

<b>Zeitschrift:</b>	Macolin : mensile della Scuola federale dello sport di Macolin e di Gioventù + Sport
<b>Herausgeber:</b>	Scuola federale dello sport di Macolin
<b>Band:</b>	40 (1983)
<b>Heft:</b>	8
<b>Artikel:</b>	Panoramica sulla psicologia sportiva
<b>Autor:</b>	Schilling, Guido
<b>DOI:</b>	<a href="https://doi.org/10.5169/seals-1000353">https://doi.org/10.5169/seals-1000353</a>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 24.02.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

# Panoramica sulla psicologia sportiva

di Guido Schilling

La Federazione europea di psicologia degli sport e delle attività corporee (FEP-SAC) organizza a Macolin, dal 4 al 9 settembre 1983, il suo sesto congresso. Avrà luogo presso la Scuola federale di ginnastica e sport. Si attendono oltre 100 partecipanti provenienti da tutte le parti del mondo.

Il tema principale del congresso è il seguente: «Prestazione ed emozione». Verranno affrontati altri temi riguardanti la psicologia sportiva in Europa e verranno discussi i problemi metodologici e tecnologici della psicologia sportiva.

## Psicologia sportiva in Svizzera

70 anni fa il Barone Pierre de Coubertin organizzò il primo congresso dal contenuto psicologico-sportivo. «Le Congrès international de psychologie et de physiologie sportive», svolto nel 1913, risulta essere la prima sessione che ha trattato problemi di psicologia sportiva.

55 anni dopo, nel 1968, poco prima dei Giochi Olimpici del Messico, la Società svizzera per la medicina sportiva ha organizzato a Zurigo un congresso informativo dove si è potuto presentare la psicologia sportiva, che negli anni sessanta aveva registrato un forte sviluppo.

Sono stati invitati medici sportivi, allenatori e altre persone interessate. Nel 1969 è stato fondato, all'interno della società svizzera per la medicina sportiva, un gruppo di lavoro svizzero per la psicologia sportiva (SASP).

La SAPS è un'associazione di medici, psichiatri e psicologi, che operano in stretta collaborazione, e si prefisso lo studio di problemi di psicologia sportiva e la divulgazione delle conoscenze della stessa.

All'inizio degli anni 70 si è fatto molto: sono stati organizzati seminari per allenatori di calcio, di hockey su ghiaccio e di pallamano che trattavano il tema dell'assistenza ad una squadra.

Nell'autunno 1982 ha avuto luogo in Svizzera un simposio internazionale con il tema «Psicologia sportiva - per che cosa?». Vi hanno partecipato 80 persone provenienti da tutta l'Europa. Alla fine degli anni 70 la psicologia sportiva svizzera ha registrato un nuovo slancio grazie ad alcuni lavori di licenza degni di nota.

Alcune federazioni (ad esempio la Federazione svizzera di sci) hanno realizzato, in collaborazione con psicologi, un progetto di formazione e di assistenza. Nel corso d'allenatori CNSE (Comitato nazionale per lo sport d'élite) gli psicologi sportivi occupano un posto fisso.

Nel 1980 è stata esaminata in Svizzera

la situazione della psicologia sportiva e i bisogni della stessa, nel quadro di un lavoro di diploma al seminario per la psicologia applicata di Zurigo. Questa relazione mostra la grande necessità delle federazioni sportive svizzere nel settore della formazione e dell'assistenza. Nel campo della ricerca psicologico-sportiva esiste addirittura un vuoto.

Si è cercato spesso d'ingaggiare psicologi nelle associazioni sportive svizzere.

Ci sono psicologi che hanno incarichi limitati negli istituti per insegnanti di educazione fisica presso Università. Ma in Svizzera non esiste ancora nessun posto nelle federazioni o addirittura una cattedra di psicologia sportiva. Perché finora non è stato possibile? Oppure non esistono psicologi competenti?

## Che cosa succederà?

Come si può leggere nel rapporto annuale della SAPS, del 1982, un po' in tutto il mondo si fanno lavori sulla psi-

cologia sportiva, ad esempio già da alcuni anni nel *corso d'allenatori* essa costituisce un tema principale della formazione.

Beat Schori, lic. phil. si è assunto il nuovo incarico della direzione della disciplina psicologia.

Durante un corso per il perfezionamento degli allenatori, è stato invitato a Wildhaus Lars-Eric Unestahl (Svezia). Ha presentato ai 60 allenatori svizzeri il suo programma d'allenamento psicologico. Un *gruppo* di allenatori, che lavora con il programma Unestahl, si riunisce regolarmente sotto la direzione di Beat Schori per uno *scambio d'esperienze*.

Ruedi Moor e Guido Schilling hanno organizzato a Schüpfheim un corso di perfezionamento per insegnanti di educazione fisica sul tema «*Interazione nell'insegnamento sportivo*».

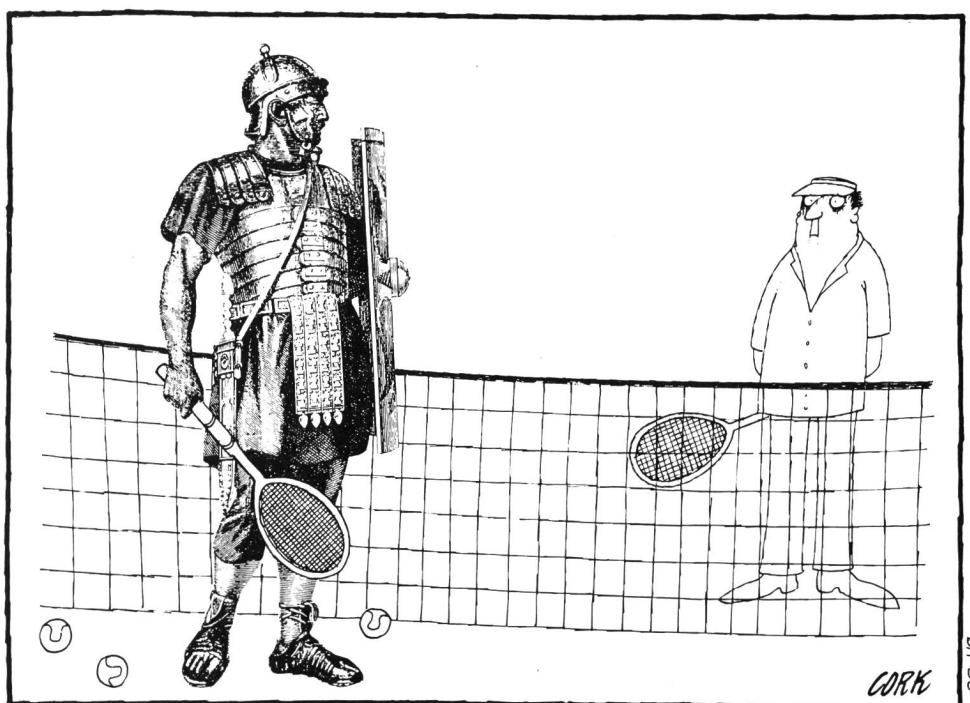
A Zurigo si è formato, sotto la direzione di Martin Miller, un gruppo *supervisore* per discutere i problemi dell'allenatore. Riguardo questo tema esiste una cassetta video della SFGS che informa sugli scopi e i metodi dell'*allenamento dell'allenatore*.

A Mürren sono stati organizzati due *corsi* sotto la direzione di Kostantin von Bidder, sul tema «*parlare assieme - ma come?*» per *funzionari delle federazioni*.

La SFGS ha prodotto, con la collaborazione di Ruedi Moor, una cassetta video sulla «*debole prestazione nell'insegnamento sportivo*».

Per la formazione degli allenatori, Urs Mühlthaler e la SFGS hanno prodotto una cassetta video sul «*Coaching nella pallamano*».

Oltre a ciò si sono organizzati diversi corsi, relazioni e pubblicazioni per le fe-





derazioni sportive con la partecipazione — tra gli altri — di Walter Baur, Konstantin von Bidder, Arturo Hotz, Jiri Koci, Guido Schilling e Beat Schori. Gli psicologi (Ruedi Moor, Hans Jürgen Schermann e Guido Schilling) erano impegnati nell'elaborazione dei concetti dell'Azione «Fairplay» dell'Associazione svizzera per lo sport.

### Psicologia sportiva internazionale

Con l'evoluzione, negli anni 50 e 60 dello sport internazionale, è iniziata anche quella della psicologia sportiva internazionale. In occasione del primo congresso mondiale di psicologia sportiva, nel 1965 a Roma, è stata fondata la ISSP (International Society of Sports Psychology).

Poco dopo sono state istituite da psicologi interessati allo sport, associazioni nazionali e continentali. La ISSP raggruppa oggi alcune centinaia di membri provenienti da tutte le parti del mondo.

La FEPSAC (Federazione europea di psicologia degli sport e delle attività corporee) è stata fondata a Vittel (Francia) nel 1969 e riunisce oggi 16 paesi.

In vista dell'imminente congresso a Macolin, Paul Kunath (RDT), in occasione dell'ultima seduta del consiglio direttivo della FEPSAC, che ha avuto luogo nell'aprile di quest'anno a Berlino (RDT), ha indetto una tavola rotonda sul tema dello sviluppo della psicologia sportiva in Europa.

La pubblicazione riassuntiva di questo colloquio sarà a disposizione per il prossimo congresso dove dovrebbe venir discussa.

Anche l'Associazione internazionale per la psicologia sportiva organizza, durante il congresso macoliniano, una serata con esposti sulla posizione della psicologia sportiva dal punto di vista della ISSP.

Ci rallegriamo di questa iniziativa. Anche se in minor misura, gli psicologi svizzeri possono partecipare a congressi internazionali sulla psicologia

sportiva, come lo dimostra il rapporto annuale della SASP per il 1982: Guido Schilling ha diretto le sedute del consiglio direttivo della FEPSAC a Kiel e a Londra.

Beat Schori ha partecipato al congresso di Helsinki sul tema «International Understanding».

Arturo Hotz e Ruedi Moor sono stati relatori alle giornate dell'educazione fisica contemporanea a Regensburg (RFT).

### Prestazione ed emozioni

La determinazione della posizione e i paragoni rappresentano le basi per una collaborazione internazionale. Già da tempo gli psicologi sportivi avevano il desiderio di collaborare a temi di ricerca comuni o addirittura a progetti di ricerca internazionali.

La FEPSAC aveva proposto così, in vista del congresso del 1965 a Edimburgo, uno studio comparativo sulla personalità degli atleti di punta. Sono stati paragonati profili di personalità di differenti gruppi d'età, di discipline sportive e di gradi di prestazione.

Per diversi motivi — soprattutto quelli concernenti la metodica dei test — il progetto non ha avuto molto successo. Vi erano forse rivalità in gioco? Oppure i problemi linguistici ne erano la causa?

È positivo, invece, il grande interesse suscitato da un nuovo progetto della FESPAC sul tema «Paura e stress nello sport». «Emozioni e prestazione» sarà il tema principale del prossimo congresso. Erwin Apitzsch (Svezia) ha ricevuto il compito dal consiglio direttivo della FESPAC di raccogliere i lavori personali, i progetti di ricerca e i rispettivi risultati sul tema «paura e stress nello sport».

Colleghi della Germania federale, della Cecoslovacchia, dell'Ungheria, dell'Inghilterra e dell'Unione sovietica gli hanno promesso rapporti riassuntivi sul tema. I risultati e i rapporti delle inchieste — completati da temi sulla definizione di paura e stress — dovrebbero esser consegnati al congresso.

### Come definire le emozioni nello sport?

Cos'è la paura? Che cosa prova un fondista? Perché gli sportivi estremi rischiano così tanto? La paura è un sentimento tipico della singola personalità? Come si possono regolare le emozioni, lo stress e la paura nello stato pre-gara? In che modo sono legati tra di loro lo stress e la prestazione? Come si percepisce il successo e l'insuccesso? Queste sono alcune domande che verranno presentate nelle conferenze e nei gruppi di lavoro del congresso e quindi messe in discussione.

Questa forte specializzazione riguardo ad un unico tema principale comporta il pericolo dell'unilateralità. Alcuni colleghi temono addirittura che, in questo modo, la psicologia sportiva possa venir «distorta» e si rischia d'andare verso uno sviluppo unilaterale. D'altronde, concentrandoci su un tema, possiamo approfondirlo ed elaborarlo meglio. Naturalmente le conferenze e i posters sulla posizione della psicologia sportiva in Europa e sui problemi metodologici e tecnologici, cercheranno di stabilire un giusto equilibrio.

Il tema principale è «Prestazione ed emozione». Spesso si può notare come nei congressi (di psicologia) si metta tanta carne al fuoco e non si veda più la cena!

Non si devono presentare dozzine di conferenze sul tema, che in conseguenza delle riduzioni che subiscono nella traduzione, diventano addirittura incomprensibili. Esperienze e risultati riguardo al tema principale devono essere discussi a fondo con poster e nei Workshops.

Desideriamo offrire la possibilità, di vivere personalmente la tensione e lo stress, ma anche la distensione.

Verranno quindi offerte molte possibilità di praticare dello sport, di realizzare prestazioni e di vivere emozioni □

### Bibliografia:

- Apitzsch, E., Anxiety project of FESPAC, in Vorbereitung
- Kunath, P., Sportpsychologie in Europa, in Vorbereitung
- von Bidder, K., Psychologische Beratung im Sport - Themenzentrierte Interaktion als Beitrag, Diplomarbeit am Seminar für Angewandte Psychologie, Zürich 1980
- Blaser, P. et al., Personality Test in Sport, in: International Journal of Sport Psychology, 1 - 1976

Indirizzo dell'autore:  
Guido Schilling,  
Scuola federale di ginnastica e sport,  
CH-2532 Macolin