

Scheda 3 Gruppi

Lo annuncio a te... nello sport (Adolescenti)

DESCRIZIONE DEL CONTESTO

Il nostro, ricordiamolo, è il Paese patria di commissari tecnici... Ogni Italiano ha qualcosa da dire sul calcio, quasi tutti con il pallone si sono confrontati, molti raccontano che “se non avessero avuto il tal incidente o il tal infortunio, chissà dove sarebbero arrivati...”. Nel bene o nel male, da noi, quando si parla di sport, lo si fa coincidere inevitabilmente con il calcio, o meglio con alcune squadre di Serie A di calcio.

I media (ricordiamo che “La Gazzetta dello Sport” è il quotidiano più letto in Italia al lunedì ed è ai primi posti anche negli altri giorni) e soprattutto la televisione, in questo senso sono devastanti: fanno vedere solo il bello, il luccichio, i sorrisi, le feste, gli autografi, le auto costose e tutte le altre belle cose, non la fatica che ci sta dietro! Ad esempio tutta la fatica e la ripetitività degli allenamenti, la noia del ritiro, l'ansia e lo stress del pre gara, l'esasperazione di un mondo generalmente “dopato” (dalle sostanze, ai bilanci, ai vari personaggi che ne fanno parte...). Ma se vedi la tv, non ti accorgi di questo, quel che si vede sono le loro foto con le veline, i gesti della vittoria, non la quotidianità o la delusione della sconfitta. Nessuno dice che mediamente su 40.000 ragazzi, solo uno diventerà calciatore professionista. Molte società sportive si sono affiliate alle Scuole calcio dei club di serie A, vendendo questo sogno alle famiglie, disposte, evidentemente, a comperarlo. La stessa logica vale anche per la Formula Uno ed il motociclismo (ricordiamo che i motori sono l'altra passione nazionale).

Non solo: se è vero che il 90% degli under 13 ha praticato qualche sport (associandosi anche ad organizzazioni sportive), è anche vero che poi, una volta compreso che il sogno non si realizza, si registra il *grande abbandono* verso altre attività di tempo libero. Ma può lo sport essere ancora considerato (e/o recuperare) la sua valenza educativa/formativa e non solo essere un luogo per l'espressione di sé rispetto ad un proprio sogno di successo? Non solo: può essere ancora luogo privilegiato per una dimensione collettiva (il concetto di squadra), o anche questa verrà considerata solo una “vetrina” per permettere un maggior risalto individuale di una “potenziale star”? Le società sportive saranno più venditrici di illusioni o luoghi educativi dove c'è un incontro tra un adulto significativo (“l'alleeducatore”) ed i ragazzi? I genitori (dicono gli allenatori) sono spesso esempi negativi: buttano sui figli le loro “pretese” (non attese!), litigano con l'allenatore se privilegia criteri più cooperativi/aggregativi nella formazione della squadra, incitano alla vittoria a qualunque costo ed all'agonismo esasperato. Perché invece non adoperarsi a garantire l'articolo 11 della “Carta dei diritti dei bambini nello Sport” che afferma: «Ogni bambino ha diritto a non diventare un campione»?!

Sempre nel rapporto tra adolescenti ed adulti rispetto allo sport, gli 850.000 tesserati del CSI (di cui 500.000 minori) sono un segnale che lo sport è, soprattutto, educazione alla relazione con altri, alle regole, alla fatica, alle responsabilità. E proprio le ultime due campagne nazionali lanciate dallo stesso CSI ci invitano a metterci in guardia rispetto a questi temi (nel 2006: *Liberiamo lo sport dai cattivi maestri*) e a ricercare alleanze educative tra sport e famiglia (nel 2007: *Quando lo sport mette in campo la famiglia*).

Sempre legata al mondo dello sport è la dimensione dell'associazionismo: si segnala la sua vitalità in un momento contraddistinto da una generale difficoltà delle forme di partecipazione tradizionale. E da una doppio punto di vista. In *primis* va segnalato che l'associazionismo sportivo è al primo posto per quel che riguarda l'adesione dei giovani: infatti vi è iscritto il 37% dei giovani. Probabilmente è anche vero che la partecipazione è più legata alla pratica sportiva e ad una serie di servizi, che non ad un'esperienza di partecipazione attiva. Ma l'altra particolarità legata al mondo sportivo del calcio è il fatto che ben il 13% dei giovani italiani siano iscritti alle tifoserie¹. Qui va sottolineato il fatto che in questi movimenti è molto forte il sentimento della “militanza”, a fronte di una crisi generale di questa modalità di partecipazione. Queste forme di associazionismo giovanile legate alle tifoserie calcistiche, hanno un'ampia rappresentazione sui media, pur non essendo certo i luoghi numericamente

¹ VI° Rapporto IARD sulla condizione giovanile nazionale, Milano, novembre '06.

più frequentati dalle maggioranze di giovani (così come le discoteche). Si pensi infatti che la stessa percentuale (13%) è quella di adolescenti e giovani italiani che hanno fatto o stanno facendo volontariato, ma di questo si parla molto meno...

Parlando di sport, un ultimo accenno è per lo sport individuale, ma non tanto riferito all'atletica, al nuoto, allo sci, al tennis (dove peraltro si va sempre almeno in due...), ma a quelli in cui emerge la dimensione più legata al corpo, al fitness. Palestre, "studi", "centri", sono diventati sinonimi di nuovi santuari da visitare alla ricerca di miracoli di perfezione del corpo... Trasformarsi in qualcos'altro, ricercare nuove espressioni corporee (muscolatura, magrezza, tonicità, ecc.), spesso unite a look originali (abbronzatura uva, colorazioni di capelli e colpi di sole, ridisegno delle ciglia, pulizia del viso, depilazioni, per arrivare a tatuaggi e piercing) sono dimensioni sempre più unisex e sempre più "family", che vediamo oggi avanzare come espressioni necessarie di inclusione e benessere.

INDIVIDUAZIONE DI ASPETTI SIGNIFICATIVI

SPORT DI SQUADRA, LE REGOLE

Ci sembra particolarmente interessante prendere in considerazione la naturale passione che può coinvolgere degli adolescenti attorno al fenomeno sport praticato o visto e in particolare quanto possa essere luogo carico di significati simbolici l'esperienza dello sport di squadra.

E' come se di per sé l'esperienza sportiva possa mettere al centro contemporaneamente l'interesse dell'adolescente e la sua formazione.

Da una parte i bisogni di sfida, competizione, sfogo, di misurarsi con il proprio corpo, con le proprie potenzialità e fare scoperta di tutto questo e dall'altra la possibilità di misurarsi con gli altri e con se stesso all'interno di un "come se" accattivante, di un contesto di regole accettate, di uno spazio con un obiettivo da realizzare.

E' come se il gesto sportivo offrisse ai giovani la possibilità di esprimersi in una lingua "diversa" che consenta di comunicare con il mondo e di realizzarsi.

Il rapporto con le regole assume connotati ambivalenti, che sono ben rappresentati dalla relazione nei confronti dell'arbitro: non sono tanto le regole ad essere messe in discussione, quanto la capacità dell'autorità di farle rispettare. I giocatori si lamentano di come l'arbitro, a loro avviso, non sia equo nell'applicazione del regolamento: il regolamento in sé non è messo in discussione.

D'altra parte lo sport è anche un contesto all'interno del quale le regole stesse possono essere ridiscusse: è possibile farlo all'interno di contesti informali (il cortile, il campo da basket, ecc...) nei quali si può assistere alla contrattazione tra coetanei oppure all'applicazione di norme non scritte, ormai entrate nella ritualità del gioco.

In questi contesti di gioco senza arbitro gli adolescenti mostrano la propria capacità di "stare" nelle regole, di accordarsi non solo su quali siano, ma anche sulla loro applicazione. Le proteste devono essere contenute, altrimenti viene meno la possibilità di giocare, l'accordo attorno al quale è possibile confrontarsi e divertirsi. La presenza dell'arbitro viceversa sgrava gli adolescenti della responsabilità di questo patto reciproco atto a continuare il gioco: sul signore col fischietto si possono allora spostare le tensioni connesse alla necessità di stare all'interno delle regole.

Attività proposta

Per trattare il tema delle regole connesso allo sport proponiamo un paio di spunti efficaci, basati sull'idea di far sperimentare direttamente agli adolescenti la necessità delle regole, ma anche la difficoltà di farle rispettare.

Il primo spunto prevede di far praticare ai ragazzi un gioco, inizialmente privo di regole, nel quale le norme vengono aggiunte man mano che il gruppo si rende conto della loro importanza. Proponiamo l'evoluzione di un gioco sportivo noto, ma diverso dagli sport veri e propri, in modo che i ragazzi non facciano inconsapevolmente riferimento nel praticarlo alle regole già conosciute.

Descriviamo anzitutto il gioco nella sua forma conclusiva.

Il campo è rettangolare (20m x 10m circa). Devono essere delimitate le linee laterali e quelle di fondo. Al di là di ognuna delle linee di fondo ci sono le aree di meta: all'interno di ognuna di esse deve essere posta una sedia.

Il materiale occorrente è il seguente:

- 1 Roverino (= un anello formato da un tubo di gomma rivestito di scotch, del diametro di circa 25 cm).
- Nastro o gesso per delimitare il campo.
- 2 Sedie.
- 2 Manici di scopa.

Giocano due squadre, una contro l'altra. Ogni squadra sceglie uno dei propri membri, che prende posizione sulla sedia della propria area di meta, reggendo un manico di scopa. Gli altri membri della squadra sono nella propria metà del campo.

Lo scopo del gioco consiste nel lanciare il roverino verso il manico della propria squadra, in modo da infilarlo al volo: la squadra che riesce a fare ciò ottiene un punto. Il giocatore che regge il manico può muoverlo in modo da favorire questa operazione.

Il giocatore che ha in mano il roverino può compiere solo 3 passi e può tenerlo in mano solo per 5 secondi, poi deve liberarsene tirando o passandolo ad un compagno.

Se il roverino viene fatto cadere a terra o esce dal campo si assegna una rimessa laterale alla squadra avversaria. Non si può cercare di segnare direttamente dalla rimessa laterale. Se due giocatori si contendono il possesso del roverino viene fischiata una contesa sul posto, come nel basket.

All'inizio della gara viene alzato il roverino conteso tra due giocatori scelti dalle squadre: i loro compagni devono mantenersi fino ad allora nella propria metà del campo.

Gli interventi difensivi non possono avvenire oltre le linee di fondo. Non è consentito togliere il roverino dal manico in cui sta entrando.

Vince la squadra che allo scadere del tempo ha totalizzato più punti.

Quella descritta è la forma conclusiva del gioco. Il conduttore arriva a svilupparla passo dopo passo, facendo riflettere i ragazzi su come sta andando l'attività, in modo che una regola venga introdotta solo quando se ne percepisce la necessità.

Proponiamo una possibile evoluzione del gioco: al conduttore il compito di aiutare i partecipanti a definire esattamente i passaggi da una fase alla successiva.

- Divisione in due squadre e definizione dello scopo: passarsi il roverino.
- Occorre distinguere chiaramente le squadre: si usano magliette o fascette.
- Nuovo scopo: 10 passaggi consecutivi danno 1 punto.
- Definizione di passaggio valido: se non tocca terra, se non viene interrotto da altri.
- Viene eliminato il contatto fisico.
- Dev'esserci la distanza di un braccio da chi ha il roverino.
- Il campo viene delimitato.
- Si introduce la figura dell'arbitro.
- Non ci si muove col roverino in mano.
- Non si passa il roverino a chi l'ha appena passato.
- Se il roverino esce, rimessa all'altra squadra.
- Se il roverino tocca terra rimessa all'altra squadra.
- Cambio scopo: bisogna portare il roverino in meta.
- Bisogna far ricevere a qualcuno in meta.
- Se chiunque può ricevere è troppo facile: può ricevere solo uno.
- E' troppo facile bloccare chi ha il roverino: si possono fare tre passi.

Il conduttore deve stoppare il gruppo quando lo ritiene opportuno, farlo riflettere rapidamente su cosa non va nel gioco e introdurre le nuove regole in base alle osservazioni emerse.

Un'altra iniziativa interessante è quella di far sperimentare ai ragazzi i panni dell'arbitro. In questo modo possono rendersi conto delle difficoltà legate all'individuazione delle infrazioni, alla loro sanzione e al rapporto con i giocatori. E' una possibilità che va proposta a piccole dosi, evitando che diventi frustrante tanto per chi arbitra quanto per chi partecipa al gioco. Inoltre non va dimenticata la necessità di rielaborare insieme il tutto, in modo da evitare che le difficoltà incontrate siano attribuite all'incapacità del giovane arbitro oppure all'inciviltà dei giocatori.

AGONISMO, SUCCESSO

Cosa significa per un giovane avere successo nello sport?

L'adolescente, portato a individuare i propri idoli tra quelle che vengono presentate come "persone di successo", riconosce nello sportivo l'ideale di fama, ricchezza, capacità di realizzarsi. Non si tratta tanto di demolire questa immagine, quanto di equilibrarla almeno sotto due aspetti: da un lato la necessità di non dedicarsi solo allo sport, così da non avere un'identità totalmente squilibrata verso un solo aspetto della vita; dall'altro il riconoscimento degli sforzi necessari al campione per essere tale, che lo costringono comunque ad impegnarsi. Occorre trattare il tema, piuttosto delicato, del talento individuale: il talento permette di distinguersi, e l'adolescente si rende conto poco a poco dei limiti che si trova ad affrontare, magari perché non è particolarmente dotato; d'altra parte il talento abbaglia l'adolescente, facendogli immaginare di poter raggiungere senza fatica tutti i risultati possibili, sottostimando perciò l'importanza dell'impegno, dell'allenamento.

Il successo non è solo raggiungimento dello status di campione, ma anche vittoria della gara, del torneo, ecc... "L'importante è partecipare" rimane motto olimpico che non colma l'amarrezza per la sconfitta: la consapevolezza di essersi impegnati al massimo non è sufficiente; soprattutto a questa età la sconfitta brucia, rende impossibile, per chi dà tanta importanza allo sport, riconoscere quanto di buono ha comunque ottenuto. Il successo permette di cementare l'unità della squadra, mentre la sconfitta la mette in crisi, porta alla ricerca del colpevole, sia internamente (ho sbagliato io, il mio compagno, l'allenatore...) sia esternamente (l'arbitro, gli avversari...): a quest'età sentirsi perdenti può essere molto pesante. L'adulto di riferimento dovrà essere molto accorto nel permettere ai ragazzi di cogliere il significato di una sconfitta senza che questa faccia dimenticare l'impegno messo nella gara; dovrà evitare di arrangiarsi con frasi fatte un po' logore e non credute fino in fondo. Perché i ragazzi possano riconoscerle dovrà valorizzare con realismo, sia nelle vittorie che nelle sconfitte, le qualità mostrate, con atteggiamento critico: dovrà sottolineare la coerenza tra quanto fatto in allenamento e quanto mostrato nella gara, al di là del risultato.

Attività proposta

Proponiamo un paio di canzoni che introducono in modo suggestivo alcuni dei temi proposti.

La prima è "La leva calcistica della classe '68" di Francesco De Gregori. A partire dall'ascolto del brano è possibile mettere in evidenza le emozioni connesse al gioco: si tratta di sensazioni di gioia e di paura, che accompagnano chi pratica il gioco. E' importante con i ragazzi provare ad analizzare tutte le emozioni che li accompagnano nella pratica sportiva, individuare episodi specifici e momenti ricorrenti, invitarli a condividerli con gli altri.

Il secondo brano è "Una vita da mediano" di Luciano Ligabue. A partire dal suo ascolto è possibile trattare il tema del talento e dell'impegno. E' utile con i ragazzi distinguere tra la dimensione del dono ricevuto (il talento) e quella di ciò che si è ottenuto grazie ai propri sforzi costanti. Certamente il primo esercita notevole fascino sugli adolescenti (e non solo su di loro), ma è il secondo ad essere maggiormente controllabile e a segnalare la capacità di crescere e di svilupparsi. Questi due aspetti non vanno contrapposti: potrebbe essere utile portare l'esempio di alcuni grandi campioni che, pur essendo indubbiamente dotati di molto talento, si allenano duramente per raggiungere e mantenere altissimi livelli.

LO SPORT INDIVIDUALE (FOCALIZZAZIONE SUL FITNESS)

Mac Luhan, profeta delle comunicazioni sociali, diceva: «Le visioni e le esperienze sociali di una generazione si possono trovare codificate nello sport. Vedete come gioca una generazione oggi e forse vi troverete il codice della sua cultura».

Possiamo fare un paragone rapido: un tempo il gioco era rituale, maschile ed elitario, perché la società era sacrale, gerarchica e poggiava sui maschi. Oggi è di massa, funzionale ai bisogni, gestito come "industria". Riproduce l'organizzazione tipica della società tecnica. E' uno specchio, un canale, un contenitore così com'è un'evasione e un elaborato di questa società.

Lo sport è stato a lungo, in passato, vissuto come una prerogativa d'élite: a praticarlo erano giovani, uomini, persone con disponibilità finanziaria. Oggi lo sport è un'attività aperta a tutti, in forme più o meno organizzate. D'altra parte in età adolescenziale si assiste sovente all'abbandono dello sport. I motivi sono molteplici: i cambiamenti corporei portano a sentirsi a disagio nei confronti del proprio aspetto e delle proprie capacità; l'insofferenza nei confronti dell'autorità fa sì che ci si allontani dalla pratica organizzata; le richieste di tempi sempre maggiori si contrappongono all'esigenza di sperimentarsi in diversi contesti di vita; la consapevolezza acquisita di non diventare dei campioni provoca qualche delusione e il conseguente disinvestimento.

Può sorgere allora l'interesse verso altre pratiche sportive, in cui viene messo al centro l'aspetto fisico, il modo di apparire. La proliferazione delle palestre fa sì che anche gli adolescenti si avvicinino ad esse. Non si tratta qui di preferire una pratica piuttosto che un'altra, privilegiando lo sport di squadra rispetto a quello individuale, o pensando che la palestra porti ad una maggiore propensione all'uso di sostanze dopanti per ottenere i risultati desiderati: la palestra evidenzia quanta importanza possa avere la cura del corpo nell'esperienza dell'adolescente.

L'adulto può accompagnare il gruppo degli adolescenti a "raccontare il proprio corpo": verbalizzare ciò che prova nei confronti del cambiamento aiuta l'adolescente a esserne consapevole e a controllare meglio le proprie emozioni verso di esso, senza tenerle dentro di sé, ma anche senza farle esplodere in modo incontrollato.

Attività proposta

Per introdurre il tema del corpo il conduttore può proporre ai ragazzi un'attività articolata, che prevede alcuni passaggi.

- Per prima cosa è necessario che i ragazzi si rilassino. Occorre un ambiente ampio, che permetta a ognuno di sdraiarsi o di assumere una posizione comoda. I partecipanti sono invitati a distendere i muscoli, verificando di non mantenerne nessuno in tensione. Una musica d'atmosfera li aiuterà in questa fase di rilassatezza. Il conduttore accompagna con la voce: chiede ai partecipanti di regolare il proprio respiro, in modo che sia calmo o regolare.
- Si passa poi a un'esplorazione del proprio corpo. Il conduttore invita i partecipanti a chiudere gli occhi: chiarisce che non si è obbligati a farlo, ma che è consigliato (qualcuno potrebbe sentirsi a disagio). Poi chiede ai partecipanti di immaginare le varie parti del proprio corpo: le scandisce con la propria voce, dando il tempo ai ragazzi di soffermarsi a pensarle e sentirle.
- Si prosegue con l'emersione delle emozioni. Il conduttore invita i ragazzi a rimanere distesi a occhi chiusi. Chiede loro di ripercorrere con il pensiero il proprio corpo e di provare a connettere alle sue varie parti l'emozione suscitata: naturalmente questa può anche essere legata a un particolare episodio.
- Raccolta delle esperienze. Il conduttore invita i partecipanti a mettere per iscritto le emozioni relative alle diverse parti del corpo. Chiede inoltre di scrivere come è cambiato il rapporto con il proprio corpo: che cosa ha assunto importanza, cosa piace, cosa dà fastidio.
- Condivisione delle esperienze. I ragazzi si mettono a coppie e condividono con i compagni quanto emerso dalla fase di riflessioni e di analisi. Insieme ai compagni cercano inoltre di identificare il proprio modo di usare il corpo: le posture tipiche, i gesti ricorrenti, l'atteggiamento generale.

- Confronto sul tema. In gruppo i partecipanti esplicitano cosa sarebbero disposti a fare per il proprio corpo, ma anche ciò che vedono fare da parte dei coetanei. Provano a riflettere, sulla base delle emozioni narrate, sui motivi che stanno alla base dei diversi comportamenti.

IL TIFO, LA COREOGRAFIA

Lo sport è legato alle passioni, si sceglie senza mezzi termini chi sostenere fino all'ultimo, chi seguire con il fiato sospeso; ogni disciplina sportiva ha intorno una massa di tifosi che si sentono parte di un mondo speciale dove spesso i toni, il linguaggio e le parole sono comprese solo da chi vi appartiene e non è importante se "gli altri non capiscono".

L'importante è sapersi riconoscere, anche tra chi non si è mai visto, e sapere, anche solo per un momento, di far parte di un "piccolo cosmo" dove si consumano passioni comuni. Nella curva è fondamentale annullare le differenze, che potrebbero portare alla frammentazione, alla perdita della forza data dallo stare tutti insieme. Il tifo non ha nulla di razionale: si sostiene una squadra perché è così, e il fatto stesso di tifare la rende intrinsecamente buona, al di là di chi ne veste la maglia o di chi la gestisce. Il giocatore che la lascia è spesso un traditore, solo in casi particolari gli viene riconosciuto l'apprezzamento di chi ha donato impegno e emozioni ai tifosi.

L'aggregazione si fa ancora più forte se è possibile individuare un nemico: su di esso è possibile scaricare tutti quegli aspetti negativi che non possono essere mantenuti nel gruppo dei tifosi. Questi infatti devono mantenere un'identità indiscutibilmente positiva, così da costituire per l'adolescente un appoggio incrollabile.

Il gruppo dei tifosi si autoregola: ecco perché laddove il tifo è utilizzato per scaricare decisamente l'aggressività, il nemico è individuato principalmente nelle forze dell'ordine, che minacciano di porre un freno all'impulsività espressa. In altri casi l'aggressività si esprime con modalità meno distruttive, almeno a livello fisico.

Il fenomeno del tifo è piuttosto complesso: per analizzarlo con i ragazzi è utile scomporlo sotto alcuni aspetti.

In una prima fase si possono ricostruire con i ragazzi alcuni diversi esempi di tifo: in genere è sufficiente (e utile) rifarsi alla loro esperienza. Infatti se sono fruitori di sport possono citare qualche esperienza, anche vista in televisione, che definisce il diverso significato del tifo. Senza arrivare agli eccessi della vera e propria violenza, si possono citare i cori o gli striscioni offensivi. D'altro tipo sono cori e striscioni che mirano piuttosto a prendere in giro gli avversari, ma lo fanno con toni più ironici che francamente aggressivi. Ci sono poi gli incitamenti di vario tipo, che sostengono la squadra o qualche giocatore in particolare. Una categoria specifica è data da quei cori storici che definiscono l'identità stessa della tifoseria e che si ritrovano in squadre ricche di storia. Non va dimenticata la coreografia, che crea un contesto accogliente per i propri beniamini e porta ad identificarsi con loro. Se ritiene di dover individuare qualche altro materiale, oltre all'esperienza dei ragazzi, il conduttore può fare riferimento a qualcuno dei numerosi siti di tifoserie organizzate, sui quali può trovare fotografie o addirittura cori.

Attività proposta

Sugeriamo brevemente un altro paio di idee introduttive connesse con il significato del tifo piuttosto che con la sua messa in pratica.

La prima fa riferimento al meccanismo di individuazione del nemico. Il conduttore prepara diversi giornali, li fornisce ai partecipanti e domanda loro di individuare le immagini di un loro nemico, che per qualche motivo avversano. Devono provare a pensare il peggio possibile di lui: ritaglieranno la sua foto, la metteranno su un foglio e attorno riporteranno tutti i peggiori pensieri che hanno nei suoi confronti. Dopo aver proceduto in questo modo si confronteranno tra loro, provando a comprendere le emozioni provate nell'attribuire tanta negatività (e nessuna qualità positiva) al loro "nemico".

Un altro aspetto significativo del tifo, soprattutto organizzato, è la coesione fortissima del gruppo. Per farla sperimentare si possono proporre due attività fisiche. Vengono costituite due squadre. Nel primo gioco i membri di una formano un cerchio strettissimo, in modo tale da impedire a chiunque di entrarvi; un giocatore dell'altra squadra proverà a varcare i confini del gruppo nonostante gli sforzi degli avversari per lasciarlo fuori. Nel secondo gioco una squadra proverà a costruire un nucleo strettissimo e inestricabile, mentre l'altra cercherà di "strapparne" gli elementi.

Il conduttore inviterà i partecipanti a riflettere sulle emozioni sperimentate nel formare un'aggregazione tanto stretta insieme ai compagni di gruppo.

I TEMI NELLA VITA DEL GIOVANE CRISTIANO

- Il Signore è la mia forza!

- Lettura di *Is* 40,27-31.

- Ultimo versetto del libro di Abacuc.

- Ricerca nel libro dei Salmi di tutte le espressioni che cantano al sostegno che proviene da Dio. L'orante si sente ben allenato da Dio nella sfida che quotidianamente deve affrontare. Cercare insieme ai ragazzi i Salmi e le strofe più importanti.

- Le metafore sportive in San Paolo.

In primo luogo partiamo dalle metafore di carattere sportivo presenti nelle Lettere di San Paolo. Ad esempio:

- *Fil* 3,12-14: "corro per conquistare il premio".

- *1 Cor* 9,24-27: "cerco di non essere squalificato".

- Il tifo dell'apostolo.

Per quanto riguarda il tifo, i gruppi di adolescenti potrebbero fare una ricerca all'interno delle lettere del NT per vedere come nelle parti parentetiche l'apostolo esorta ed incoraggia i membri della comunità a cui scrive. Egli fa il tifo per i suoi fratelli e si spende perché possano vincere nella lotta a favore del vangelo contro ogni forma di male e ogni azione del maligno.

- Il corpo tempio dello Spirito.

Lettura di *1 Cor* 6,12-20 e riflessione sul valore del corpo come membro del corpo di Cristo, regolato dalla legge dell'appartenenza al suo Capo e Signore. Il benessere del corpo parte dalla presenza dello Spirito Santo che lo vivifica.

Offriamo poi tre documenti per l'approfondimento della riflessione.

PIENEZZA E VITTORIA

Desideriamo ora sostare, sia pure rapidamente, sulla Lettera che l'apostolo Paolo ha scritto agli Efesini, in particolare sulla sua esortazione a comportamenti degni della vocazione ricevuta: «Vi esorto io, il prigioniero nel Signore, a comportarvi in maniera degna della vocazione che avete ricevuto» (Efesini 4,1). La vocazione ricevuta da Dio è, per ogni persona, quella alla "pienezza" della propria esistenza, alla "verità profonda" di ogni dimensione che esprime e realizza l'inestimabile e inviolabile "dignità" di persona: dignità che nella visione cristiana è quella di essere un'immagine viva e palpitante di Dio stesso su questa terra. Per tutti e per ciascun essere umano è questo il "capolavoro" e insieme il "destino" voluti da Dio e dal suo amore di Creatore e di Padre. In altre parole, la vocazione che ogni persona riceve da Dio è vocazione alla felicità vera e piena, in chiave evangelica è la vocazione alla santità.

E' interessante rilevare come lo sport abbia una sua straordinaria efficacia non solo per rappresentare tutto ciò, ma anche per aiutarne la realizzazione. Così la vittoria al termine di una gara, con tutte le sue emozioni e implicazioni, evoca - quasi come annuncio e segno - quel destino di gloria cui aspira sempre ogni persona. Nella fede in Cristo, poi, ci è dato di sperare con certezza la vittoria piena e trascendente, perché lui l'ha conquistata sulla croce - con la sua morte per amore - una volta per tutte contro il peccato e la morte, e dunque la vittoria del bene e della vita, della vita eterna.

Stiamo parlando di vittoria al termine di una gara sportiva. Ma è evidente il senso vero e plenario di tale vittoria: la intendiamo non solo nella sua immediatezza o materialità, ma anche e più specificamente nella sua profondità

umana, ossia come vittoria su se stessi, come gara di crescita in umanità, e questo per l'impegno e la fatica di tutta un'opera educativa intessuta di sacrificio, rinuncia, costanza, lealtà, correttezza sportiva, rispetto della dignità personale di sé e degli altri: di ciascuno, anche dell'avversario!

+ Dionigi card. Tettamanzi
(Arcivescovo di Milano)

FESTA DEL CORPO E DELLA FRATERNITÀ

“Lo sportivo stima il corpo, lo cura e lo vuole sano ed efficiente. Anche prima del sudatissimo agonismo ricerca la scioltezza e la libertà del gioco, la gioia del piacere di vivere un tempo gratuito, oltre le costrizioni e la corsa della vita. Una voglia di vita piena e di riuscita lo spinge a curare la sua crescita fisica, attraverso una disciplina che sente faticosa, ma utile per il pieno possesso delle potenzialità del suo corpo. Nessuno quanto Gesù di Nazaret, ha stima e valorizza il corpo, lui “il Verbo fatto carne” (Gv 1,14). In lui si attua il primo caso di uomo pienamente riuscito nella vita tanto da vincere la morte. Con la risurrezione del corpo, apre una prospettiva di immortalità addirittura alla materia che a noi sembra destinata a consumarsi nel nulla. È lui che in sostanza ha immesso “un germe divino” (1 Gv 3,9) nella nostra umanità, aprendo all'uomo una prospettiva divina. Festa per la nascita di Gesù significa festa per la massima valorizzazione dell'uomo, spirito e corpo: qui il cristianesimo appare davvero come l'unico umanesimo possibile. [...] Lo sportivo sente avvincente il gioco di squadra. Di qui nasce il confronto leale con “altri” che come lui mirano a una gioiosa amicizia, non contaminata da guadagno o da interesse. È nella logica di uno sport sano la solidarietà, l'apertura verso tutti, oltre ogni barriera di razza, cultura e religione. Dall'amicizia scaturisce la voglia di spendersi per gli altri perché è dalla gratuità che nasce un volontariato capace di gesti generosi. E dal volontariato il senso del bene comune. Nell'alveo pulito dello sport quanto di ideale, di fraterno, di sociale è venuto al nostro mondo così impastato di egoismo! Ebbene a questa tensione di fraternità Gesù di Nazaret è venuto a dare forza e fondamento, con motivazioni e risorse capaci di scavalcare i nostri limiti. Ciò che misura la nostra adesione a lui è l'amore fraterno, perché “qualunque cosa avete fatto a uno dei miei fratelli più piccoli l'avete fatto a me” (Mt 25,40); la grazia dello Spirito dell'amore è l'unico cemento che unisce oltre le debolezze, i fallimenti, i tradimenti.

Realmente, come insegna il Concilio, “chi segue Cristo diventa lui pure più uomo” (GS, 41). [...] Lo sportivo è un uomo libero, puntiglioso nella ricerca di un successo nella vita, con la voglia di nuovi traguardi da superare. Certamente anche lui si è posto più di una volta il bisogno della verità e la domanda sul senso del fare e del vivere. Sport, gioco, studio, lavoro, amore, impegno per gli altri, ... per quale scopo, per quale destino, per quale progetto, per quale domani? E con quale garanzia di successo, viste le difficoltà, le sconfitte, gli imprevisti, i condizionamenti? E il dolore, e la morte? Quanti interrogativi ha mai la vita, anche per chi ne è agli inizi e vi si apre con ottimismo ma non senza responsabilità! Solo Gesù è venuto a dire come è profondamente strutturata la meravigliosa “macchina” che noi siamo, quale sia la nostra più vera identità e il nostro autentico destino. Solo alla luce del vero volto di Dio, che Gesù ci ha mostrato, il progetto-uomo da lui creato può dare una risposta serena al notturno enigma della nostra esistenza: un Dio che è Padre, che ci ha voluti come suoi figli ed eredi, e che ci aspetta per essere “simili a Lui” (1 Gv 3,2). Non c'è altra rivelazione con la quale poter oggi intendere in modo pieno la verità dell'uomo. Fare il Giubileo per uno sportivo significa saper rispondere, dentro e al di là del gioco, alla domanda sul senso ultimo dei propri bisogni, dei propri interessi, della propria insopprimibile voglia di vita e di felicità... e conseguentemente incontrare Chi si presenta come l'unico capace di dare risposte definitive (cfr Gv 6,68-69). Il Giubileo è occasione privilegiata per porsi di fronte alla vita e illuminarla con quella “luce vera che illumina ogni uomo” (Gv 1,9).

Cfr CEI - Ufficio nazionale per la pastorale del tempo libero e sport, *Glorificate Dio nel vostro corpo*. Sussidio per la celebrazione del Giubileo degli sportivi, (Documenti: chiese locali 91), EDB, Bologna 2000, 11-13.

ESSERE CONSAPEVOLI...

C'è chi vorrebbe trasformare in esperienza "spirituale" l'attività sportiva aggiungendo ad essa qualche pratica religiosa. Ma è proprio in questo modo che si accende lo spirito? In questo modo corriamo il rischio di sperimentare lo spirituale come qualcosa da "aggiungere" alla vita concreta dell'uomo [...]. Accendere lo spirito significa diventare "consapevoli" che siamo "tempio dello Spirito Santo" nel profondo del nostro essere e quindi chiamati a riconoscere la santità della persona e del mondo che mi circonda. Quando lo sport è capace di "accendere lo spirito"? Quando è capace di conferire a chi lo pratica la padronanza di sé e, quindi dei suoi atti. Questa capacità, che non si ottiene mai in maniera definitiva e che quindi ha bisogno di un costante impegno per essere migliorata, dovrebbe essere fra le mete di ogni persona, anche di chi fa sport. Lo sport è capace di colorare l'azione di ogni atleta con dati morali quali la bontà, la lealtà, la generosità, l'abnegazione, la solidarietà, il coraggio, la disciplina, il senso della responsabilità, la socievolezza e lo spirito di socialità, il fair play, il sano orientamento estetico, l'apprezzamento della natura, della vita e dei valori spirituali. [...] Fare sport vuol dire far fruttare questi doni dello Spirito Santo nella nostra attività fisica. Scrive San Paolo: "Il frutto dello Spirito invece è amore, gioia, pace, pazienza, benevolenza, bontà, fedeltà, mitezza, dominio di sé; contro queste cose non c'è legge" (Gal 5,5). Fare sport significa educare il corpo come strumento della volontà al servizio del bene. "Voi ben sapete che lo sport, in tutte le sue espressioni, prima ancora di essere manifestazione agonistica, è tensione morale. Esige una carica ideale. Lo sport rischia di degradare l'uomo, se non è basato e sorretto dalle virtù umane della lealtà, della generosità e del rispetto delle leggi del gioco, oltre che del giocatore.

Virtù, queste, che ben si armonizzano con lo spirito cristiano, perché esigono capacità di dominio di se stessi, abnegazione, sacrificio, umiltà e quindi atteggiamento di gratitudine verso Dio, che è datore di ogni bene, e quindi anche delle necessarie doti fisiche e intellettuali. Lo sport non è semplice esercizio di muscoli, ma scuola di valori morali e di educazione al coraggio, alla tenacia e al superamento della pigrizia e della trascuratezza; è inoltre antidoto alla mollezza, allo scoraggiamento e avvilito della sconfitta. Non c'è dubbio che questi valori siano di sommo interesse per la formazione di una personalità, che considera lo sport non fine a se stesso, ma come mezzo di totale e armonico sviluppo fisico, morale e sociale. La vostra professione di atleti vi offre, tra le altre, anche la possibilità di migliorare le condizioni spirituali della vostra persona. Chiamati, come siete, ad esercitare spesso le vostre competizioni in mezzo alla natura, tra le meraviglie dei monti, dei mari, dei campi e dei nevai, voi siete posti nelle condizioni migliori per avvertire il valore delle cose semplici ed immediate, il richiamo alla bontà, l'insoddisfazione della propria pochezza, e per meditare sui valori autentici, che sono al fondo della vita umana. Anche la disciplina, necessaria per condurre le prestazioni sportive, può considerarsi un presupposto per l'elevazione spirituale; infatti essa crea un certo tipo di controllo personale, di cui ogni passo verso la perfezione ha assoluto bisogno. Dice l'apostolo Paolo a questo riguardo: "Ogni atleta è temperante in tutto; essi lo fanno per ottenere una corona corruttibile, noi invece una incorruttibile. Io dunque corro, ma non come chi è senza meta; faccio il pugilato, ma non come chi batte l'aria" (1 Cor 9,25). Con queste parole, San Paolo inculca la necessità non solo di una ginnastica dei muscoli, ma anche di una ginnastica dello spirito mediante l'esercizio delle virtù cardinali, cioè prudenza, giustizia, forza e temperanza, e di quelle teologali, cioè fede, speranza e carità". (Giovanni Paolo II, Discorso ad un gruppo di olimpionici, 24-11-1984).

Cfr CEI - Ufficio nazionale per la pastorale del tempo libero e sport, *Glorificate Dio nel vostro corpo*. Sussidio per la celebrazione del Giubileo degli sportivi, (Documenti: chiese locali 91), EDB, Bologna 2000, 18-21.

LE AZIONI CON I COETANEI

Queste azioni provano a trattare nella quotidianità i temi emersi come rilevanti per questo contesto di vita. Si tratta di azioni non eccessivamente strutturate, che possono essere facilmente compiute dagli adolescenti.

FAIR-PLAY

Quest'azione può essere facilmente realizzata da chi pratica sport di squadra. Il contesto dello spogliatoio permette di parlare con i compagni, commentare quanto accaduto, decidere come comportarsi. L'adolescente che vuole essere testimone dell'Annuncio può definire con i compagni delle regole condivise di comportamento da tenere sul campo e in allenamento che traducono in pratica sportiva il proprio essere cristiano. È importante che nel definire queste norme il ragazzo cerchi la condivisione della squadra, anche chiarendo come le scelte fatte siano rispettose della Parola. Facciamo alcuni esempi:

- Il rispetto per le decisioni dell'arbitro. L'adolescente deve essere in grado di dialogare con l'arbitro senza aggredirlo: non si tratta di accettare passivamente tutte le decisioni, ma di metterlo effettivamente nelle condizioni di svolgere meglio il suo compito. Questo implica da un lato essere disposti a perdonarne gli errori, dall'altro riconoscere di potersi sbagliare in merito al proprio giudizio sulle decisioni arbitrali.
- Il rispetto degli avversari. Gli avversari sono coloro che permettono di giocare e di confrontarsi con le proprie capacità: non sono nemici da annientare. Pertanto l'adolescente cristiano si sente responsabile della loro incolumità; cerca di vincere senza ricorrere a trucchi di nessun tipo; si impegna lealmente per tutta la gara, senza prenderli in giro in alcun modo.
- Il rispetto dell'allenatore. L'allenatore svolge una funzione di guida: rispettarlo significa accettarne le scelte, anche nel momento in cui non si è d'accordo o si resta delusi. Ma implica anche poter parlare delle scelte, senza per questo colpevolizzarlo. Rispettarlo significa inoltre impegnarsi nell'allenamento, anche se è più noioso e meno coinvolgente della partita.
- Il rispetto dei compagni. Si manifesta in moltissimi modi, proviamo a vederne alcuni. Alla base possiamo individuare la collaborazione con loro: si basa sulla percezione di dover fare ognuno la sua parte, antepoendo il bene della squadra al successo individuale; ma implica anche la capacità di accettare i loro errori e i loro differenti punti di vista. Altro elemento fondamentale è l'impegno costante, in partita e in allenamento: si tratta di un modo per dimostrare l'importanza data all'esperienza della squadra e alla costruzione di qualcosa di significativo al suo interno. Non va dimenticato il tentativo di costruire relazioni sincere con i compagni: questo implica di non lasciar passare eventuali problemi, ma essere impegnati a chiarirli, parlandosi con schiettezza. Come detto si tratta di proposte: le regole vere e proprie devono essere definite all'interno dello specifico spogliatoio. L'adolescente cristiano si impegna affinché queste regole possano essere discusse e messe in pratica come applicazioni pratiche dell'Annuncio. Si può prevedere, per evidenziare tutto ciò, che siano scritte e appese in modo da essere chiaramente visibili. Inoltre è possibile decidere di comune accordo di assegnare di volta in volta un premio fair-play a chi riesce a metterle meglio in pratica.

GIOCO GRATUITO

La pratica sportiva strutturata può portare gli adolescenti a sovrainvestire sulla dimensione competitiva e imitativa degli adulti. Può essere utile come pratica di Annuncio provare a condividere con i compagni di squadra l'esigenza di recuperare la gratuità del gioco. Ipotizziamo tre proposte semplici che vanno in questa direzione:

- Il gioco non strutturato. L'adolescente può coinvolgere i compagni nel gioco al di fuori di allenamenti e partite ufficiali: si tratta di occasioni più rilassate, nelle quali è possibile chiacchierare e giocare. Un paio di attenzioni permettono di rendere queste occasioni possibilità di Annuncio. Anzitutto la connessione tra cooperazione e competizione: giocare con gli amici facilita l'integrazione tra queste due dimensioni, come emerge chiaramente quando è necessario smorzare la situazione, magari nel caso di decisioni controverse. In secondo luogo l'accettazione di tutti: si tratta di un tema delicato, sul quale il giovane cristiano può esplicitare con fermezza il suo desiderio di accoglienza, coerente con i suoi valori.
- Altra proposta è quella di organizzare qualche semplice torneo molto informale, che permetta di rimescolare le squadre, permettendo di vedere gli altri sotto una luce diversa. Per il giovane cristiano sarà cruciale condividere con i compagni le scelte sull'arbitraggio: arbitrare significa rendere possibile il gioco assumendosi un ruolo

difficile, spesso caricato in modo negativo. Si tratta di un'assunzione di impegno "forte", anche se quotidiano, nei confronti degli altri.

- Ulteriore proposta può essere quella di affiancare, laddove possibile, l'allenatore che si occupa dei più piccoli. Si tratta di una pratica utilissima per permettere al giovane cristiano di rendersi conto che lo sport non è solo autorealizzazione, ma anche dono nei confronti degli altri. Condividere questa scelta con i compagni di squadra e confrontarsi sulle difficoltà incontrate può essere un contesto di Annuncio estremamente efficace.

TIFO POSITIVO

Si tratta di un'azione realizzabile soprattutto in contesti sportivi "contenuti", quindi non in grandi stadi con tifoserie organizzate. L'idea è semplice: andare con gli amici allo stadio (o al palazzetto) e dedicarsi ad un tifo positivo, che sia volto ad incitare la propria squadra e non ad inveire nei confronti dell'altra. Particolarmente importanti sono i momenti di preparazione: insieme agli amici si trovano e si provano le canzoni e i gesti. E' l'occasione per condividere il senso cristiano di questo tifo positivo: un sostegno incondizionato, non legato al risultato, ma alla disponibilità a stare vicino alla squadra. Inoltre un tifo che non prende di mira gli avversari perché non li vede come nemici, ma come antagonisti che permettono lo svolgimento della partita.

Va aggiunto un elemento: lo studio della coreografia permette di sperimentare e far sperimentare la dimensione di festa che deve accompagnare lo sport, come antidoto a un'accezione troppo legata al successo a tutti i costi.

Un'altra possibilità è la ricerca del gemellaggio con l'altra tifoseria: è un modo per riconoscere la diversità delle posizioni, ma nel rispetto dei rapporti reciproci. Il gemellaggio prevede lo scambio di segni che indicano il riconoscimento reciproco.

Il giovane cristiano con questo modo di organizzare il tifo traduce la Parola nella pratica, anche in un ambito che sembra tanto distante da essa. Parlando con i compagni di tifo soprattutto nella fase di preparazione può esplicitare questa sua posizione così "altra" rispetto al tifo che riempie le pagine di cronaca dei giornali.

CORPOREITÀ

Abbiamo visto come il corpo sia al centro della pratica sportiva: si ha spesso un'esaltazione del corpo efficiente, capace di essere resistente, agile, forte; si diffonde sempre più anche l'idea del corpo bello, curato, manipolato per piacere. In che modo il giovane cristiano si rapporta con questi aspetti e li rende territori di Annuncio. Il primo passo è quello di entrare in contatto con i coetanei che fanno sport: i contesti sportivi hanno di per sé spazi che rendono possibile il dialogo tra i praticanti. Negli sport di squadra lo spogliatoio è il posto più indicato, perché segnala la condivisione di un'esperienza, a partire dalla quale è possibile confrontarsi. Anche la palestra permette spazi di questo tipo: tra un esercizio e l'altro, o addirittura nella pratica di alcuni esercizi, è possibile fermarsi a parlare con i coetanei.

L'adolescente può allora impegnarsi a trattare con loro il tema del corpo, a partire dalle sue impressioni e chiedendo agli altri di condividere le proprie. Il giovane cristiano presenta il proprio corpo come luogo da rispettare da qui nascono i temi di dialogo che possono emergere spontaneamente:

- La coerenza tra pratica sportiva e rispetto del corpo. Praticare uno sport implica rinunce, significa prestare attenzione a un'alimentazione equilibrata, evitando magari di bere alcolici. Molto spesso capita ai membri di una squadra di mangiare insieme (in trasferta, dopo una partita): può essere l'occasione per parlare della coerenza tra impegno preso e scelte praticate.

- L'attenzione misurata nei confronti del corpo. Rispettare il corpo non significa idolatrarlo, pretendere di renderlo perfetto, corrispondente a un ideale fondato sull'esteriorità. Questo aspetto può essere trattato facilmente in palestra, dove può capitare di vedere qualche coetaneo sottoporsi a sforzi massacranti inseguendo un ideale di bellezza. Un'attenzione non invadente passa attraverso la condivisione delle rispettive tabelle di esercizi: dal confronto emergono le differenti attese, che aprono a un dialogo sul modo in cui il corpo è vissuto e interpretato da ognuno.

- Un tema più delicato è quello del doping. Il suo utilizzo segnala un modo di intendere il corpo ben lontano dall'Annuncio: si tratta infatti di una mancata accettazione del proprio corpo, che porta a metterlo in pericolo pur di inseguire un'ideale di bellezza, forza, efficienza. Il giovane cristiano può anzitutto raccogliere informazioni in merito al doping: soprattutto può chiedere egli stesso a chi usa farmaci se è consapevole di ciò che contengono e dei loro effetti. Nel farlo non dovrà semplicemente dimostrare il proprio rifiuto: piuttosto manifesterà il proprio interesse verso la questione e verso i problemi che l'altro cerca di affrontare. Per chi è particolarmente interessato al tema è utile un suggerimento: informarsi rispetto alle risorse naturali che possono essere utilizzate, introducendole facilmente nell'alimentazione, in modo da poter presentare un'alternativa coerente.