

<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>	48 (1991)
<b>Heft:</b>	7
<b>Artikel:</b>	Assistere, consigliare, proteggere...
<b>Autor:</b>	Bignasca, Nicola
<b>DOI:</b>	<a href="https://doi.org/10.5169/seals-999516">https://doi.org/10.5169/seals-999516</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:** 29.01.2026

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

## Assistere, consigliare, proteggere, ...

di Nicola Bignasca  
foto di Daniel Käsermann

*...accompagnare, aver cura, occuparsi, motivare, consolare, ..., sono delle azioni che descrivono il ruolo del consigliere, dell'allenatore, del «coach» nella loro funzione di assistenza sportiva. La varietà dei significati legati al concetto di «assistenza di uno sportivo» impone un tentativo di definizione specifico ai settori, nei quali l'assistenza trova un campo di applicazione. La precisazione terminologica del concetto di assistenza è un presupposto fondamentale per una successiva descrizione delle competenze dell'assistente/consigliere e dei principi che regolano la sua attività.*

### Le varie facce dell'assistenza

#### nella psicologia dello sport

Hahn (1987, 104) definisce l'assistenza di uno sportivo come «l'insieme dei provvedimenti di aiuto che vengono applicati nel corso del processo d'allenamento e di competizione». Egli non si accontenta di una definizione generale e descrive le caratteristiche dell'assistenza nelle singole branche della psicologia. Dal punto di vista della psicologia dell'apprendimento, l'assistenza è l'insieme degli aiuti che favoriscono il processo d'apprendimento. Questi aiuti sono concepiti in modo specifico al singolo sportivo a seconda del suo passato d'apprendimento e delle sue esperienze motorie. Gli esempi più frequenti di assistenza nel processo d'apprendimento sono i provvedimenti di correzione del movimento, l'osservazione durante l'allenamento e la competizione, il rinforzo emotivo per l'ottimizzazione della prestazione.

Dal punto di vista della psicologia sociale, l'assistenza mira alla creazione di un ambiente di gruppo (squadra) armonioso, che soddisfa i bisogni sociali ed emozionali di ogni singolo atleta, tenendo conto anche degli interessi e delle attività extrasportive.



Assistere significa anche consolare ...

Dal punto di vista della psicologia della motivazione, l'assistenza è la regolazione del processo d'allenamento sulla base dell'età e delle attitudini dello sportivo in vista di un aumento progressivo della prestazione e al fine di evitare un'interruzione prematura della carriera sportiva.

Dal punto di vista della psicologia dei conflitti, l'assistenza si prefissa di riconoscere, analizzare e ridurre le difficoltà e i problemi legati all'attività sportiva grazie ad una modifica dei programmi d'allenamento o un cambiamento delle abitudini comportamentali.

#### nello sport giovanile

Nello sport giovanile, l'assistenza ha un'importanza fondamentale nella formazione e nello sviluppo della motivazione e dell'interesse per l'attività sportiva. Di conseguenza, i provvedimenti di assistenza sportiva si orientano verso la ricerca e la valorizzazione delle predisposizioni del giovane grazie ad una valutazione delle sue capacità ed abilità sportive ed una prognosi dello sviluppo della prestazione.

In questo periodo fondamentale per lo sviluppo dello sportivo, l'assistenza deve occuparsi in particolar modo della pianificazione della carriera scolastica e professionale, per evitare il pericolo di sovraccarichi ed obiettivi errati.

#### nello sport d'alta prestazione

L'assistenza dello sportivo d'alta prestazione può essere distinta in due forme: quella del coaching e quella del counselling.

Per coaching si intende «l'insieme dei consigli e delle misure di assistenza che conducono ad un'ottimizzazione della prestazione durante l'allenamento e la competizione» (Hahn, 1987, 159). Questa forma di assistenza tiene conto delle particolarità individuali dell'atleta e si basa su un sistema di codici e segnali elaborato nella fase di preparazione per agevolare un intervento rapido ed efficace. Esempi di coaching durante la competizione sono l'organizzazione del-



Assistere significa consigliare e ...

l'ambiente di gara (vitto, alloggio, spostamenti), l'assistenza nel periodo di pre-gara, le informazioni durante la competizione, l'assistenza psicologica in caso di sconfitta.

Per counselling si intende «l'insieme delle misure di assistenza e dei consigli che hanno un obiettivo preventivo o di riabilitazione sul piano del comportamento sportivo ed extrasportivo». Il counselling è un'assistenza sociale permanente dell'allenatore che comprende, ad esempio:

- l'assistenza in caso di problemi privati, scolastici e professionali dello sportivo (incontro con i genitori, le autorità scolastiche, ...)
- l'assistenza in caso di conflitti all'interno del gruppo sportivo.

### in Gioventù + Sport

Nell'istituzione di Gioventù + Sport, l'assistenza si riferisce in modo esclusivo all'attività del monitor. Nella Guida Amministrativa troviamo la seguente definizione: «L'assistenza ha lo scopo di permettere ai monitori d'organizzare migliori corsi di disciplina sportiva ed esami di tenacia. I consiglieri aiuteranno a evitare i rischi prevedibili e ad assicurare la necessaria sorveglianza. Per la sua qualità ottimale, essa deve avere effetti positivi sui partecipanti, i monitori, il gruppo G + S, la federazione e l'istituzione G + S.»

### Una definizione riassuntiva

Accanto a queste definizioni, che, poiché specifiche, possono apparire univoche ed incomplete, Weisskopf (1990, 24) propone una sua definizione espressa a un livello tale di astrazione da poter essere applicata ad ogni forma di assistenza sportiva:

L'assistenza è un metodo di conduzione e di guida

- ben definito a livello istituzionale ed organizzativo
- con una base psicologica ed
- uno spiccato orientamento pedagogico



... motivare durante la competizione

### La figura del consigliere

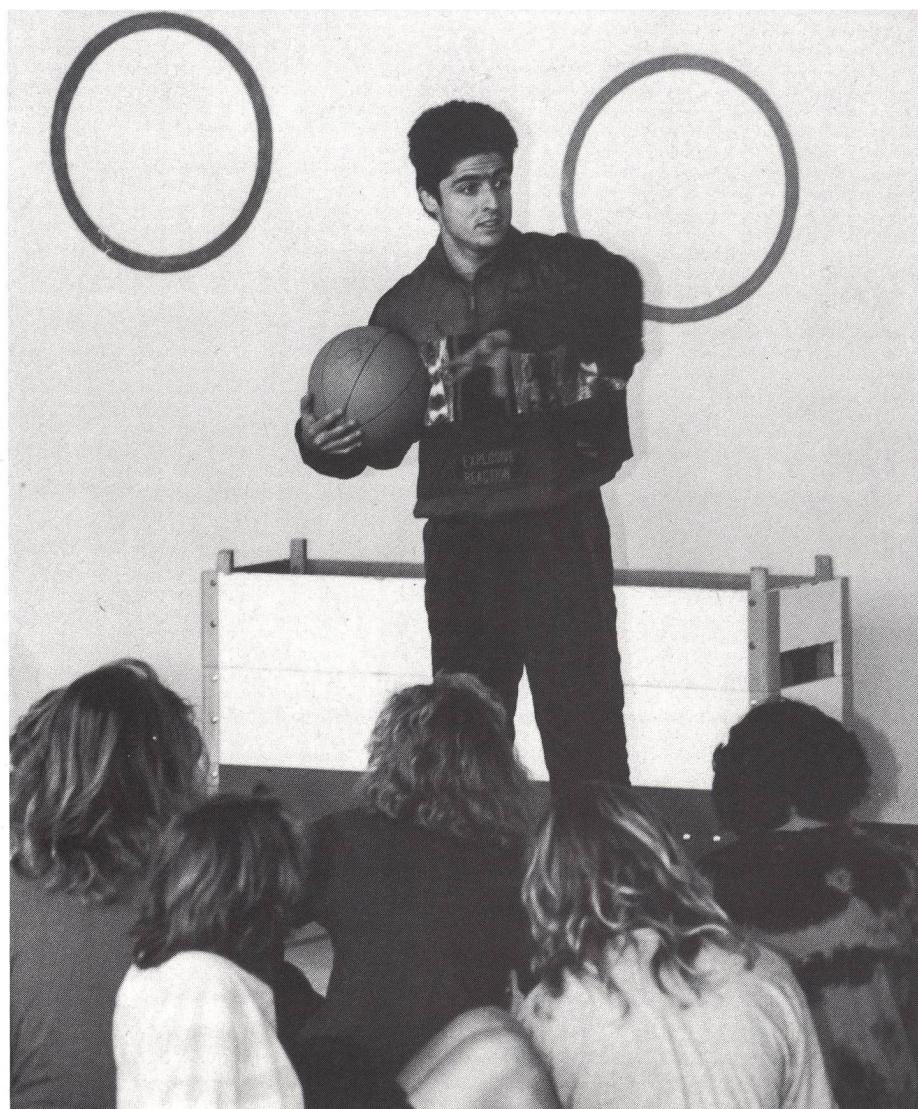
Il consigliere è quella persona (allenatore, coach, docente, funzionario, monitor) che assiste un atleta, una squadra, una classe di scuola, un monitor. Le due controparti, «l'assistente e l'assistito» si trovano in un rapporto vicendevole assai complesso che presenta anche delle componenti paradossali. Infatti, il consigliere svolge una funzione ambigua, di cui egli è solamente in parte cosciente: da un lato, deve essere una persona di fiducia e rimanere sempre vicino, proteggere, rincuorare lo sportivo da assistere, dall'altro, egli deve permettergli di sviluppare la sua personalità in modo da divenire indipendente, autonomo, autosufficiente, maturo. Questo duplice compito del consigliere riassume le difficoltà di ogni

educatore che, dapprima, si getta «anima e corpo» nella sua funzione e si affeziona a persone, oggetti, e compiti, mentre, in seguito, deve imparare a distanziarsi e ad assumere un ruolo secondario, rinunciando anche al privilegio di una stretta relazione interpersonale. Il consigliere deve essere cosciente che il suo «pupillo» ha il diritto di uguagliarlo e, perché no, di superarlo.

## Le competenze del consigliere

Pur se esigente e delicato, il compito di assistente dà molte soddisfazioni. Per poter far fronte a queste esigenze e godere pienamente le soddisfazioni, il consigliere deve soddisfare tre presupposti a livello di competenze:

- egli deve avere una *competenza specifica* che non si limita all'aspetto metodico-didattico e tecnico, bensì ingloba anche componenti psicologiche e pedagogiche. Molto importanti sono i principi di psicologia della personalità, nonché di psicologia dei conflitti, che permettono di analizzare situazioni e processi. Queste competenze acquisiscono un senso e un significato solamente se
- il consigliere dispone di *competenze personali* — legate alla propria persona — che gli permettono di costruire un'immagine di se stesso forte e dominante. Chi sono io? Cosa posso e voglio ottenere? Queste domande favoriscono la valutazione, la regolazione e il controllo di se stessi. Infatti, solamente chi ha fiducia in sè stesso, può guadagnarsi la fiducia di altri. La riflessione sulle proprie azioni è un presupposto per un'assistenza obiettiva e ponderata. Tuttavia, questa capacità di auto-controllo non deve distanziare eccessivamente il consigliere dal suo «pupillo» ed escludere un comportamento spontaneo. Questa affermazione sottolinea l'importanza delle *competenze sociali ed umane* del consigliere, il quale deve essere in grado di dialogare — ma anche di ascoltare -, di immedesimarsi, e di assumere un comportamento affidabile. Queste facoltà non escludono la flessibilità e l'innovazione nel pensiero e nell'azione. Ad esempio, nei rapporti interpersonali, è bene tener conto anche del canale di comunicazione non verbale, che, grazie, all'espressione gestuale e del viso, dispensa informazioni veritieri sui desideri, le speranze e lo stato d'animo della persona assistita. (cfr. Bignasca, 1988, 24.)



Il consigliere deve permettere all'atleta di sviluppare la sua personalità

## I principi dell'assistenza

Come bisogna assistere uno sportivo? Quali forme di assistenza bisogna applicare nelle singole fasi d'apprendimento e d'allenamento? Come si possono migliorare le competenze del consigliere? A queste domande, che sottolineano il fascino del tema dell'assistenza nello sport, è assai arduo formulare una risposta chiara e precisa. In sua vece, è altresì utile presentare alcuni principi dell'assistenza, espressi sotto forma di tesi come spunto per una riflessione critica personale:

- Come ogni metodo con un orientamento pedagogico, l'assistenza ha come obiettivo finale la certezza di essere superflua.
- Al centro dell'assistenza c'è la persona assistita e non l'assistente/consigliere.
- L'assistenza ha una funzione di servizio verso il prossimo e non una funzione di prestigio personale.
- L'assistenza parte dal presupposto che nella persona da assistere vi

siano delle potenzialità da valorizzare.

- Solamente chi esige, può ottenere. L'arte del consigliere è quella di sapere trovare la giusta misura.
- Più discreto è il consigliere, più efficace è la sua assistenza.
- Un bravo consigliere agisce con discrezione e concentra la sua attività nella fase d'allenamento. Tanto più frequenti sono i suoi interventi durante la gara (davanti al pubblico), quanto più lacunose sono le sue qualità di consigliere.
- Il consigliere deve essere funzionario quanto basta e assistente sin quando è possibile. ■

## Bibliografia

- Bignasca, N.: L'espressione corporea, in: Macolin, 1988/11, p.24  
 Hahn, E.: lemma Betreuung in: Beyer, E. (a cura di): Wörterbuch der Sportwissenschaft, Schondorf, 1987, 104  
 Weisskopf, T.: Betreuung: Versuch eines mehrdimensionalen Konzeptes, in: Magglingen 1990/1, 23-26