

Zeitschrift: Macolin : mensile della Scuola federale dello sport di Macolin e di Gioventù + Sport

Herausgeber: Scuola federale dello sport di Macolin

Band: 55 (1998)

Heft: 4

Artikel: La fine della carriera sportiva : un argomento per molto tempo trascurato

Autor: Schilling, Guido

DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-999360>

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: 30.04.2026

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

La fine della carriera sportiva

Un argomento per molto tempo trascurato

di Guido Schilling

Una carriera sportiva ai massimi livelli rappresenta un episodio di grande incertezza per quel che riguarda la vita di una persona. La scienza dello sport si occupa soltanto da poco di tale problematica. L'articolo vuole offrire uno sguardo d'insieme sul passato e affrontare connessioni e questioni scottanti.

Salute pubblica e rafforzamento del corpo, da noi in Svizzera, per lungo tempo sono state cose da uomini. Nelle scuole elvetiche ginnastica e sport – che per le ragazze tra l'altro fino agli anni '70 neanche erano obbligatorie – e l'«istruzione preparatoria» di allora intendevano preparare i giovani usciti dalla scuola dell'obbligo alla vita militare. La rivista della Scuola dello Sport di Macolin, al tempo, già nel titolo faceva riferimento a concetti come gioventù libera e popolo forte.

Con l'introduzione di G+S, in un colpo solo è arrivato il pari trattamento per le ragazze, anche se lo sport è rimasto presso il DMF¹ fino al 1983, ed ora dal primo gennaio di quest'anno è tornato nelle competenze del nuo-

vo DDPS². Per molti giovani svizzeri Gioventù+Sport rappresenta l'inizio della carriera sportiva. Anche se nello sport giovanile e in quello attivo le donne sono ben rappresentate, avviene poi che – non solo in Svizzera ma anche in altri paesi – a fare carriera nello sport sono poi quasi soltanto uomini!

Il moderno sport di prestazione

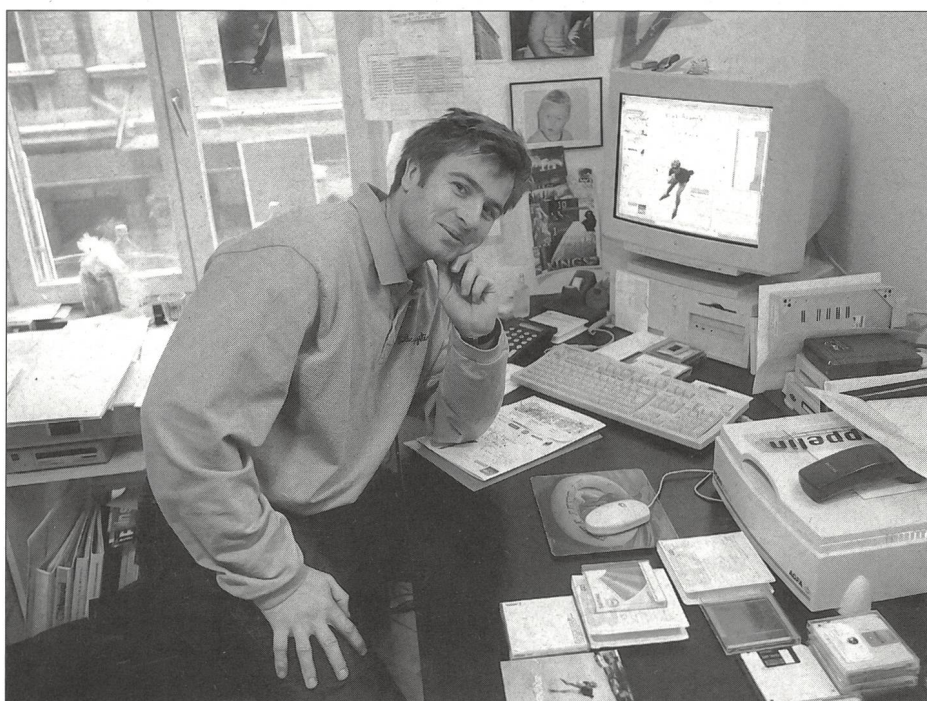
Dallo sport per il tempo libero, che serviva quasi esclusivamente a rafforzare il fisico e dallo sport agonistico scolastico delle scuole anglosassoni, nella seconda metà di

questo secolo si è andato sviluppando a passi da gigante lo sport moderno quale noi lo conosciamo nella nostra società. «Citius, altius, fortius», il motto dei Giochi olimpici, continua naturalmente a significare «più veloce, più in alto, più forte», ma in realtà lo sport si va sviluppando sempre più in una direzione che significa «più commerciale, più spigoloso, più duro»! A questo punto viene davvero fatto di chiedersi se uno sport di alto livello di questo tipo abbia davvero un futuro.³

A questa evoluzione senz'altro discutibile ha contribuito in maniera essenziale il rientro dei paesi dell'Europa dell'Est nell'arena olimpica. Si è (abusato) lo sport per dare una dimostrazione della forza di interi sistemi politici e sociali. «Ad ogni costo» era certamente uno dei principi ispiratori dell'evoluzione dello sport a livello statale⁴ nell'Europa dell'Est a partire dalla fine della seconda guerra mondiale. Va detto però che in tutte le nazioni interessate allo sviluppo dello sport, spesso lo scopo ha giustificato i mezzi. Il doping non era (e non è) infatti fenomeno riconducibile ai soli paesi dell'Est!

Per fortuna, con la caduta del muro di Berlino, nel 1989 è cessata anche la concorrenza a livello sportivo fra Est e Ovest, insensata dal punto di vista economico e inumana da quello sportivo.

Fra i principali promotori di alcune discipline scelte dello sport di punta, continuano ad essere anche attualmente i mezzi di comunicazione di massa. Grazie all'evoluzione della tecnica i resoconti di avvenimenti sportivi nei mass media hanno assunto un posto di tutta importanza. Dal classico resoconto sui risultati, nell'ultima pagina del quotidiano, si è passati alla cronaca diretta radiofonica fatta sul posto. L'evoluzione dei resoconti sportivi in televisione è stata poi ancora più veloce; basti pensare che i filmati delle Olimpiadi di Tokyo nel 1964 arrivavano in Europa in aereo, per poter essere ritrasmessi in televisione in bianco e nero. I Giochi olimpici messicani del 1968 sono stati trasmessi per la prima volta a colori, nel 1996 ad Atlanta le varie catene televisive hanno cercato di superarsi l'una l'altra in una corsa frenetica ad uno spettacolo mediatico di ore e ore di trasmissione. Tutti abbiamo potuto vedere a



casa nostra le immagini dello svizzero medaglia d'oro nella gara di canottaggio. «From motion to emotion!» Gli indici relativi agli spettatori dimostrano che il pubblico si lascia affascinare non soltanto dalle immagini al cavallo a maniglie dell'olimpionico svizzero di origini cinesi, ma che anche le sue lacrime all'udire l'inno nazionale ci commuovono.

È nata una stella

Tutti i mezzi di comunicazione di massa – non soltanto la stampa rosa – hanno capito che l'ambiente intorno agli atleti è interessante almeno quanto le prestazioni sportive vere e proprie. In che modo una persona che ha talento può divenire una stella? Come riesce poi a gestire il suo successo? Chi sostiene i giovani atleti nella preparazione, l'esecuzione e il lavoro successivo ad una competizione sportiva? Già da tempo è chiaro che soprattutto a chi fa l'allenatore con i giovani va attribuito un ruolo molto importante. Ad esempio medici, pedagoghi ed allenatori, nel novembre del 1973 in un incontro specialistico⁵ a Macolin avevano elaborato cinque tesi in merito allo sport di punta con i giovani. Nella tesi conclusiva hanno enucleato le responsabilità che incombono in capo a chi si lancia nello sport di punta con i giovani e li porta magari fino al ruolo di star:⁶

«Gli allenatori dovrebbero riflettere sulla loro responsabilità, i loro compiti e i loro protetti. Il moderno sport di alta prestazione come forma ibrida fra gioco e lavoro può senza dubbio contribuire allo sviluppo dei giovani, ma può anche defraudare i bambini della loro gioventù. Non ci troviamo forse in una situazione simile a quella di Antoine de Saint-Exupéry? In "Vento, sabbia e stelle" descrive una passeggiata attraverso un treno: "Mi sedetti davanti ad una coppia. Fra l'uomo e la donna un bambino si era fatto una sorta di nido, e cercava di dormire alla bell'e meglio. Ad un tratto si rigirò nel sonno, mostrando il visetto illuminato dalle lampade azzurrine. Che viso incantevole! Questa coppia aveva generato un pomo d'oro. Da goffi stracci era nata una creatura tutta



leggiadria e grazia. Mi chinai sulla sua fronte liscia, sulle labbra sottili e vidi che era una testa da musicista – Mozart da bambino, un magnifico inno alla vita! Così possono essere soltanto i principini nelle favole. Che cosa potrebbe divenire di questo bambino, se solo venisse curato, assistito, sostenuto! Quando in un giardino nasce una nuova rosa, frutto di incroci, tutti i giardinieri sono emozionati. Si tratta la rosa con ogni cura, si fa di tutto per essa. Per gli esseri umani, però, non esistono giardinieri. Anche il Mozart bambino, come tutti gli altri, riceverà i suoi colpi. Forse un giorno il suo massimo piacere sarà ascoltare della musica degenerata in un caffè pieno di fumo". Lo sport d'élite sostiene e cura i giovani, o piuttosto li colpisce duramente? L'allenatore e l'assistente nello sport di alta prestazione si accollano una notevole responsabilità.»

Dilettanti come professione

Al giorno d'oggi chi vuole avere successo nello sport di punta deve arrivare allo sport già da piccolo, se si vuole che possa sviluppare appieno il suo talento. Questa coesistenza, sin dalle fasi iniziali, di scuola e sport può anche portare a «frizioni». Pertanto anche in Svizzera si sta pensando se non sia il caso di introdurre

ancor più classi speciali con possibilità di fare sport durante il periodo scolastico, come avviene ad esempio presso la scuola sperimentale K+S della città di Zurigo⁷. Già da qualche tempo scuole private offrono programmi speciali in cui si ottiene una migliore combinazione di scuola e sport di alto livello.

Chi vuole muoversi ai massimi livelli nello sport moderno, deve non solo amare lo sport, ma anche – al più tardi dopo aver terminato una formazione di base (scuola o apprendistato) – trasformare lo sport da hobby in professione, ovvero diventare professionista. Esattamente questo, però contraddiceva fino a poco tempo il principio olimpico fondamentale del dilettantismo nelle Olimpiadi. Nell'Europa orientale del dopoguerra la direttiva è stata aggirata facendo degli sportivi dipendenti statali, ovvero dei dilettanti pagati. Anche le università americane d'altra parte, offrivano valide opportunità a atleti particolarmente dotati, sotto forma di borse di studio. In Svizzera si è cercato di consentire ai dilettanti di allenarsi nel migliore dei modi attribuendo loro dei fondi tratti dall'Aiuto allo sport svizzero. Per la prima volta ai Giochi olimpici di Atlanta nella squadra svizzera sono stati accolti con piacere veri ciclisti professionisti. Non tutti gli sportivi che hanno fatto (dovuto fare) dello sport una professione hanno le stesse buone possibilità di guadagno di un ciclista professionista. Eccezion fatta per calcio e hockey su ghiaccio, solo pochi sportivi in Svizzera possono praticare lo sport come professione vedendosi garantire un reddito sufficiente. Per molti lo sport di punta però è pur sempre l'attività principale nella vita, almeno per un certo periodo di tempo.

La vita dopo lo sport

Nello sport per diverso tempo ci si è occupati solo del periodo di attività sportiva e della preparazione per affrontarlo al meglio. Ma come si presenta la vita dopo la fine della carriera sportiva? Sulla base dell'esperienza si può dire che per una carriera sportiva ai massimi livelli bisogna calcolare una fase di preparazione che dura 5 – 10 anni cui se-

gue un'attività nello sport di punta che a sua volta si aggira su un periodo più o meno equivalente. Che cosa fa lo sportivo una volta ritiratosi, quando magari ha una trentina d'anni? Che cosa succede a chi è costretto già prima al ritiro da una lesione? Si può rimanere nel mondo dello sport come allenatore? Si deve iniziare con una nuova carriera professionale? Si può tornare a svolgere la professione che si aveva prima?

Gli allenatori e chi si occupa di scienza dello sport (medicina, psicologia, pedagogia) si occupano soprattutto della preparazione e del raggiungimento di una determinata prestazione sportiva. In che modo deve essere organizzato nel breve e nel lungo periodo l'allenamento, per poter ottenere risultati sportivi ottimali? La fine della carriera sportiva di un atleta per tanto tempo ha costituito una zona buia per allenatori e assistenti. Dando un'occhiata ai resoconti congressuali dell'ISSP⁸, che dal 1965 organizza ogni quattro anni un congresso mondiale di psicologia sportiva, balza agli occhi che soltanto nel 1981, per la prima volta è stato trattato diffusamente nel congresso di Ottawa il tema del ritiro dallo sport ai massimi livelli. Nel modulo V⁹ «Retirement and Detraining», si tratta il tema del ritiro dallo sport. B. Svoboda e M. Vanek¹⁰ descrivono il ritiro dei dilettanti di stato dallo sport. Anche per loro il ritiro è sempre collegato a stress, persino quando esso sia stato perfettamente preparato e non se ne ha paura.

Da allora la cosiddetta «Career Transition» rappresenta un tema regolare, come dimostrato da D. Lavallee, P. Wylleman e D. A. Sinclair in occasione del 9. Congresso mondiale di psicologia sportiva tenuto in Israele¹¹ nell'estate del 1997 (vedi tab. 1). Dal 1995 P. Wyllemann guida una «Task Force» di colleghi interessati a questi temi, che in occasione del prossimo congresso europeo di psi-

Guido Schilling (1939), Dr. phil con materia principale psicologia, ha conseguito il diploma di docente di educazione fisica presso il Politecnico federale di Zurigo e lavora in diversi settori della formazione: nella selezione dei piloti, nella istruzione degli allenatori, nella sanità e nella formazione dei funzionari nel settore dello sport. Presso la SFSM è stato responsabile dell'informazione e vice direttore; da 10 anni è docente di psicopedagogia e psicologia dello sport presso il Politecnico federale di Zurigo.

cologia dello sport previsto per il 1999 a Praga presenteranno una sorta di bilancio sul problema dell'«uscita di scena» dallo sport di punta.

Il nuovo inizio

All'inizio degli anni '90 J.B. Dupont, al tempo professore di psicologia applicata presso l'università di Losanna, ha dato vita ad un progetto di ricerca che si occupava del nuovo avvio di sportivi e ballerini professionisti. Nell'ambito del lavoro si trattava in particolare di mostrare quali strumenti sono indicati, dal punto di vista della consulenza professionale, per sostenere i giovani da un lato nell'inizio di una carriera da sportivo o da danzatore, e dall'altro lato nel «ritorno» ad un'esistenza normale ed un'altra professione. Disponiamo di sufficienti strumenti per procedere alle prove? In altri paesi esistono dei sistemi collaudati? In occasione del Simposio di Macolin del 1992 J.B. Dupont ha presentato il progetto¹². Questo ha contribuito a far conoscere anche nella cerchia dei consulenti professionali lo sport come professione che si

svolge per un periodo di tempo limitato. Se lo sport è in grado di assurgere a un ruolo di primaria importanza nella vita dei giovani per un certo periodo della loro vita, o diviene persino la loro principale occupazione, esso assume agli occhi della popolazione tutta una importanza maggiore. E ciò è assolutamente necessario. Solo con l'appoggio e la stima all'interno dei confini nazionali gli sportivi svizzeri possono infatti imporsi nei confronti internazionali. E anche questo è necessario. Ciò infatti a sua volta incoraggia soprattutto le giovani leve dello sport svizzero, e conferisce loro una certa fiducia per il futuro, non solo per il futuro nell'ambito dello sport. ■ Trad.: Cic

Note:

- ¹ DMF = Dipartimento Militare Federale
- ² DPPS = Dipartimento federale della difesa, della protezione della popolazione e dello sport
- ³ Vedi anche: Anders, G./Schilling G. (1985): Hat der Spitzensport (noch) eine Zukunft? Relazione sul 23esimo Simposio di Macolin 1984, Macolin, SFSM.
- ⁴ Vedi anche: Vogel Ch.; Würsch L. (1993): Staats-Sport. Am Beispiel der Deutschen Demokratischen Republik, Scritti GFS n. 10, ETH Zurigo
- ⁵ Partecipanti: Signora H. Adolph (Francoforte), Dott.ssa U. Weiss (Macolin), Signora M. Zimmermann (Dietikon) ed i signori W. Ammann (Berna), J. Egli (Lucerna), E. Hahn (Bad Neuenahr), Dr. H. Howald (Macolin), Dott. L. Komadel (Bratislava), L. Martschini (Lucerna), Dott. B. Segesser (Unterseen), Dott. J. Tintera (Praga), A. Ulrich (Ginevra), R. Quinche (Allschwil). Direzione: Dott. G. Schilling, (Macolin).
- ⁶ vedi anche: Trainer Information n. 8, Psicologia dello sviluppo SFSM, 1.a edizione 1977.
- ⁷ A+S = Arte + Sport
- ⁸ ISSP = International Society of Sport Psychology
- ⁹ Vedi anche: Botterill C., (1982). What «endings» tell us about «beginnings». In T. Orlick, J. Parington & J. Salmeda (Eds.), Mental training: for coaches and athletes (pp 164 - 166). Ottawa: Coaching Association of Canada and Sport in Perspective Inc.
- ¹⁰ Svoboda, B./Vanek, M. (1982) Retirement from high level competition. In T. Orlick, J.T. Partington & J.H. Salmela (Eds.), Mental Training: for coaches and athletes (pp. 166-175).
- ¹¹ Vedi anche: Lidor, R./Bar-Eli, M. (Eds.), Proceeding of the IXth World Congress of Sport Psychology (Vol 1, pp. 65-67). Netanya, Israel: International Society of Sport Psychology (ISSP).
- ¹² Dupont, J.B./Schilling, G. (1993). Le problème de la reconversion chez les professionnel(le)s du sport et de la danse. In Strähl, E.; Anders, G. (pp. 100-10): Sportivi di punta - eroi e vittime. 31esimo Simposio di Macolin 1992. Macolin: SFSM.

Type of Reference	65-69	70-79	80-89	90-97	Total
Conference Presentation	1	2	23	42	68
Journal Article	1	3	18	22	44
Book Chapter/Book	0	2	12	10	24
Monograph/Report	0	0	5	6	11
Dissertation/Thesis	0	3	5	15	23
Other	0	0	15	8	23

Tabella 1 Summary of Career Transition References (1965-1997)