

...5-02-2026 ore 20:45 | **RUBRICHE** - Castelleone di Gloria Giavaldi

Patto per lo sport. Perolini: 'gestire i conflitti significa fornire ai giovani modelli da imitare'



Proseguono a Castelleone gli incontri formativi previsti nel Patto per il supporto educativo nello sport, siglato lo scorso ottobre tra il comune di Castelleone, l'associazione Famiglie in cammino e le principali società sportive del territorio. Ieri sera, presso il teatro Leone, è intervenuta la psicologa dello sport **Federica Perolini** in un incontro dal titolo *Tecniche comunicative per la gestione del conflitto in campo e sugli spalti*. Ad ascoltarla per lo più dirigenti e allenatori delle società sportive, ma anche alcuni genitori, **Maura Longari** per l'associazione Famiglie in cammino ed il delegato del Coni Cremona **Alberto Lancetti**. "Queste iniziative - ha detto Lancetti - consentono di sostenere i ragazzi con maggiore consapevolezza anche nell'ambito sportivo".

Il ruolo dell'allenatore

A partire da un dato di fatto: "il conflitto è un

tema caldo, che interessa tutti gli ambiti della vita, anche quello sportivo. C'è un disaccordo e va gestito, sapendo che in ambito sportivo vi sono alcune variabili aggiuntive che possono amplificare la situazione. In questo contesto – ha chiarito Perolini – il ruolo dell'allenatore è importante per **prevenire l'escalation ed evitare l'esplosione emotiva**. È vostro compito **proteggere il clima educativo**, coltivando consapevolezza". La vera sfida è farlo in un contesto ostile, che "non riconosce il ruolo dell'allenatore né come tecnico, né come progettista, né come educatore".

La cultura dell'errore

La psicologa ha poi passato in rassegna le situazioni che in ambito sportivo possono innescare un conflitto: "**senso di frustrazione, pressione del risultato e percezione di aver subito un'ingiustizia**". Nel primo caso, si manifesta l'oggettività relativa propria dell'atleta: alza, sin dal principio, la **soglia dell'emozione negativa**. Nel secondo caso, lo sportivo parte contratto, con una **dose di aggressività elevata**. Il terzo caso attiva la **modalità lotta** per difendere se stessi, il proprio onore, la propria immagine. Pensiamo a quanto spesso gli arbitri vengono presi di mira. Questo accade perché i più pensano che siano perfetti, che non possano commettere errori. Invece, gli arbitri sono umani e, in quanto tali, sono fallibili. Dobbiamo insegnare ai giovani **la cultura dell'errore: noi possiamo sbagliare, gli altri possono sbagliare**".

Nati con la bilancia in mano

Altro connotato tipico dell'ambito sportivo, in

particolare degli sport di squadra, è "il contagio emotivo. Positivo o negativo. Nel secondo caso, la **capacità di disinnescare dell'allenatore** è di fondamentale importanza. Dovete agire tenendo presente che **per i giovani siete un esempio** e finiranno per imitarvi. Nel relazionarvi in una situazione conflittuale, dovete anche aver chiaro che ogni comunicazione viene filtrata da ciascuno di noi in modo diverso. Che ci piaccia o no, **siamo nati con la bilancia in mano**. Il giudizio fa parte di noi: giudichiamo e siamo costantemente giudicati".

Come disinnescare

"Di fronte ad una persona alterata, che urla, per disinnescare è consigliabile **usare un tono basso, con movimenti d'apertura**. Fate attenzione che vi sia **coerenza tra la vostra comunicazione verbale e quella non verbale**. **Guardate in viso la persona**, senza mai guardarla fissa negli occhi: potrebbe sentirsi sfidata. **Usate frasi brevi ed evitate discussioni in pubblico**. Nel rapporto con i più giovani, se comprendete che non è giornata **fateli sentire accolti**, ma fate in modo che **non focalizzino l'attenzione sui loro problemi**, piuttosto su ciò che devono fare. Non significa minimizzare il disagio, ma affrontarlo nel giusto tempo. Ascoltateli, state loro accanto, allenateli". Nello sport e nella quotidianità.

Il patto per lo sport

Perché lo sport è parte della quotidianità. Per questo può **aiutare a rintracciare situazioni di disagio emotivo**. Il patto per lo sport offre **consulenza gratuita con psicologi, educatori,**

assistenti sociali e legali, spazio di confronto anche in orari serali, promozione di iniziative pubbliche per diffondere uno **sport rispettoso e non violento**. Si rivolge a dirigenti, allenatori e tecnici delle società sportive e genitori. Le attività si svolgono presso la sede dell'associazione Famiglie in cammino in via Beccadello, 2 a Castelleone. È possibile richiedere una consulenza inviando una mail a info@famiglieincamminocastelleone.it o un messaggio WhatsApp al numero 3289649812.