

Zeitschrift: Mobile : la rivista di educazione fisica e sport
Herausgeber: Ufficio federale dello sport ; Associazione svizzera di educazione fisica nella scuola
Band: 1 (1999)
Heft: 2

Rubrik: Forum

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: 10.02.2026

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

«Con occhio critico»

Chi pratica le arti marziali è aggressivo anche nella vita quotidiana?

Maggiore fiducia in se stessi

Secondo me no. Ritengo che tra gli sportivi praticanti le arti marziali non vi siano in media persone più aggressive che in altri sport e nella quotidianità.

Senza dilungarmi sulle innumerevoli teorie, spesso anche contrastanti, la mia opinione si può riassumere dicendo che l'aggressività nasce principalmente da una combinazione di fattori biologici e sociali che creano emozioni e situazioni negative. Se consideriamo la filosofia su cui si fondono le arti marziali, che formano l'individuo dal lato fisico e soprattutto da quello psicologico, possiamo affermare che lo scopo è di insegnare i metodi di allenamento e

le regole del combattimento. Tutto ciò a scopo educativo.

Inoltre l'allievo apprende a stigmatizzare il comportamento aggressivo al di fuori dai parametri definiti. L'aggressività (che è presente in qualsiasi individuo-sportivo e non - ma si manifesta sotto aspetti differenti) viene perciò liberata in un contesto accettato. È un tipo di aggressività «necessaria» ad un tipo di attività e viene di conseguenza controllata. Qualora l'individuo dovesse abusarne, diviene compito dei responsabili (es. maestri, arbitri) ristabilire la normalità e prendere, se necessario, dei provvedimenti.

Secondariamente ho avuto modo di constatare che, specialmente tra le persone che iniziano questi sport dopo una certa età, si tratta sovente di individui che cercano un'attività che dia loro sicurezza interiore.

Di regola sono individui tutt'altro che aggressivi e desiderano imparare un metodo per sentirsi più sicuri.

Il motivo principale va forse ricercato nei frequenti episodi di violenza che caratterizzano la quotidianità.

Purtroppo a correlare l'aggressività con queste discipline hanno contribuito i molti di film d'azione che fanno leva sulla spettacolarità delle scene, sulle emozioni e sul ruolo di «superuomo».

Concludendo, l'individuo non è più o meno aggressivo perché pratica le arti marziali. Ciò che è importante è come egli riesce ad affrontare e risolvere determinate situazioni quotidiane con i mezzi a sua disposizione.

Fabio Jelmini, Faido

Controllare il corpo e l'aggressività

Per deformazione professionale, quando si parla di aggressività, mi ritrovo a sfogliare mentalmente i libri che durante i miei anni di università mi hanno accompagnato. Inciampo allora nei nomi e nelle teorie più diverse. Mi precipito così verso la mia libreria, e faccio passare uno ad uno i titoli scritti nelle diverse lingue, con l'attenzione di chi sta cercando qualcosa di particolare; in realtà so già dove il mio sguardo si arresterà. Trovato il titolo giusto comincio a leggere. La teoria che sto leggendo è interessante e sembra dire che non c'è nulla da fare, che l'aggressività è genetica e quando qualcosa è genetico non puoi fare altro che aspettare che esploda. Sarei soddisfatto così, se non che l'autore del libro mi fa notare che altri



Domanda sul numero 3/99 – Olimpismo

L'assegnazione dei Giochi olimpici del 2006 alla Svizzera imporrà una svolta decisiva alla nostra politica di incoraggiamento dello sport: più investimenti nello sport d'alto livello meno risorse allo sport di massa.



(gente molto accreditata e con nomi impronunciabili) la pensano diversamente. Le pagine che seguono mi dicono infatti che in fondo in fondo l'aggressività può essere insegnata. Prendo un profondo respiro. Ci vedo dei vantaggi in questa teoria: se l'aggressività può essere insegnata, niente mi vieta di credere che può anche essere controllata. Mentre penso un'immagine mi viene alla mente. Sono in una palestra, è sera, tutti sono vestiti di bianco. Mi rivolgo a colui che sembra essere il maestro, il quale pronuncia una sequenza di suoni, sul momento incomprensibili. Scopro che questi suoni hanno a che fare con le arti marziali e con il karate. La lezione comincia. Il maestro mostra l'esercizio e tutti lo ripetono. Destra, sinistra, sinistra, destra, una volta in su, una in giù. Una domanda non mi ha lasciato più da quella volta: come è successo che alla fine tutti erano voltati sulla destra e io invece guardavo, con mia sorpresa (e non solo), dalla parte opposta?

Questo è stato il mio primo contatto con le arti marziali. Ora mi chiedo che cosa mi ha spinto a fare questa esperienza. Sono un tipo geneticamente aggressivo che prima o poi doveva sfogare la sua aggressività in questo modo? Oppure sono qualcuno che si è lasciato trascinare in palestra ed è diventato poi aggressivo? Probabilmente nessuna delle due cose. Non credo di essere una persona particolarmente aggressiva e non



Foto: Daniel Käsemann

Per battersi occorre saper controllare la propria aggressività.

credo neppure che la pratica delle arti marziali mi abbia reso più aggressivo. La palestra mi ha insegnato a muovermi e a controllare il mio corpo e forse anche la mente. Mi sono certamente divertito ed ho imparato a stare con gli altri. Al di là di tutto credo sia la cosa più importante che si possa imparare con lo sport e certamente anche praticando le arti marziali.

Alberto Wohlgemuth, Berna

La parola ai lettori

Presidenti in vetrina

Era una domenica sera ed andava in onda, oltre che al ciuffo del Ceroni, anche «La domenica sportiva». Ed ecco che appare l'allenatore Roberto Morenini, con ancora ben fresca sul fondoschiena l'impronta del suo presidente italiano che lo aveva appena liberato. Il buon Morenini, con la sua solita faccia allegra ed espressiva, che ricorda agli appassionati il compianto Benny Hill, alle 21.31 ne tira fuori una di quelle che hanno rischiato di tappare le coronarie della mia vecchia e fedele TV Sony. «Il vantaggio più grande che la nazionale di Hodgson aveva, era la presenza del presidente avvocato Spiess». Vi ricordate le incornate nel «sette», del mitico Knup, degne dei migliori bufali della savana? Niente. E del vecchio stregone Bregy, che inventava il centrocampo? Nisba. E delle discese piratesche a «butt e sgarbutt» di Quentin sulla sinistra? «Un fic secch». E delle tattiche inventate da Hodgson, che le pensava più veloce della sua ombra? Non contavano. Non contavano questi eroi che ci hanno fatto sognare un'estate davanti all'avvocato Spiess, il classico presidente con pappagorgia e cravatta, a cui Chapuisat farebbe un «tunnel» con un pallone medicinale. E allora auguro a tutti gli sportivi che il 1999 vi porti dei presidenti diversi, diversi dai liberi professionisti con la cravatta ed il fiato corto, che usano i club come trampolini per le scalate al potere, sempre pronti per una gita alla TV di Comano, ma molto meno per andare a visitare un allenamento con gli allievi.

E mi complimento con i GC Biaschesi, che hanno scelto un elettricista, monitor di ginnastica che ha avuto il pregio di insegnarmi la «cucurumela», ma che rappresenta la vittoria del presidente persona e del presidente sportivo, e non di quello in cui sotto le palpebre scorrono gli \$ come allo zio Paperone.

Gianni Rossi, Le Mont-sur-Lausanne

Cara redazione ti scrivo...

- Piacerebbe anche a lei poter dire la sua? Le lettrici ed i lettori di «mobile» sono cordialmente invitati ad esprimere la propria opinione in merito ai temi trattati dalla rivista o a temi di carattere generale riguardanti lo sport.
- La lunghezza massima delle lettere non dovrebbe superare le 2000 battute (pari ad una mezza pagina formato A4).
- Di regola le lettere vengono pubblicate solo in lingua originale. In casi particolari la redazione si riserva di tradurre i contributi più interessanti anche nelle altre edizioni della rivista.
- La redazione non prende posizione in merito alle lettere dei lettori. Sono comunque possibili delle eccezioni (precisazioni, risposte, ecc.).
- La redazione si riserva di abbreviare o di non pubblicare lettere il cui contenuto non risponda ai principi della rivista.
- La chiusura redazionale per il prossimo numero 3/99 è prevista per il 15 aprile 1999.

Carta bianca

L'ultima illusione?

D'Artagnan sfodera la spada ... meglio, ... brandisce la penna nel giorno conclusivo (4.2.1999) dell'incontro mondiale sul doping, organizzato dal CIO a Losanna. Non gli è quindi dato di sapere quel che potrà essere accaduto fino all'apparizione del presente numero. Ma tant'è! I fatti ancora a venire, qualsiasi essi siano, non ipotecano per nulla le odiene considerazioni. Gli scandali del doping, bavosi e sbavanti, e quelli riferintisi agli atti di corruzione nell'attribuzione dei Giochi olimpici, sono come due iceberg, che, un giorno o l'altro, dovevano ben tentare di interrompere la navigazione del transatlantico «Sport». C'è da augurarsi che le falle prodotti non lo facciano affondare, come avvenne al «Titanic». Tutto dipende dal modo e dalla celerità con cui esse, giusto all'altezza della linea d'immersione, saranno riparate, onde non compromettere oltre l'ulteriore navigazione. Ma perché mai il mondo intero reagisce con tanta veemenza ai due fenomeni citati? Semplicemente perché la vulcanica eruzione sottomarina che ha rovesciato gli iceberg, ha fatto saltare la botte di ferro nella quale si è finora tenso a vedere e considerare lo «Sport». È come se si volatizzasse un'ultima illusione. Ma, senza dubbio, per il bene dello «Sport». In quanto gli sguardi, finora rivolti all'ombelico, saranno costretti a spaziare oltre, permettendo ridimensionamento, rivalutazione, nonché relativizzazione di quanto si credeva assoluto; lo «Sport» può essere ... (educativo, sano, cavalleresco, ecc.) e non è punto e basta. Gli avvenimenti di questi giorni rendono allo «Sport» quella parte di umanità che aveva perso, con i suoi pregi e i suoi difetti, rimettendolo nel contesto di tutte le cose umane, da cui si era alienato. Se la civiltà e la cultura moderne, che fanno oggi fungere lo «Sport» da capro espiatorio, sono conseguenti e oneste con se stesse, dovrebbero avere il coraggio di far subire lo stesso processo anche ad altre cose umane. L'immolazione dello «Sport», a cui tanti novelli sacerdoti, finora muti, così volontieri si prestano, non sarà così stata vana. Rinascendo dalle sue ceneri, come l'araba fenice, lo «Sport», oggi all'indice per alcuni suoi deludenti aspetti, sarà in grado di ricreare le buone illusioni perse.

D'Artagnan