



LA FIGURA DELL'OPERATORE PROFESSIONALE IN PSICOLOGIA DELLO SPORT

Prof. Diego Polani

*Presidente Nazionale Società Professionale Operatori in Psicologia dello Sport e delle Attività Motorie
Cattedra di Psicologia dello Sport Facoltà di Medicina e Chirurgia Firenze – Corso di Laurea in Scienze Motorie
Cattedra di Psicologia dello Sport Facoltà di Medicina e Chirurgia Firenze – Corso di Laurea Specialistica in Scienze e
Tecnica dello Sport*

Il problema di una reale conoscenza su ciò che può fare o non fare una determinata categoria professionale è sempre di più attuale ed importante. Spesso con determinate professioni si tende, per ignoranza popolare, ad affibbiare una serie di competenze professionali come si fosse tuttologi, cosa che da svariati anni proprio le Università con i loro ordinamenti e le società professionali specifiche stanno combattendo con forza.

Sicuramente una delle professioni più inquinate da queste confusioni di ruolo è proprio la psicologia che viene vissuta principalmente dall'utenza, in maniera errata, come una professione esclusivamente sanitaria, oppure come una professione dove chiunque, laureato in tale materia, può spaziare da un'area all'altra. Questo problema riguarda, di fatto, le fantasie, le aspettative e i pregiudizi relativi al servizio offerto.

L'idea del classico modello "medico", che riduce la prestazione dell'esperto al diagnosticare un male e proporre una ricetta che "serve per curare" il paziente, al fine di "eliminare" questo male ed ottenere una guarigione, condiziona spesso le fantasie più o meno consapevoli di chi chiede aiuto ad uno psicologo anche se in questo caso si dovrebbe fare affidamento ad uno psicoterapeuta. Questo avviene a maggior ragione negli atleti, o in coloro che ricercano un intervento per i loro atleti, che si trovano a richiedere un aiuto psicologico. Spesso la fantasia popolare è quella del modello medico ed è ancora più pericolosa perché gli atleti molte volte non hanno nessuna problematica psicopatologica e giustamente rifiutano l'idea di essere "curati" per aspetti psicologici che "non li riguardano". L'equazione in questo caso è "psicologo-medico" uguale "malato", e la conseguenza di ciò una serie di reazioni difensive con un rifiuto della figura dello psicologo dello sport. Questo modo di vedere la psicologia dello sport è purtroppo la conseguenza di un retaggio storico esclusivamente italiano, ma in parte ancora attuale, che vuole, proprio per questa forma di **tuttologia** opportunisticamente cavalcata da coloro che hanno una formazione esclusivamente clinica e/o medica e che vogliono entrare in questo mondo, medicalizzando qualsiasi intervento psicologico definendolo "clinico". Altre situazioni invece, vedono alcune persone immaginare assurdamente l'intervento dello psicologo come l'ultima spiaggia, prima della competizione importante, quasi fosse un "mago" con poteri non ben definiti.

Lo stesso si può notare anche nelle altre specializzazioni psicologiche. Quante volte si richiede ad uno psicologo clinico di dare indicazioni o fare formazione in ambito lavorativo, oppure in quello sportivo e/o diagnostico. **Ogni professionista ha una sua specifica specializzazione post universitaria**, si spera, ed è questa che dovrebbe fare fede in ambito professionale. Eppure oggi, un po' per mancanza di lavoro, un po' per ignoranza, si notano utenze (e qui prevale l'ignoranza) che richiedono competenze specifiche a chi non le ha, e

crescono “professionisti” che s’improvvisano, per quanto già detto pocanzi, psicologi del lavoro, o dello sport, clinici, ecc., senza dare come conseguenza servizi realmente professionali e, come ovvia conseguenza d’immagine, riducono la nostra professione ad una sorta di carnevalata. Oggi più di prima vediamo, ad esempio, corsi di formazione professionale che trattano problemi inerenti l’assessment, la gestione risorse umane, i rapporti relazionali con i clienti interni ed esterni, che vengono trattati con la stessa modalità con cui si conducono gruppi terapeutici, creando così solo confusione anche se si rinforzano quelle fantasie “magiche” che ogni corsista spesso si ritrova a cercare per appagare suoi stati emotivi e comportamentali specifici. Ma non scordiamoci, infine, di coloro che creano, ad esempio nello sport, dei setting terapeutici con gli atleti senza di fatto gestire il loro vero problema agonistico.

E allora lo psicologo dello sport che competenze ha? Che può fare? Come lo fa? Si è in grado di capire se è bravo nel suo campo? Da che lo si può capire? In che caso si potrà dire che il suo lavoro “funziona” ed è propositivo?

Questi sono i classici interrogativi che si pongono ancora oggi atleti, allenatori e dirigenti. Attualmente, quindi, il lavoro più importante che si dovrebbe realizzare da parte della nostra categoria è sicuramente quello di un’informazione puntuale e precisa sul ruolo dello psicologo dello sport con una proposta di obiettivi che siano e capibili e raggiungibili dall’utenza.

Nel caso in cui società sportiva, federazione o il singolo allenatore siano il “committente”, dell’intervento dello psicologo dello sport sui loro atleti, dobbiamo ricordarci che spesso si trovano nella condizione di dover convincere il loro atleta che questo supporto serve, ma, di fatto, non hanno ben chiaro il tipo di prestazione che l’esperto in psicologia dello sport può offrire.

Dirò di più, nell’ambito della formazione, sia dei tecnici che dei dirigenti sportivi, sarebbe auspicabile avere uno psicologo formato in psicologia dello sport e possibilmente in alcuni casi anche in psicologia del lavoro proprio per cogliere quegli aspetti che sono di indole lavorativa in un mondo particolare come quello sportivo.

Tutto ciò oggi è raggiungibile finalmente con una formazione adeguata.

Questi aspetti sono oggi affrontati in modo più compiuto dalla **Società Professionale Operatori in Psicologia dello Sport e delle Attività Motorie**, che attualmente presiedo, e che è al momento l’unica società **professionale** in Italia e in Europa formata in base alle seguenti normative vigenti. Dal 2005, infatti, si sta discutendo in Europa (dispositivo europeo 36/2005) della riforma delle professioni. Anche se con ritardo in Italia rispetto ad altri paesi europei, la **liberalizzazione professionale** entra finalmente in gioco grazie al decreto attuativo che il 26 febbraio 2008 è stato varato dal ministero della giustizia, di concerto con quello delle politiche comunitarie, del relativo decreto legislativo “qualifiche” (d. Leg.206/2007), quest’ultimo appunto approvato dal consiglio dei ministri il 23 ottobre 2007; politicamente, ad oggi pare che solo l’Italia sia rimasta legata alla forma ordinistica attuale, ci si dovrà attivare per raggiungere quelle disposizioni europee che porteranno all’eliminazione degli *albi professionali*, così come erano anticamente concepiti (*una proposta di legge è quella di sciogliere gli albi per trasformarli in Fondazioni*).

Si afferma, sempre a livello europeo, che nel 2013 gli enti o le fondazioni preposti alla formazione di base saranno e rimarranno le Università, ma i titoli di specializzazione professionale (ad esempio Psicologo dello Sport) potranno essere dati a coloro che frequenteranno corsi post-universitari sia privati che universitari, riconosciuti dalle società professionali di appartenenza, proprio per evitare quel caos pseudo-formativo attuale che vede università e strutture private, non abilitate ad una formazione professionale, creare corsi che alla fine indeboliscono l’immagine professionale di quella determinata categoria. Ciò

non toglie che l'aspetto più importante della *deregulation professionale* si sostanzia con la **certificazione professionale**: chiunque potrà esercitare la libera professione, tuttavia, i singoli professionisti che lo desidereranno potranno acquisire una sorta di "**bollino blu**" che ne certifichi la qualità professionale e formativa anche in ambito europeo.

Gli organi preposti alla certificazione di qualità del singolo professionista sono le **Associazioni di Categoria Professionali o Società Professionali di Categoria**, le quali stabiliscono parametri di qualità, rispettando i dettami dell'Unione Europea, che dovranno essere rispettati dai loro soci, iscritti negli appositi registri. Tali parametri comprendono una formazione certificata, esami d'ingresso, l'aver effettuato un determinato numero di ore di formazione professionale (**E.C.P.**, Educazione Continua Professionale) e il rispetto di un codice etico e deontologico.

La **SPOPSAM**, in quanto **Società non nuova**, ma espressione dovuta ad **aggiornamento ed adeguamento dello statuto AIPS**, che, per volere del Prof. Ferruccio Antonelli, aveva già costituito il Registro Professionale nel lontano 1985, adeguandosi a tali normative si ritrova ad essere attualmente l'unica struttura rappresentata a livello nazionale da Comitati Regionali, adeguandosi tra l'altro anche alle disposizioni normative statutarie del CONI, ad avere un Codice Deontologico, ad avere un Registro Professionale già operativo.

In questa maniera i Professionisti che già operano in Campo Sportivo e che rientrano nei parametri fissati dalla Società Professionale potranno operare grazie ad un riconoscimento ufficiale che li inserisce nei rispettivi registri professionali. Coloro che non hanno tali requisiti tramite un percorso formativo riconosciuto potranno essere certificati nei rispettivi registri. I registri sono stati creati per dare la possibilità di formare in tecniche di psicologia dello sport anche quelle figure, laureate, che sotto la supervisione di uno psicologo possono effettuare alcuni interventi di base: la figura del coach. Questo per adeguarci a ciò che avviene in vari paesi del mondo, USA compresi, dove tali figure non sono inflazionate e senza regole come in Italia (si vedano i molteplici motivatori, coach o counselor senza titoli universitari e senza preparazione scientifica), ma ben definite, regolamentate, e in ogni caso con almeno un titolo di laurea adeguato.

I registri sono due: il primo, definito **REGISTRO PROFESSIONALE DEGLI PSICOLOGI DELLO SPORT E DELLE ATTIVITA' MOTORIE**: "Registro A-1", per gli psicologi iscritti all'ordine nel ruolo A (cinque anni di formazione universitaria) e i medici. I professionisti con l'abilitazione in psicoterapia possono:

- operare in ambito clinico e terapeutico laddove richiesto esplicitamente:
 - * Depressione, o altre patologie evidenziate
 - * Crisi da superallenamento e burnout
 - * Gestione dei conflitti
 - * Mobbing
 - * Problemi di salute, peso e benessere
 - * Accompagnamento all'abbandono sportivo
 - * Dolore e perdita
 - * Aspetti conflittuali tra sport, studio, occupazione e/o vita di famiglia;
- gestire e coordinare team di operatori professionisti in psicologia dello sport nelle varie mansioni;
- operare in tutte le attività previste dalla professione della psicologia dello sport:
 - * Aumento delle prestazioni e delle abilità mentali (per esempio. goal setting, imagery, confidence)
 - * Gestione dell'ansia e tecniche di rilassamento
 - * Concentrazione e preparazione mentale
 - * Gestione del management sportivo

- * Gestione e direzione della squadra
- * Abilità di comunicazione
- * Abilità sportive
- * Debriefing e valutazione dei programmi
- * Recupero sportivo
- * Riabilitazione
- * Valutazione psicologica
- * Video analisi delle emozioni e delle prestazioni sportive

Quelli sempre iscritti all'interno del "Registro A-2" quindi senza l'abilitazione in psicoterapia possono invece:

- indirizzare a psicoterapeuti esperti in psicologia dello sport utenti che abbiano bisogno di un intervento clinico e terapeutico;
- gestire e coordinare team di operatori professionisti in psicologia dello sport nelle varie mansioni;
- operare in tutte le attività previste dalla professione della psicologia dello sport:
 - * Aumento delle prestazioni e delle abilità mentali (per esempio. goal setting, imagery, confidence)
 - * Gestione dell'ansia e tecniche di rilassamento
 - * Concentrazione e preparazione mentale
 - * Gestione del management sportivo
 - * Gestione e direzione della squadra
 - * Abilità di comunicazione
 - * Abilità sportive
 - * Debriefing e valutazione dei programmi
 - * Recupero sportivo
 - * Riabilitazione
 - * Valutazione psicologica
 - * Video analisi delle emozioni e delle prestazioni sportive

Ossia fare tutto ciò che non prevede un setting clinico o terapeutico.

Il secondo, definito REGISTRO PROFESSIONALE DEI COACH DELLO SPORT E DELLE ATTIVITA' MOTORIE: "Registro B", è per coloro che hanno la laurea triennale in psicologia, e sono iscritti all'ordine nel ruolo B, e coloro che sono laureati in facoltà equipollenti e/o scienze motorie, comunque che abbiano svolto una formazione post universitaria adeguata o che comunque presentino un curriculum lavorativo adeguato da essere preso in considerazione dalla commissione didattica-scientifica.

In questo caso possono:

- lavorare in un team di operatori professionisti in psicologia dello sport coordinati da uno psicologo e/o psicoterapeuta;
- operare nelle seguenti attività previste dalla professione della psicologia dello sport, sotto la supervisione di uno psicologo iscritto nel Registro A-1:
 - * Aumento delle prestazioni e delle abilità mentali (per esempio. goal setting, imagery, confidence)
 - * Concentrazione e preparazione mentale
 - * Abilità di comunicazione
 - * Abilità sportive
 - * Riabilitazione

I campi di intervento in psicologia dello sport sono sicuramente variegati e molteplici e rivolti verso questa specifica utenza:

- * Atleti dilettanti, di élite e professionisti

- * Semplici partecipanti ad attività motorie non agonistiche
- * Consulenza ed assistenza a Personal Trainer
- * Allenatori, responsabili e coordinatori
- * Formatori, medici ed altri ricercatori dello sport
- * Giudici ed arbitri
- * Artisti (per esempio. musicisti, ballerini, attori)
- * Impiegati e datori di lavoro in qualsiasi occupazione interessata delle prestazioni ottimali e di eccellenza

Lo **Psicologo dello Sport o il Coach** hanno in definitiva il compito di valutare e assistere, senza fare psicoterapia, tutti gli utenti sportivi e motori tramite tecniche che prevedano una valutazione psicologica che possa permettere di arrivare ad una conoscenza approfondita e reale del soggetto.

Tutto ciò al fine di prevedere quelli che in gergo professionale vengono definiti punti di forza ed "aree di miglioramento in termini di abilità mentali" (U. Manili), al fine di ottimizzare quelle strategie mentali che vengono normalmente utilizzate. Ma non solo, ciò dovrà portare il soggetto ad avere obiettivi realistici, e grazie a ciò il professionista si troverà ad usare quegli strumenti e metodi secondo lui più idonei anche in funzione del profilo psicologico (pensieri, emozioni, bisogni, aspirazioni ...) precedentemente acquisito non solo con i test ma anche con i dovuti colloqui.

Lo psicologo dello sport, secondo quanto scrive Giuseppe Vercelli, è prima di tutto lo psicologo della normalità che opera a livelli eccezionali, cioè "colui in grado di servire la genialità, intesa come potenziamento di facoltà che gli individui utilizzano sempre a livelli minori".

L'operatore professionale in psicologia dello sport diventa quindi un facilitatore e mediatore dell'ottimizzazione della prestazione, laddove si operi con atleti, cercando nella normalità, e di conseguenza, abolendo quella parte esclusivamente clinica che tratta solo di patologia, al fine di esaltarla per suscitare e stimolare quelle che vengono definite intelligenza motoria e intelligenza agonistica.

E' inoltre importante ricordare che oggi, più che mai, l'intervento dell'operatore in psicologia dello sport, ad altissimo livello, dovrebbe essere indirizzato verso i tecnici al fine di operare un lavoro di consulenza sul campo. Ossia individuare le singole particolarità legate alla motivazione, all'attivazione, ecc. di ogni atleta per consigliare il tecnico di volta in volta su come relazionarsi e, quindi, indirizzare le tecniche di allenamento in funzione degli obiettivi preposti. Questo perché spesso si è notato che la cattiva performance è guidata da una sorta di leadership non positiva del tecnico nei confronti del gruppo di atleti che assorbendo la negatività inconscia del tecnico stesso arrivano a fare prestazioni non ottimali. Infine l'intervento sugli atleti, se non richiesto esplicitamente dall'atleta, potrebbe creare una sorta di rifiuto all'aiuto da un lato, oppure una psico-dipendenza dallo psicologo dall'altro.

In ogni caso la gestione dei rapporti interpersonali deve essere sviluppata ed allenata per migliorare quella competenza lavorativa chiamata relazionale che ci può permettere di essere accettati e seguiti nel nostro lavoro, ricordandosi, ad esempio nel mondo sportivo di alto livello, che noi operiamo in funzione di una richiesta e non per comparire sui media al posto dei nostri "clienti".

Per raggiungere questi risultati gli operatori in psicologia dello sport e delle attività motorie si avvalgono, quindi, di metodi scientifici validi, devono essere formati ed aggiornati professionalmente al fine di motivare le loro azioni e devono saper spiegare per quale motivo un esercizio va svolto in un determinato modo compresi gli effetti che lo stesso provocherà. Devono rispettare i limiti degli sportivi e rispondere in modo competente, serio e soprattutto franco alle domande ed ai dubbi che sorgono. Devono essere trasparenti e

quindi pronti ad ammettere i loro limiti e rilevare la fonte da cui provengono le loro competenze. Devono infine avere anche una formazione culturale di base "clinica" al fine di evitare di cadere in interazioni pericolose (ad esempio le classiche triangolazioni) e per riconoscere, laddove sia presente, un'eventuale patologia da un presunto comportamento agonistico inadeguato; in questo caso è compito del professionista avvisare il committente che è il caso di far intervenire un terapeuta, ma ciò non significa che l'operatore in psicologia dello sport debba essere definito clinico.

Ricordiamoci che il nostro è un mestiere e come tale deve essere trattato, in maniera professionale riconoscendo noi stessi per primi i nostri limiti, al fine di aumentare la nostra formazione continua, senza far credere che siamo gli unici fautori di un'eventuale performance positiva ma insistendo sul fatto che non siamo "maghi" e che il nostro è un lavoro di sinergia con le altre professionalità che lavorano in aiuto ai tecnici in funzione del risultato atletico da un lato o motorio con finalità di benessere dall'altro, e non per un nostro appagamento narcisistico.