

disciplinati

LE METE DELL'ALLENATORE
Flavia Sferragatta

Franco Angeli, 2013, 17 euro

Le edizioni **Franco Angeli** hanno da poco dato alle stampe un agevole saggio che pone sotto la lente d'ingrandimento alcuni aspetti della psicologia dello sport ancora poco indagati. Nella collana dedicata alle scienze del comportamento nello sport, Flavia Sferragatta analizza i dettami fondamentali della disciplina nella praticità dell'allenamento gestito da un allenatore di rugby. Psicologa dello sport, collaboratrice con il Servizio di Psicologia dello sport de «La Sapienza», allenatrice di rugby ed ex giocatrice che ha indossato la maglia della nazionale: nessuno più della Sferragatta ha la possibilità e gli strumenti per analizzare i diversi approcci teorici della psicologia che, con una prosa asciutta, educata e al contempo coinvolgente, vengono spiegati in maniera efficace e semplice, divenendo testimonianza di un nuovo approccio nelle relazioni di subalternità che ritroviamo nel mondo dello sport. Allenatore e giocatori non sono, infatti, due corpi

separati, autocefali, distanti, bensì – mettendo da parte ogni compartimentazione di ruoli – si ritrovano ad interagire all'unisono secondo un affiatamento sperimentato e coltivato nelle sedute preparatorie alla prestazione agonistica. Un *modus operandi* che trova la sua consacrazione nell'esperienza di cui Sferragatta è colonna portante, quella degli *All Reds Rugby*, fiore all'occhiello dell'omonima polisportiva che calca il prato dell'ex Cinesdromo della capitale. Ed è proprio nella vicinanza con un'esperienza autogestita «dal basso» che il lavoro della psicologia dello sport trova la sua consacrazione. Nata oltre 100 anni fa, questa disciplina ha contribuito a dotare tecnici e studiosi di strumenti in grado di decifrare le variazioni che hanno invece interessato le nuove articolazioni dello sport come paradigma dell'evoluzione della società umana. Abbiamo quindi il rafforzamento di una propensione *agonistica* cui fa eco la necessità di mettere a punto modelli di sviluppo di allenamento che tengano conto del pesante carico psicologico e dell'au-

mento della tensione mentale nella prestazione di massima. D'altro canto, invece, si è coltivata una concezione di sport più *sociale*, secondo la quale, utilizzando le parole del direttore della collana Fabio Lucidi nella presentazione del volume, «*le caratteristiche dello sport come veicolo d'integrazione sociale, di salute e di benessere psico-fisico lo rendono un "diritto di cittadinanza" in tutte le fasi del ciclo di vita*». Un testo, dunque, che offre una poliedrica prospettiva di riflessione; non ultima, infine, quella riguardo l'esaltazione del ruolo collettivo rispetto alla vulgata comune che vuole la prestazione e la vittoria al di sopra di tutto. Pur non cedendo alle lusinghe dell'aforisma *decoubertiniano* che pone in risalto la partecipazione a dispetto della vittoria, la Sferragatta ci aiuta a capire l'importanza della tranquillità mentale nell'ottenimento della vittoria e della prestazione superlativa, in barba all'estremizzazione del paradigma contemporaneo sullo sfruttamento totale (fisico e psichico) dell'atleta moderno.

SAMIR HASSAN

