoria di contatto (Allport 1954, Pettigrew 1998) tra gruppi in contesti favorevoli.

## **1. INTRODUZIONE**

### **1.1 INCLUSIONE**

L'inclusione implica che i contesti devono essere capaci di accogliere ogni individuo con le sue unicità; in tali contesti tutti possono partecipare in modo attivo e senza limitazioni, prevedendo che ci sia un condiviso rispetto della dignità umana, delle libertà e dei diritti fondamentali.

Con l'inclusione quindi si punta a rispettare aspetti di equità che contemplano che differenti gruppi che hanno diversi background e punti di partenza, con trattamenti differenziati, possono arrivare allo stesso punto di arrivo.

### **1.2 STEREOTIPI**

Non è necessario che gli stereotipi vengano acquisiti in modo diretto, molto spesso, infatti, vengono trasmessi grazie alla cultura e al gruppo sociale di appartenenza; anche i media possono essere considerati responsabili di questa diffusione e questo vale anche per gli stereotipi di genere.

Per rendere non efficace l'effetto degli stereotipi, secondo Wegner, si cerca di trovare distrattori mentali, poiché si tratta di un processo che richiede l'utilizzo di una certa quantità di risorse cognitive. Questo può portare a distogliere l'attenzione dai pensieri stereotipati indesiderati, se però non vi sono le risorse cognitive disponibili per distogliere l'attenzione, i pensieri stereotipati saranno iper-accessibili, creando un effetto rimbalzo (Macrea et al.) che non fa altro che evidenziare ancora di più l'esistenza dello stereotipo.

La teoria della minaccia indotta dallo stereotipo illustra che se lo stereotipo viene esperito dal proprio gruppo di appartenenza, per identificazione verrà sperimentata una sensazione di minaccia, in quanto si teme di confermare tale stereotipo nella propria figura, creando quindi difficoltà nell'elaborazione, nella corteccia prefrontale, di prove di varia natura. Nel contesto sportivo quindi questo ha effetti sulla performance sportiva, oltre che sulla “perdita di motivazione e sulla riduzione dell'interesse (Spencer et al. 2016)<sup>1</sup>.”

Una possibile strategia di evitamento è la disidentificazione dall'in-group che, anche se protegge la propria autostima (e quella dei membri dell'in-group) dalla stigmatizzazione, ha effetti negativi sulla motivazione, sul rendimento e sull'interesse nell'attività sportiva che si sta svolgendo.

Infatti, non si ha successo nella performance se assoggettati allo stereotipo perché, non solo non si può dare completa attenzione al compito, ma anche perché nello stesso momento ci si deve auto-monitorare e si devono soffocare le emozioni negative e stressanti.

La minaccia stereotipata non si applica solo allo sport, ma anche ad altri campi, come ad esempio nei compiti di matematica per le donne e non si applica solo alle donne, ma a tutti i gruppi soggetti a stereotipi negativi.

Gli stereotipi una volta formati e appresi sono stabili e la persona andrà a cercare volontariamente, in conformità con il proprio pensiero, le prove di queste affermazioni. Ad esempio, se si pensa che le donne non siano portate per essere atlete, si andranno a cercare informazioni nella narrazione mediatica dello sport nelle categorie femminili, in cui le donne hanno avuto basse prestazioni sportive. Si crea dunque un circolo vizioso tra idea stereotipata e comunicazione mediatica.

Gli stereotipi di genere, in questo contesto sportivo, in quanto influenzati dalla mera apparenza e dalla cultura patriarcale trasmessa, si pensa che trovino un fondamento nelle cause biologiche. Questo viene negato dallo studio di Eagly (1995) in cui si dichiara che il sesso predice solo il 5% delle differenze fisiche. Risulta quindi che il dato biologico non è sufficiente per spiegare la differenza

---

<sup>1</sup> Weber, S., Olsen, M., & Martiny, S. E. (2022). Effects of instagram sports posts on the athletic motivation of female elite athletes: Do they inspire or backfire?. *Psychology of Sport and Exercise*, 58, 102080.

nelle performance sportive dei generi ed anzi, la ricerca afferma che devono essere contemplati maggiormente i fattori psicosociali, come la maggiore motivazione dei ragazzi nelle attività sportive o la credenza maschile di avere una più elevata competenza sportiva.

### 1.3 GENERE

Il genere è considerato uno dei fattori primari per la categorizzazione delle persone, ma molti studi mostrano che le differenze tra generi non dipendono unicamente dagli ormoni (ad esempio non vi è nessuna evidenza che il cervello sia differente), infatti secondo l'APA il genere è influenzato, oltre che dai fattori biologici, anche dalle attitudini e dai comportamenti che una cultura associa ad esso.

Il genere è un costrutto sociale che ha una rilevanza in quanto ha influenze sulla diversa strutturazione di molte aree della società, il problema avviene quindi quando “le differenze sono valutate e stereotipate in modo da legittimare una gerarchia e bilanciamento di potere iniqui (West & Fenstermaker, 1995)”<sup>2</sup>

Uomini e donne sono differenzialmente socializzati, sin dall'infanzia, ad aderire a ruoli e stereotipi del proprio genere. Riguardo al caso specifico dello sport, la ricerca mostra che i bambini hanno una coscienza stigmatizzata del genere nello sport. Secondo uno studio condotto da Schmalz e Kerstetter (2006), incentrato sull'indagine del grado di consapevolezza dei bambini “sugli stereotipi sociali legati al genere nello sport e nelle attività fisiche e come ciò influenza le loro scelte partecipative”<sup>3</sup>, è emerso che i bambini sono consapevoli della stigmatizzazione presente in queste discipline, associando determinati sport a un genere specifico. Tuttavia, spesso non sono in grado di spiegare le ragioni di tali categorizzazioni. Nonostante ciò, i bambini limitano i loro comportamenti partecipativi nello sport per conformarsi alle norme sociali di comportamento ritenute appropriate per il loro

---

<sup>2</sup> Norman, L. (Ed.). (2021). *Improving gender equity in sports coaching*. Routledge

<sup>3</sup> Schmalz, D. L., & Kerstetter, D. L. (2006). *Girlie Girls and Manly Men: Children's Stigma Consciousness of Gender in Sports and Physical Activities*. *Journal of Leisure Research*, 38(4), 536–557. <https://doi.org/10.1080/00222216.2006.11950091>

genere. Con tale premessa, la partecipazione allo sport di tutte le donne è influenzata sin dall'infanzia dalle norme dettate dalla società e rinforzate dai media, sui canoni di genere che devono essere seguiti.

#### 1.4 GENDER-TYPING

Quando parliamo di *gender-typing* facciamo riferimento a “le aspettative riguardanti il comportamento delle persone basate sul loro genere, o il processo attraverso il quale gli individui acquisiscono e interiorizzano tali aspettative”<sup>4</sup>. “Il gender-typing è un processo importante nella pratica sociale del genere (Hatton, 2014), ed è un'influenza potente che spesso porta alla segregazione per genere degli sport disponibili nelle organizzazioni e degli sport scelti dagli individui (Joseph & Anderson, 2015).”<sup>5</sup>

Tale elemento è fondamentale nella socializzazione del genere e, nello sport, porta alla categorizzazione di un certo sport come “maschile”, “femminile”, o anche in certi casi come “neutro”. Infatti, nello studio di Jeffery Sobal & Michelle Milgrim (2017) si è analizzato come gli studenti universitari americani nominano certi sport e li classificano come *feminine sport*, *masculine sports* o *neither gendered sports*.

Gli sport nella categoria “*feminine sport*” più nominati sono stati ginnastica (15%), field hockey (14.6%), softball (12.1%), pallavolo (10%), cheerleading (8.5%), pattinaggio artistico (8%). Per i “*masculine sport*” sono stati elencati il football americano (30%), hockey su ghiaccio (13.8%), wrestling (12,4%), baseball (12,1%) e rugby (9,5%). Nella categoria neutra “*neither gendered sports*” sono presenti sport come tennis e basketball (13,5%) e nuoto (12,8%) e infine calcio (19,9%), anche se è da considerare che il dato è preso da una ricerca con un campionamento fatto negli Stati

---

<sup>4</sup> APA Dictionary of Psychology. (2014). APA Dictionary of Psychology. Apa.org. <https://dictionary.apa.org/gender-typing>

<sup>5</sup> Jeffery Sobal & Michelle Milgrim (2017): Gendertyping sports: social representations of masculine, feminine, and neither-gendered sports among US university students, Journal of Gender Studies, DOI: 10.1080/09589236.2017.1386094

Uniti, in cui il calcio non è molto praticato, ma soprattutto non è parte della cultura come lo è in Europa e in particolare in Italia, infatti, in Europa il calcio è visto come prevalentemente maschile. Questa differenziazione fa riferimento alla teoria della rappresentazione sociale che va ad esprimere come certi aspetti particolari, in questo caso la categorizzazione degli sport come espressioni di genere specifiche, vengono collettivamente definite, costruite e comunicate collettivamente dalla società e diffusi come parte culturale di essa, grazie ai media che trasmettono ai consumatori gli schemi connotati dal genere, stigmatizzano tutti gli atleti, ma in particolare quelle che praticano sport definiti “*cross-gendered*”, cioè appartenenti ad una categorizzazione differente dal genere nel quale si identificano (Lauriola et al., 2004; Schmalz & Davison, 2006).

Il *gender-typing*, per sport che hanno una grande caratterizzazione maschile, può portare alla esclusione delle donne dal parteciparvi, questa cosa avviene anche per la controparte maschile per sport “femminili”.

Una conseguenza del *gender-typing* è il *gender-marking* che prescrive gli eventi sportivi maschili sotto una chiave neutra, che non hanno quindi bisogno di individuare il genere di appartenenza degli atleti con denominazione del tipo “*Final Four*”, per indicare il torneo maschile di basketball della NCAA (National Collegiate Athletic Association); quando invece sono le donne a partecipare e disputare lo stesso torneo, questo è marcato dal genere delle atlete, “*Women’s Final Four*”. Questa disposizione normalizza che gli sport sono maschili, ponendo quindi le atlete come valore aggiunto e non fondamentale di quel particolare sport.

## **2. INFLUENZA NEGATIVA DEGLI STEREOTIPI SULLE ATLETE**

La minaccia stereotipata è considerata come una variabile con un effetto negativo sulla performance e può essere indotta poco prima di svolgere un certo compito sportivo, o essere appresa molto prima

dai media, dai genitori o dagli insegnanti durante l'infanzia. Questo perché va a “indebolire la risposta procedurale senso motoria e va ad impattare la capacità della memoria di lavoro”<sup>6</sup>.

“I fattori culturali, come gli stereotipi di genere legati alla femminilità; le aspettative basate sulle norme di genere dei genitori, allenatori e insegnanti e altre norme culturali (...) formano anche la modalità in cui le ragazze partecipano a sport e attività fisiche (LaVoi e Thul forthcoming, Tucker Center 2007)”<sup>7</sup>

Lo sport è un'attività esemplificativa dove gli stereotipi di genere e le differenze che trasmettono vengono regolate ed istituzionalizzate. “Questa affermazione è in linea con la creazione da parte della mascolinità egemone di strutture di potere che svalutano gli sport praticati dalle donne e implicitamente equiparano l'uomo all'essere umano, lasciando le donne in una posizione subumana”.<sup>8</sup>

“Gli sport hanno tradizionalmente avuto connotazioni di genere nella società e nella cultura, portando a stereotipi di genere solidificati che influenzano le valutazioni delle impressioni.”<sup>9</sup>

Nelle scuole queste concezioni stereotipate vengono trasmesse. Nello studio di Clément-Guillotin et al. (2011) è stato evidenziato che gli insegnanti di educazione fisica associano nella loro classe la parte maschile con la competenza, mentre quella femminile con il calore.

L'influenza degli stereotipi di genere viene condizionata dalla teoria dello schema di genere (Bem, 1981) che va a delineare che le persone sono socializzate nel credere che ci sono differenze di genere che vanno mantenute e perpetuate poiché vere. Nello schema del genere maschile, l'uomo è prescritto come “atleta”, mentre nello schema femminile, la figura di atleta va a negare lo schema di “femminilità”.

---

<sup>6</sup> Stone, J., Chalabaev, A., & Harrison, C. K. (2011). The Impact of Stereotype Threat on Performance in Sports. *Stereotype Threat Theory, Process, and Application*, 218–230. <https://doi.org/10.1093/acprof:oso/9780199732449.003.0014>

<sup>7</sup> Messner, M. A., & Musto, M. (2016). Child's Play: Sport in Kids' Worlds, Cheryl Cooky e Lauren Rauscher “Girls and Racialization of Female Bodies in Sport Contexts, 61-81

<sup>8</sup> Matthias Kaelberer (2018): Gender trouble on the German soccer field: can the growth of women's soccer challenge hegemonic masculinity? *Journal of Gender Studies*, DOI: 10.1080/09589236.2018.1469973

<sup>9</sup> Liu, Z., Shentu, M., Xue, Y. et al. Sport–gender stereotypes and their impact on impression evaluations. *Humanit Soc Sci Commun* 10, 614 (2023). <https://doi.org/10.1057/s41599-023-02132-9>

Secondo il modello “*the stereotype content*” (Fiske et al., 2002) ci sono due categorie con cui si può identificare un gruppo, uno del “calore”, del quale fanno parte caratteristiche come gentilezza o affidabilità e il secondo, nel quale vengono identificati gli atleti maschi, della “competenza” di cui fa parte l’intelligenza. Le donne sono di solito associate alla dimensione del calore (insieme ad altri gruppi come le persone disabili o gli anziani), che serve a compensare inconsciamente le basse abilità sportive.

Per quanto riguarda il punto di vista delle donne e come gli stereotipi possono influenzare la loro performance nello sport, se si stabilisce che uno stereotipo negativo è associato al proprio in-group, verrà esperita una sensazione di minaccia, portandole a concentrarsi molto sulla performance pregiudicando il risultato poiché l’atleta è eccessivamente preoccupata dal non confermare lo stereotipo.

Questo può avvenire anche se esplicitamente si pensa che lo stereotipo non riguardi la propria persona, o anche se non lo si condivide, “poiché il *goal* di disapprovare lo stereotipo potrebbe comunque essere presente”<sup>10</sup>

In particolare, “suggerimenti di minaccia agli stereotipi evidenti, come la menzione di una differenza di genere nelle prestazioni, potrebbero interrompere le prestazioni solo in compiti che richiedono movimenti fluidi e continui, mentre segnali più sottili potrebbero interrompere le prestazioni solo in compiti che richiedono una concentrata attenzione”<sup>11</sup>. Quindi nel primo caso, quando la minaccia degli stereotipi è presentata in modo evidente, si andrebbe ad adottare una strategia più conservativa, che non porta a rischiare, andando per step invece che provare al primo colpo certi movimenti, risultando in una performance più macchinosa e peggiore.

---

<sup>10,11</sup> Hively, K., & El-Alayli, A. (2014). “You throw like a girl:” The effect of stereotype threat on women's athletic performance and gender stereotypes. *Psychology of Sport and Exercise*, 15(1), 48-55.

Lo stereotipo legato allo schema della femminilità dissuade le donne in attività, ma soprattutto in atteggiamenti, che culturalmente sono associate alla mascolinità quale sollevare i pesi, sudare o essere aggressive.

Nello studio di Stone and McWhinnie (2008) viene testato l'effetto della minaccia stereotipata sulle golfiste di ogni grado fino a quello professionale; quando le sportive venivano messe di fronte ad uno stereotipo negativo molto evidente il loro movimento, che nelle professioniste è automatico, veniva alterato perdendo di automaticità.

Nella ricerca di Kimberly Hively e Amani El-Alayli (2014) su atleti di tennis e pallacanestro i risultati mostrano che quando svolgono compiti di concentrazione difficili nei rispettivi sport, le atlete performano in modo peggiore della controparte maschile se prima dell'inizio della prova è stata indotta una minaccia stereotipata che andava a misurare le abilità atletiche naturali relative alla differenza di genere nel risultato della performance.

Secondo la metanalisi di Ambra Gentile, Stefano Boca, Isabella Giammusso (2018) l'effetto della minaccia degli stereotipi di genere sulla performance delle atlete donne risulta essere di valore medio ( $d = 0.33$ , se escluso uno studio sugli scacchi per  $k = 22$  ricerche contemplate  $d=.30$ ), ma per sport ritenuti maschili l'effetto è maggiore.

Nello studio di Laurin (2013), che va ad analizzare se l'ansia somatica (cognitiva) ha un ruolo sulle performance motorie sotto minaccia stereotipata, si è notato che la prima (l'ansia somatica nello sport presenta la seguente somatologia “frequenza cardiaca elevata, mancanza di respiro, mani sudate e muscoli tesi”<sup>12</sup>) si attiva, interponendosi nella performance motoria, se le atlete erano target di stereotipi negativi, ma non si attiva la controparte cognitiva (l'ansia cognitiva invece appare come “una negativa aspettativa di successo e una autovalutazione negativa”<sup>13</sup>).

---

<sup>12,13</sup> Raphael Laurin (2013) Stereotype Threat and Lift Effects in Motor Task Performance: The Mediating Role of Somatic and Cognitive Anxiety, *The Journal of Social Psychology*, 153:6, 687-699, DOI: 10.1080/00224545.2013.821098

### **3. LA MINACCIA STEREOTIPATA SULLA PERFORMANCE DELLE DONNE NEL CASO DELLO SPORT DEL CALCIO**

Come illustrato in precedenza il calcio, a seconda della località in cui vengono prelevati dati, è identificato come sport neutro negli USA, mentre in Europa è uno degli sport più mascholini (Koivula 1995, Lauriola et al. 2004, Plaza et al. 2017).

Nello studio di Caroline Heidrich, Suzete Chiviawowsky (2015) si va ad analizzare se la “minaccia stereotipata ha un effetto sull’apprendimento motorio sportivo”<sup>14</sup>, più nello specifico nello sport del calcio. Studi precedenti si andavano a focalizzare sull’immediato effetto di una minaccia indotta prima di uno specifico compito, in questo caso si è visto che la minaccia ha effetti più pervasivi, andando ad inficiare l’apprendimento motorio sportivo, soprattutto nelle ragazze che non erano professioniste.

I “meccanismi correlati, tra cui lo stress fisiologico, il monitoraggio attivo delle prestazioni e gli sforzi di auto-regolazione per sopprimere pensieri ed emozioni negative, si combinano per disturbare le prestazioni.”<sup>15</sup> I meccanismi che invece hanno una connessione con un peggiore apprendimento motorio sportivo sono legati a meccanismi che hanno il potere di accedere all’ “implicito al sé, al fine di controllare i pensieri e le emozioni di un individuo”<sup>16</sup>. Come tali sono le informazioni che attivano “stati motivazionali bassi, come informazioni che inducono concezioni fisse anziché flessibili della capacità (Chiviawowsky & Drews, 2014; Drews et al., 2013), confronti sociali negativi anziché positivi (Lewthwaite & Wulf, 2010; Wulf et al., 2010), feedback dopo prove negative anziché positive (Badami, Vaez Mousavi, Wulf, & Namazizadeh, 2012; Chiviawowsky & Wulf, 2007)”<sup>17</sup>. Tutti questi meccanismi hanno l’effetto di andare a impattare negativamente sull’apprendimento dell’attività motoria.

---

<sup>14,15,16,17</sup> Heidrich, C., & Chiviawowsky, S. (2015). Stereotype threat affects the learning of sport motor skills. *Psychology of Sport and Exercise*, 18, 42-46

<sup>18</sup> Grabow, H., & Kühl, M. (2019). You don’t bend it like Beckham if you’re female and reminded of it: Stereotype threat among female football players. *Frontiers in psychology*, 10, 1963.

Un'altra evidenza specifica si vede nello studio Hilmar Grabow and Melanie Kühl (2019)<sup>18</sup> in cui si è testata su  $N=80$  giocatrici di calcio la precisione di fare un goal, azione che richiede concentrazione e competenze in quanto è una complessa attività motoria. Si è notato che quando alle atlete veniva ricordato il loro genere queste avevano degli score di performance peggiori quando la minaccia dello stereotipo era saliente e il movimento era legato ad una memoria automatica e procedurale. Si è andato ad analizzare le possibili motivazioni cognitive dietro allo studio, tra cui “misure di interferenza cognitiva o di identificazione collettiva”<sup>19</sup>, ma non è risultato un dato significativo legato a queste variabili cognitive.

Dallo studio di Johanna M. Hermann, Regina Vollmeyer (2016) si è inoltre visto che quando si andava a monitorare la teoria della minaccia stereotipata (Steele & Aronson, 1995), su  $N=36$  giocatrici di calcio con la frase “*females are bad at soccer*” come ipotizzato, è risultato una performance peggiore. Si è andato quindi ad analizzare se il processo definito come *flow* “stato psicologico piacevole causato da una richiesta ottimale, che porta a una concentrazione facile e assorbimento in un'attività specifica, mentre altri pensieri sembrano essere irrilevanti (Csikszentmihalyi, 1975)”<sup>20</sup>, che è esperito sia da professionisti che dalle persone meno esperte, fosse intaccato sia da il processo della minaccia stereotipata, che anche dall'elevato livello di pensieri di preoccupazione; i risultati però hanno dimostrato che l'effetto della minaccia sul *flow* e sulla preoccupazione non è abbastanza significativo. Infine è importante presentare i risultati dello studio di Mohammadreza Mousavi, Gray, Beik and Deshayes (2021) perché va a testare l'effetto della minaccia stereotipata su giovani adolescenti ( $N=45$ ) di età compresa tra i 10 e 14 anni ( $M = 11.8$  years,  $SD = 1.4$ ), in quanto si presuppone che poiché l'educazione fisica è una materia scolastica che richiede una votazione, “se gli stereotipi influenzano le performance fisiche dei giovani adolescenti, ciò potrebbe avere ripercussioni negative

---

<sup>18,19</sup> Grabow, H., & Kühl, M. (2019). You don't bend it like Beckham if you're female and reminded of it: Stereotype threat among female football players. *Frontiers in psychology*, 10, 1963.

<sup>20</sup> Hermann, J. M., & Vollmeyer, R. (2016). “Girls should cook, rather than kick!”—Female soccer players under stereotype threat. *Psychology of Sport and Exercise*, 26, 94-101.

sul loro successo accademico”<sup>21</sup>. Si è osservato che la presentazione di stereotipi negativi ha effetti sulla performance di accuratezza di un calcio interno delle partecipanti nell’immediato, ma non in modo permanente (sono state fatte rilevazioni dopo tre giorni dall’esperimento che non hanno riscontrato risultati significativi). Inoltre, è da evidenziare che quando vengono indotti stereotipi negativi verso l’ingroup di atleti maschi non vi sono effetti sulla loro performance, questo però potrebbe essere dovuto ad una non sufficiente difficoltà del compito motorio da eseguire (Laurin, 2013).

#### 4. INFLUENZA DEI MEDIA SULLA PERFORMANCE DELLE DONNE NELLO SPORT

Secondo la teoria della *stereotype threat* gli “stereotipi negativi e i contenuti svalutanti nei media vanno a compromettere i membri di gruppi stereotipati negativamente, mentre i non-membri non ne sono affetti”<sup>22</sup>.

Secondo l’UNESCO sulla “*gender equality in sport media*”, le modalità in cui vengono rappresentati gli atleti può contribuire a creare e confermare degli stereotipi di genere con connotazione negativa. Le atlete, infatti, non sono rappresentate e narrate nella categoria di atlete in primis, a differenza degli uomini (in cui vengono valorizzati aggettivi come potente, di valore per lo sport ...), ma come donne, andando a delineare i loro corpi, come si vestono, che relazioni sentimentali intraprendono, etc.

La narrazione nei media sportivi è differente, “la parola donna sono associate con competere, partecipare e sforzarsi, mentre la parola uomo è associata più comunemente con battere, vincere, dominare o battaglia”<sup>23</sup>. È infatti importante sottolineare che “il linguaggio gioca un ruolo importante

---

<sup>21</sup> Mousavi, S. M., Gray, L., Beik, S., & Deshayes, M. (2021). “You Kick Like A Girl!” The Effects of Gender Stereotypes on Motor Skill Learning in Young Adolescents. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 43(6), 450-458.

<sup>22</sup> Appel, M., & Weber, S. (2021). Do mass mediated stereotypes harm members of negatively stereotyped groups? A meta-analytical review on media-generated stereotype threat and stereotype lift. *Communication Research*, 48(2), 151-179.

<sup>23</sup> GENDER EQUALITY IN SPORT AND THE ROLE OF MEDIA 1. (n.d.). <https://rm.coe.int/bis-factsheet-gender-equality-sport-media-en/1680714b8f>

nella modalità in cui i consumatori (dei media sportivi in particolare) interpretano il genere, rinforzando la percezione di cosa è femminile e cosa è maschile”<sup>24</sup>.

Questa narrazione negativa non rende l’ambiente sportivo inclusivo, ma scoraggia le donne a diventare atlete, anche a livello professionistico, in quanto le ragazze che hanno interesse nello sport sono caratterizzate come meno femminili, poiché vanno a negare la teoria di schema che pone solo gli uomini come atleti.

Gli stereotipi di genere, nel caso particolare dello sport, sono sicuramente confermati nei media. Le donne costituiscono il 40% degli atleti, eppure, sono coperte dai media solo per il 3.5% (dati del 2019) se si esclude la trasmissione di quell’anno della Women’s World Cup di calcio (Cooky et al. 2013, 2021).

Gli stereotipi che pongono lo sport femminile come inferiore, infatti, hanno influenze a livello pratico sulle azioni, quali sponsorship di squadre femminili. Un esempio pratico si ha con la squadra femminile di calcio degli Stati Uniti che ha vinto nel 2015 la World Cup, per la terza volta, (Harwell 2015), che anche se guardata ampiamente, poche sponsorizzazioni sono state proposte verso la squadra. (Hall, Oglesby, 2016).

Lo studio di Romney e Johnson (2020) analizza 1587 post di Instagram di quattro account americani di canali sportivi e in tale analisi si è notato che lo sport femminile è sempre postato come accessorio a quello maschile. Infatti, “le donne è molto più probabile che appaiano insieme ad un uomo ed è molto più probabile che vengano mostrate fare sport culturalmente appropriati o (mostrate) in ruoli non atletici”<sup>25</sup>.

Il risultato di “porre la stessa enfasi sulle caratteristiche non atletiche delle donne, come la bellezza e la grazia, potrebbe portare il pubblico ad identificare l’atleticità come una caratteristica maschile”<sup>26</sup>

---

<sup>24</sup> Trolan, E. J. (2013). The impact of the media on gender inequality within sport. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 91, 215-227

<sup>25</sup> Romney, M., & Johnson, R. G. (2020). The Ball Game Is for the Boys: The Visual Framing of Female Athletes on National Sports Networks’ Instagram Accounts. *Communication & Sport*, 8(6), 738-756.  
<https://doi.org/10.1177/2167479519836731>

<sup>26</sup> Hand, G. (2023). The Effect of Social Media on Perceptions of Women in Sports. Academic Festival.  
<https://digitalcommons.sacredheart.edu/acadfest/2023/all/23>

(Romney, Johnson 2020) e questo si può notare soprattutto in sport che sono *gender-typed* femminili, ad esempio la ginnastica. In questi sport si pone grande enfasi sulla apparenza delle atlete, come la bellezza o il taglio dell'uniforme, che non hanno niente a che fare con la performance in sé dell'atleta, che richiede invece grande forza e coordinazione.

Una grande problematica dei media che fanno broadcast dello sport femminile è la sessualizzazione della immagine delle atlete e come questa ha effetto sulle ragazze che vogliono essere incluse nel mondo sportivo. “L'auto-oggettivazione, che si manifesta attraverso la preoccupazione per la propria apparenza fisica, può essere considerata un tratto e uno stato”.<sup>27</sup>

Nello studio di Chalabaev, A., Sarrazin, P., Fontayne, P., Boiché, J., & Clément-Guillot, C. (2013) risulta che percepire un'atleta per la sua attrattività e bellezza porta ad un effetto sulla percezione dell'atleta stessa e sulla sua performance, gli effetti sono quindi riscontrati principalmente sulle donne atlete, categoria che è maggiormente percepita secondo lo schema dell'attrattività.

“Nel contesto sportivo, Elizabeth Daniels (2009) sostiene che l'immagine sessualizzata di atlete femmine porta alla auto-oggettivazione delle ragazze”<sup>28</sup>. Secondo lo studio (Jennifer Ruh Linder e Elizabeth A. Daniels, 2017)<sup>29</sup> condotto sulle ragazze di diverse età fino al college, se presentavano a queste ragazze come *priming* immagini di atlete sessualizzate, queste si andavano a descrivere in modo più sessualizzato parlando del loro fisico, questo non accadeva quando l'immagine di *priming* era di atlete che facevano sport “Immagini di donne atlete che si focalizzava sull'atleticità portava ragazze e donne a pensare alla loro abilità fisica più che a come il corpo appare”<sup>30</sup>.

Specularmente, quando le immagini presentate erano invece legate alla performance del loro sport, aumentavano l'autostima nelle donne che svolgevano l'esperimento.

---

<sup>27</sup> Fredrickson, B. L., & Harrison, K. (2005). Throwing Like a Girl: Self-Objectification Predicts Adolescent Girls' Motor Performance. *Journal of Sport and Social Issues*, 29(1), 79-101. <https://doi.org/10.1177/0193723504269878>

<sup>28</sup> Messner, M. A., & Musto, M. (2016). *Child's Play: Sport in Kids' Worlds*

<sup>29</sup> Linder, J. R., & Daniels, E. A. (2017). Sexy vs. Sporty: The Effects of Viewing Media Images of Athletes on Self-Objectification in College Students. *Sex Roles*, 78(1-2), 27-39. <https://doi.org/10.1007/s11199-017-0774-7>

<sup>30</sup> Daniels, E. A. (2009). Sex Objects, Athletes, and Sexy Athletes: How media representations of women athletes can impact adolescent girls and college women. *Journal of Adolescent Research*, 24(4), 399-422. <https://doi.org/10.1177/0743558409336748>

Nello studio di Fredrickson and Harrison (2005) si è indagato sull'implicazione pratica a livello motorio nello sport del softball, in cui si è notato che le ragazze (N= 202 ragazze, con età tra 10 e 17 anni, di diverse etnie) che avevano un più alto tasso di auto-oggettivazione, “performavano in modo peggiore nel compito, mostrando che queste ragazze muovevano il loro corpo in modo più ristretto nel mondo fisico”<sup>31</sup>.

Un aspetto positivo riscontrato negli ultimi anni è che grazie ai social media e alla visibilità che tale mezzo può dare alle atlete, aumenta la partecipazione e il coinvolgimento delle ragazze nello sport. Una peculiarità degli ultimi anni è l'uso dell'appellativo the GOAT (*greatest of all time*) (Harry, 2021) usato anche per le atlete donne (come Simone Biles, Serena Williams, Margaret Court), senza il precedente uso di “*female*”, mettendo sullo stesso piano le atlete e la controparte maschile.

## 5. INCLUSIONE DELLE RAGAZZE NELLO SPORT

Come presentato in precedenza non c'è bisogno che lo stereotipo sia esplicito, ma basta la presenza della credenza che le donne possiedono una competenza sportiva minore, che le atlete si sentono più incluse e non vanno incontro alle conseguenze della minaccia stereotipata se si rimuovessero gli stereotipi negativi a favore di una descrizione neutrale delle discipline sportive.

Nei precedenti studi illustrati si è andato ad analizzare come la minaccia stereotipata ha effetti negativi sulla performance delle donne in diversi sport in task che richiedono l'attivazione di automatismi o task di difficoltà elevata.

Nello studio di Mousavi, S. M., Gray, L., Beik, S., & Deshayes, M. (2021), citato in precedenza, si è andato anche ad analizzare se la presentazione di stereotipi positivi (PS) relativi al proprio ingroup potesse portare ad un *stereotype boost* della performance e anche dell'apprendimento motorio delle

---

<sup>31</sup> Daniels, E. A. (2009). Sex Objects, Athletes, and Sexy Athletes: How media representations of women athletes can impact adolescent girls and college women. *Journal of Adolescent Research*, 24(4), 399–422. <https://doi.org/10.1177/0743558409336748>

giovani sportive. Si è notato, infatti, che le partecipanti “prendevano più rischi e provavano a segnare un numero maggiore di punti per ogni colpo”<sup>32</sup> e anche la performance era migliore se erano presentati stereotipi positivi.

Interessante è da sottolineare come gli effetti dei PSs fossero prolungati nel tempo, come analizzato a seguito della misurazione fatta dopo tre giorni, mentre per gli stereotipi negativi l’effetto diminuiva nel tempo, rivelando quindi che la presentazione di PSs ha effetti più permanenti sulle atlete. Sarebbero necessari più studi che replicano l’effetto dopo un lasso di tempo maggiore dalla manipolazione.

Un risultato positivo nella performance delle atlete si è notato in seguito allo *stereotype lift* che prescrive che “quando uno stereotipo negativo denigra l’abilità o il valore dell’out-group, le persone possono sperimentare uno *stereotype lift*, cioè un miglioramento delle performance che si verifica quando vengono effettuate comparazioni al ribasso con un gruppo esterno denigrato”<sup>33</sup>, in quanto si attiva una maggiore motivazione. A differenza dello *stereotype threat*, questo effetto ha conseguenze sia su atlete donne che uomini.

Sicuramente quando si va a considerare l’inclusione delle donne nello sport non si possono escludere gli aspetti pratici.

In primis, lo sport femminile riceve un minor finanziamento e gli stipendi per una stessa posizione sono esponenzialmente minori in confronto alla controparte maschile.

Per quanto riguarda i media, una minore esposizione dello sport al femminile, sia come broadcast che a livello giornalistico, non porta ad alti finanziamenti, borse di studio sportive e soprattutto attira poche sponsorizzazioni che vedono come poco conveniente uno sport che è trasmesso così poco al pubblico.

---

<sup>32</sup> Mousavi, S. M., Gray, L., Beik, S., & Deshayes, M. (2021). “You Kick Like A Girl!” The Effects of Gender Stereotypes on Motor Skill Learning in Young Adolescents. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 43(6), 450-458.

<sup>33</sup> Walton, G. M., & Cohen, G. L. (2003). Stereotype lift. *Journal of Experimental Social Psychology*, 39(5), 456-467.

Un aumento dell'esposizione delle donne nei media sportivi, infatti, non porterebbe solo a riscontri tangibili alle atlete, ma al pubblico che guarda, soprattutto verso le giovani ragazze al quale attiverrebbe la creazione di modelli di comportamento da imitare e seguire. Secondo la teoria del social learning di Bandura, in cui si prescrive che dei "role model" possono essere agenti di influenza "semplicemente se l'allievo si espone al modello (Bandura & Walters, 1963)."<sup>34</sup>, la rappresentazione di modelli positivi sportivi è stato documentato essere importante per la continuazione dello sport per le ragazze che però molte volte durante l'adolescenza lasciano i loro sport di gruppo (Tucker Center 2007).

Infatti, poiché "l'esistenza di donne che hanno avuto successo come modelli di ruolo nel campo della partecipazione sportiva, dell'allenamento e dell'amministrazione è essenziale per lo sviluppo di aspirazioni di successo e opportunità di carriera per le donne nello sport (Fondazione dello Sport Femminile, 1984, p. 2)"<sup>35</sup>, se si presentano modelli positivi di atlete donne nei media che fanno sport e che hanno successo, ciò porterebbe le donne, soprattutto di giovane età, a sentirsi più incluse nel mondo sportivo e continuerebbero a partecipare e perseguire lo sport che fanno anche a livello professionale. Infatti, sempre nello studio di Whitaker, G., Molstad, S (1988), si evidenzia che i modelli di ruolo femminili nello sport sono importanti e apprezzati per le giovani atlete (della scuola superiore) nelle quali si identificano.

"Gli stereotipi di genere sono socialmente costruiti e quindi malleabili"<sup>36</sup>. Da un lato, secondo l'ipotesi di contatto intergruppo (Allport 1954, Pettigrew 1998) se "il contatto tra gruppi è fatto in condizione favorevole può portare alla riduzione di pregiudizi" nelle condizioni di contatto favorevoli si contano uguale status nella situazione, stesso goal, cooperazione e supporto delle autorità.

---

<sup>34,35</sup>Whitaker, G., Molstad, S. Role modeling and female athletes. Sex Roles 18, 555–566 (1988).  
<https://doi.org/10.1007/BF00287960>

<sup>36,37,38</sup> Wicker P and Cunningham GB (2023) Gender stereotypes and their correlates: the moderating role of voluntary sports club membership. Front. Psychol. 14:1236439.doi:10.3389/fpsyg.2023.1236439

Nella pratica sportiva professionale in cui vi è applicata quasi sempre una *sex segregation*, che quindi non mette a contatto diversi generi non è possibile la modifica dei processi valutativi legati al pregiudizio e alterare la classificazione dell'altro da sé.

Nella ricerca di Wicker e Cunningham (2023) [n = 36,185 da 30 paesi europei, tra cui anche l'Italia] in cui si andava a vedere se possedere una membership in un club sportivo, in cui le persone di diversa età, SES e genere hanno l'opportunità di entrare in contatto e praticare degli sport, si correla negativamente con l'avere stereotipi di genere negativi. Dalla ricerca è risultato che “la partecipazione a un club sportivo volontario è associata negativamente alle convinzioni stereotipate di genere”<sup>37</sup>.

Quindi la pratica di uno sport a livello misto di genere può portare a benefici sulla riduzione di stereotipi di genere in quanto, seguendo l'ipotesi di contatto per lo sport (Allport et al., 1954; Schulenkorf and Sherry, 2021), “ci sono benefici quando le persone cooperano, verso obiettivi comuni, si coinvolgono in modo interdipendente e quando è presente il supporto istituzionale per interazioni positive.”<sup>38</sup>

Il contatto tra diversi generi nella pratica sportiva, quindi, influenza la riduzione di stereotipi di genere negativi verso le donne, dall'altro canto però classi di contatto miste nelle ore di educazione fisica contribuiscono alla auto-esclusione della parte femminile della classe dal parteciparvi.

Secondo uno studio di Steven Allender, Gill Cowburn, Charlie Foster (2006), in cui si andava a studiare quale fossero le motivazioni dietro la partecipazione a differenti sport e attività fisica, è risultato che le adolescenti vedevano nelle esperienze negative vissute durante le ore di educazione fisica a scuola, la motivazione maggiore a non partecipare in attività fisiche. Tra queste si evince che queste venivano imbarazzate dai maschi della classe e che non venivano incoraggiate dagli insegnanti. Senza il supporto educativo degli insegnanti, che si è rilevato favoriscono molte volte le figure maschili e usano linguaggi tradizionali e derogativi che racchiudono frasi della tipologia “non calciare come una ragazza” di connotazione stereotipata.

La possibile motivazione ipotizzata alla base di questi comportamenti è una ignoranza personale, estesa degli insegnanti sull'argomento riguardanti i propri *bias* cognitivi, questo rivela infatti che i comportamenti differenziati per genere che vengono emessi da questi insegnanti non sono consapevoli.

Per favorire, quindi, un più sano e inclusivo approccio delle ragazze allo sport deve esserci una presa di coscienza da parte degli educatori sportivi nel trattamento e nella perpetuazione di bias e stereotipi di genere.

Una modalità di inclusione che aiuta a contrastare i *gender-biased teaching* è il “*gender equity training*” che prova ad agire sui bias del subconscio degli insegnanti, andando ad agire su problematiche legate al genere, permettendo alle ragazze di avere più opportunità di partecipare ad attività sportive, queste metodologie di insegnamento possono portare a cambiamenti nella concezione degli stereotipi di genere (Gutierrez & Garcia - Lopez, 2012).

Nella *gender equity education* nella specificità dell'educazione fisica, si punta a smantellare le concezioni alla base degli stereotipi negativi di genere legati allo sport. Si dovrebbe iniziare con un insegnamento della storia dello sport, da una prospettiva non maschilista, secondariamente si dovrebbe fare luce sulle competenze motorie personali che hanno tutti i componenti della classe, “in quanto riconoscere le proprie competenze e *skills* ha un'influenza positiva sulla propria percezione, orientamento e anche scelta delle attività extracurricolari”<sup>39</sup>. Nel caso specifico con attività extracurricolari si può comprendere la scelta dello sport da praticare al di fuori delle ore scolastiche.

Un'altra opzione per permettere una maggiore inclusione delle ragazze nello sport e aiutarle a bilanciare i risultati negativi legati alla performance sotto minaccia stereotipata, si è andata ad evidenziare nella ricerca di Martiny, Gleibs, Parks-Stamm, Torsten, Froehlich, Harter e Roth (2015)

---

<sup>39</sup> Parri, M., & Ceciliani, A. (2019). Best Practice in PE for gender equity-A review. *Journal of Physical Education and Sport*, 19(Supplement issue 5), 1943-1952.

in cui si è indagato se attivando un buffer positivo legato alla propria identità, si potesse andare a mediare i risultati associati con l'effetto dell'ansia cognitiva sulla performance delle sportive, ciò avviene se però il buffer positivo è saliente, abbastanza da bilanciare lo stereotipo negativo (nell'esperimento era usata la menzione del proprio genere).

## **6. CONCLUSIONE:**

In questo elaborato si è quindi andato ad analizzare in che modo stereotipi negativi vanno a danneggiare le atlete nei differenti sport.

La minaccia stereotipata ha il rischio di portare a minore motivazione lo svolgimento dello sport che si pratica e quindi pone il rischio antecedente per la auto-esclusione delle donne dallo sport.

La presenza degli stereotipi negativi, testata in diversi studi, attiva nei membri dei diversi gruppi stigmatizzati, un senso di minaccia, che va ad inficiare la funzionalità della memoria di lavoro che rovina la performance e l'apprendimento motorio, sia per professioniste che per quelle che non lo sono.

Infatti, si è visto che ha effetti sulla concentrazione e sulla memoria procedurale e automatica delle atlete, che cercando di andare a disconfermare lo stereotipo negativo, si vanno ad attuare delle strategie conservative, rendendo la performance meno fluida e quindi peggiore.

Come illustrato, questo avviene in diversi sport, soprattutto per sport *gender-typed* come maschili. Evidente è l'esempio dello sport del calcio, che in Italia e in Europa, è parte fondamentale della cultura, ma solo per la controparte maschile. Nella ricerca di Heidrich e Chiviacowsky (2015) si è visto che lo stereotipo negativo ha effetti pervasivi nell'apprendimento motorio poiché vanno a toccare meccanismi legati al sé come lo stress fisiologico.

Questo effetto, come illustrato, non danneggia solo le atlete adulte che hanno avuto molto più tempo per apprendere e introspezzare gli stereotipi negativi, ma anche ragazze nella prima adolescenza Mohammadreza Mousavi, Gray, Beik and Deshayes (2021) ne sono influenzate.

I media sono il maggiore trasportatore di questi stereotipi negativi, la narrazione mediatica nel mondo dello sport è però ad egemonia maschile, quando sono mostrate le donne è molto più probabile che appaiono in eventi sportivi misti, come le Olimpiadi, o in sport che sono *gender-typed* femminili o neutri.

Un altro importante punto a sfavore delle donne, che è portato avanti dai media, è la sessualizzazione delle atlete che porta all'auto-oggettivazione delle ragazze che praticano sport. Ciò è problematico perché si è visto esserci una correlazione positiva tra la presentazione di immagini sessualizzate di atlete e alla performance peggiore delle spettatrici, in quanto erano portate a focalizzare la loro attenzione su come il loro corpo si muoveva e ad occupare meno spazio fisico.

Ci sono accorgimenti che il mondo sportivo e la società dovrebbe attuare per permettere un contesto inclusivo nello sport. Attraverso la attenzione dei broadcast e media allo sport nelle categorie femminile, in modo così da creare modelli positivi atletici femminili nel quale le giovani ragazze possono rispecchiarsi e sentirsi che possono perseguire ciò che fanno anche ad alti livelli.

Inoltre, applicando la teoria di contatto per lo sport (Allport et al., 1954; Schulenkorf and Sherry, 2021) si possono creare ambienti con interazioni positive che riducono lo stereotipo negativo delle donne nello sport.

Oltre ai media, anche gli insegnanti (di educazione fisica), veicolo di educazione stereotipata, formazione basata sulla *gender equity*, aiuterebbero le ragazze ad essere più incluse in un ambiente sano in cui possono sviluppare l'interesse per lo sport.

In future ricerche sarebbe interessante testare se gli effetti degli stereotipi negativi portano conseguenze anche su bambine di età minore che si avvicinano allo sport per la prima volta durante l'infanzia e andare a vedere se gli stereotipi positivi hanno effetti più duraturi sulla performance come una settimana dopo.



---

## BIBLIOGRAFIA

- Allender, S., Cowburn, G., & Foster, C. (2006). Understanding participation in sport and physical activity among children and adults: a review of qualitative studies. *Health education research*, 21(6), 826-835.
- American Psychology Association (2022) Gender: Guidelines for reducing gender bias language
- APA Dictionary of Psychology. (2014). APA Dictionary of Psychology. Apa.org. <https://dictionary.apa.org/gender-typing>
- Appel, M., & Weber, S. (2021). Do mass mediated stereotypes harm members of negatively stereotyped groups? A meta-analytical review on media-generated stereotype threat and stereotype lift. *Communication Research*, 48(2), 151-179.
- Bifulco, L., & Tuselli, A. (2017). Corpi sportivi e identità di genere. *Il Crossfit. La camera blu. Rivista di studi di genere*, (17)
- Boca, Bocchiaro, Scaffidi Abbate (2010) "Introduzione alla psicologia sociale", Il Mulino
- Cardozo, P., Cibeira, L. F., Rigo, L. C., & Chiviawsky, S. (2021). Explicit and implicit activation of gender stereotypes additively impair soccer performance and learning in women. *European Journal of Sport Science*, 21(9), 1306-1313.
- Chalabaev, A., Sarrazin, P., Fontayne, P., Boiché, J., & Clément-Guillot, C. (2013). The influence of sex stereotypes and gender roles on participation and performance in sport and exercise: Review and future directions. *Psychology of Sport and Exercise*, 14(2), 136-144. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2012.10.005>
- Clément-Guillot, C., Colombel, F., Easthope, C. A., & Fontayne, P. (2022). Being incidentally exposed to a sport context: same consequences on gender schema activation as being in a sport context?. *Movement & Sport Sciences*, (2), 61-72.
- Daniels, E. A. (2009). Sex Objects, Athletes, and Sexy Athletes: How media representations of women athletes can impact adolescent girls and college women. *Journal of Adolescent Research*, 24(4), 399-422. <https://doi.org/10.1177/0743558409336748>
- Daniels, E. A., Hood, A., LaVoi, N. M., & Cooky, C. (2021). Sexualized and athletic: Viewers' attitudes toward sexualized performance images of female athletes. *Sex Roles*, 84, 112-124.
- Ellemers, N. (2018). Gender stereotypes. *Annual review of psychology*, 69, 275-298.
- Elling, A., & Knoppers, A. (2005). Sport, gender and ethnicity: Practises of symbolic inclusion/exclusion. *Journal of youth and adolescence*, 34, 257-268.
- Fredrickson, B. L., & Harrison, K. (2005). Throwing Like a Girl: Self-Objectification Predicts Adolescent Girls' Motor Performance. *Journal of Sport and Social Issues*, 29(1), 79-101. <https://doi.org/10.1177/0193723504269878>
- GENDER EQUALITY IN SPORT AND THE ROLE OF MEDIA 1. (n.d.). <https://rm.coe.int/bis-factsheet-gender-equality-sport-media-en/1680714b8f>
- Gentile, A., Boca, S., & Giammusso, I. (2018). 'You play like a Woman!' Effects of gender stereotype threat on Women's performance in physical and sport activities: A meta-analysis. *Psychology of Sport and Exercise*, 39, 95-103.
- Grabow, H., & Kühl, M. (2019). You don't bend it like Beckham if you're female and reminded of it: Stereotype threat among female football players. *Frontiers in psychology*, 10, 1963.
- Hall, R. L., & Oglesby, C. A. (2016). Stepping Through the Looking Glass: the Future for Women in Sport. *Sex Roles*, 74(7-8), 271-274. <https://doi.org/10.1007/s11199-015-0572-z>
- Hand, G. (2023). The Effect of Social Media on Perceptions of Women in Sports. Academic Festival. <https://digitalcommons.sacredheart.edu/acadfest/2023/all/23>
- Heidrich, C., & Chiviawsky, S. (2015). Stereotype threat affects the learning of sport motor skills. *Psychology of Sport and Exercise*, 18, 42-46.
- Hermann, J. M., & Vollmeyer, R. (2016). "Girls should cook, rather than kick!"—Female soccer players under stereotype threat. *Psychology of Sport and Exercise*, 26, 94-101.
- Hively, K., & El-Alayli, A. (2014). "You throw like a girl:" The effect of stereotype threat on women's athletic performance and gender stereotypes. *Psychology of Sport and Exercise*, 15(1), 48-55.
- Kaelberer (2018): Gender trouble on the German soccer field: can the growth of women's soccer challenge hegemonic masculinity?, *Journal of Gender Studies*, DOI: 10.1080/09589236.2018.1469973

- Knight, J. L., & Giuliano, T. A. (2001). He's a Laker; she's a "looker": The consequences of gender-stereotypical portrayals of male and female athletes by the print media. *Sex roles*, 45, 217-229.
- Linder, J. R., & Daniels, E. A. (2017). Sexy vs. Sporty: The Effects of Viewing Media Images of Athletes on Self-Objectification in College Students. *Sex Roles*, 78(1-2), 27–39. <https://doi.org/10.1007/s11199-017-0774-7>
- Liu, Z., Shentu, M., Xue, Y., Yin, Y., Wang, Z., Tang, L., ... & Zheng, W. (2023). Sport–gender stereotypes and their impact on impression evaluations. *Humanities and Social Sciences Communications*, 10(1), 1-14.
- Laurin, R. (2016). Awareness level of gender stereotype and stereotype threat effect on ingroup favoritism bias in mixed-gender basketball teams. *Canadian Journal of Behavioural Science/Revue canadienne des sciences du comportement*, 48(2), 155.
- Martiny, Sarah E., Gleibs, Ilka H., Parks-Stamm, Elizabeth J., Martiny-Huenger, Torsten, Froehlich, Laura, Harter, Anna-Lena and Roth, Jenny (2015) Dealing with negative stereotypes in sports: the role of cognitive anxiety when multiple identities are activated in sensorimotor tasks. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 37 (4). pp. 379-392. ISSN 0895-2779
- Messner, M. A., & Musto, M. (2016). *Child's Play: Sport in Kids' Worlds*
- Mousavi, S. M., Gray, L., Beik, S., & Deshayes, M. (2021). "You Kick Like A Girl!" The Effects of Gender Stereotypes on Motor Skill Learning in Young Adolescents. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 43(6), 450-458.
- Norman, L. (Ed.). (2021). *Improving gender equity in sports coaching*. Routledge
- Özaydın, S. (2022). The Impact of Gender Inequality on Women's Team Sports – Evidence from Europe. *Athens Journal of Sports*, 9(2), 114–126. <https://doi.org/10.30958/ajspo.9-2-4>
- Parri, M., & Ceciliani, A. (2019). Best Practice in PE for gender equity-A review. *Journal of Physical Education and Sport*, 19(Supplement issue 5), 1943-1952.
- Pollock, E. R., Young, M. D., Lubans, D. R., Coffey, J. E., Hansen, V., & Morgan, P. J. (2021). Understanding the impact of a teacher education course on attitudes towards gender equity in physical activity and sport: An exploratory mixed methods evaluation. *Teaching and Teacher Education*, 105, 103421.
- Raphael Laurin (2013) Stereotype Threat and Lift Effects in Motor Task Performance: The Mediating Role of Somatic and Cognitive Anxiety, *The Journal of Social Psychology*, 153:6, 687-699, DOI: 10.1080/00224545.2013.821098
- Romney, M., & Johnson, R. G. (2020). The Ball Game Is for the Boys: The Visual Framing of Female Athletes on National Sports Networks' Instagram Accounts. *Communication & Sport*, 8(6), 738-756. <https://doi.org/10.1177/2167479519836731>
- Schmalz, D. L., & Kerstetter, D. L. (2006). Girlie girls and manly men: children's stigma consciousness of gender in sports and physical activities. *Journal of Leisure Research*, 38(4), 536-557.
- Sobal J. Milgrim M. (2017): Gendertyping sports: social representations of masculine, feminine, and neither-gendered sports among US university students, *Journal of Gender Studies*, DOI: 10.1080/09589236.2017.1386094
- Stone, J., Chalabaev, A., & Harrison, C. K. (2011). The Impact of Stereotype Threat on Performance in Sports. *Stereotype Threat Theory, Process, and Application*, 218–230. <https://doi.org/10.1093/acprof:oso/9780199732449.003.0014>
- Trolan, E. J. (2013). The impact of the media on gender inequality within sport. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 91, 215-227.
- Walton, G. M., & Cohen, G. L. (2003). Stereotype lift. *Journal of Experimental Social Psychology*, 39(5), 456-467.
- Weber, S., Olsen, M., & Martiny, S. E. (2022). Effects of instagram sports posts on the athletic motivation of female elite athletes: Do they inspire or backfire?. *Psychology of Sport and Exercise*, 58, 102080.
- Whitaker, G., Molstad, S. Role modeling and female athletes. *Sex Roles* 18, 555–566 (1988). <https://doi.org/10.1007/BF00287960>
- Wicker P and Cunningham GB (2023) Gender stereotypes and their correlates: the moderating role of voluntary sports club membership. *Front. Psychol.* 14:1236439.doi:10.3389/fpsyg.2023.1236439
- Zenker, N. (2022). Gender-typing and sports: The perception of gender for group and individual sports among college students and adults