

LA COESIONE di GRUPPO: una ricerca empirica sui gruppi di Danza Sportiva

A mamma e papà,

e

A zio Pino e Lillo,

coloro che, più di chiunque altro,
mi hanno reso ciò che sono oggi.

INDICE

PREMESSA

CAPITOLO 1

Una realtà sociale: il gruppo

1.1 Definire il gruppo

1.2 Aspetti e caratteristiche strutturali dei gruppi

1.2.1 La struttura

1.3 Il bisogno di stare in gruppo

CAPITOLO 2

La Psicologia dello Sport

2.1 Lo sport

2.1.1 L'agonismo e le motivazioni allo sport

2.2 La nascita della psicologia sportiva

2.3 Le aree di competenza della psicologia sportiva

2.4 Il gruppo sportivo

2.4.1 Lo sviluppo della squadra

2.5 L'intervento dello psicologo

CAPITOLO 3

Una componente fondamentale dei gruppi: la coesione

3.1 Per una definizione di coesione

3.2 La coesione nei gruppi sportivi

3.2.1 Il modello di Carron

3.3 Misurare la coesione nel team sportivo

CAPITOLO 4

Il ballo come fenomeno sociale: dai riti alla Danza Sportiva

4.1 Una storia vecchia come il mondo

4.2 Perché balliamo?

4.3 La Danza Sportiva

CAPITOLO 5

La coesione nei gruppi di Danza Sportiva: una ricerca empirica

5.1 Gli obiettivi

5.2 Il campione

5.3 Gli strumenti

5.4 Analisi dei dati e risultati

5.4.1 Analisi descrittiva dei costrutti: differenze dei gruppi di età

5.4.2 Correlazioni tra i costrutti

5.5 Considerazioni conclusive

PREMESSA

L'uomo è un "animale sociale", la vita di ognuno di noi è scandita dall'appartenenza continua a diverse tipologie di gruppi, allo scopo di soddisfare un bisogno primario tipico dell'individuo.

Già alla nascita facciamo parte di una piccola collettività che è la famiglia e nel corso dell'esistenza, ognuno di noi attraverso le proprie esperienze personali effettua un percorso attraverso altre entità gruppali, che possono essere le classi scolastiche, i gruppi di studio o di lavoro, i gruppi di volontariato e anche i gruppi sportivi.

Lo studio delle dinamiche dei gruppi, in particolare con Lewin, ha evidenziato, come comuni ad ogni tipo gruppo una serie di caratteri quali l'appartenenza, l'interdipendenza, la differenziazione dei ruoli, la leadership e la coesione, tipica caratteristica gruppale e soggetto del presente lavoro.

Potendo considerare il team sportivo come una particolare tipologia di gruppo in cui gli individui sono uniti al fine di raggiungere un proprio scopo collettivo, nasce l'interesse e la necessità di una disciplina dedita a studiarne le caratteristiche e le proprietà: la Psicologia Sportiva.

Negli sport di squadra, afferma Goffman (1971), il corpo di un giocatore costituisce il frammento al quale è attaccato per un po' di tempo il prodotto di un'azione collettiva; la coesione della squadra fa sì che l'interazione tra i giocatori sia fluida e che l'azione collettiva possa svolgersi in un clima emozionale positivo, caratterizzato da unione e resistenza alla disgregazione.

Questo lavoro si propone di considerare la coesione all'interno di gruppi sportivi appartenenti ad una disciplina sportiva alquanto originale rispetto ai team presi in considerazione dagli studi svolti ad oggi in tale ambito e riportati in letteratura.

A tale scopo, il lavoro è stato suddiviso in cinque capitoli.

Il primo capitolo cerca di mettere a fuoco il concetto di gruppo, attraverso un percorso nelle diverse teorie ne vengono descritti il modo e il perché si sviluppa; le diverse tipologie e le sue caratteristiche.

Nel secondo capitolo si illustra in primis il fenomeno “sport” come componente spesso fondamentale dell’esistenza di ogni individuo. Si descrive poi la nascita della Psicologia dello Sport con le sue peculiarità e le sue aree di competenza per poi concentrare l’attenzione sul gruppo sportivo, di cui sono analizzate le caratteristiche e il suo sviluppo.

Il terzo capitolo analizza la coesione come dimensione assai rilevante della vita di un gruppo, presentando una rassegna di studi condotti sul campo e in particolar modo nel campo sportivo, che ne sottolinea l’importanza anche in relazione alla prestazione. Viene presentato in questo capitolo il modello multidimensionale proposto da Carron e colleghi e infine vengono illustrati gli strumenti di misura per la coesione.

Il quarto capitolo è dedicato al ballo, un percorso nella storia di questa modalità d’espressione, dalla sua comparsa ai giorni nostri, fino alla nascita della Danza Sportiva ovvero al riconoscimento del ballo come sport a tutti gli effetti soffermandosi in modo particolare sul Choreographic Team tipica danza a squadre su cui si basa l’impianto della ricerca presente nel quinto capitolo.

L’ultimo capitolo è dedicato alla ricerca che è stata condotta su un campione di tre squadre di danza sportiva suddivise per età.

Lo studio di tipo esplorativo descrittivo si propone di indagare all’interno dei tre team il livello di coesione, il clima di squadra, l’idea che i soggetti hanno di un buon team e di osservare eventuali connessioni aoc alcuni indicatori di benessere personale quali, il livello di autostima e il grado di soddisfazione attraverso strumenti appositi per tali costrutti.

CAPITOLO 1

UNA REALTA' SOCIALE: IL GRUPPO

“Nessun uomo è un isola” affermava John Donne.

Effettivamente noi tutti apparteniamo a gruppi sociali. In alcuni momenti possiamo ricercare la compagnia degli altri, mentre in altri possiamo evitarla, ma è indubbio che le nostre appartenenze categoriali siano salienti praticamente in tutti gli istanti della nostra vita: il fatto di essere uomo piuttosto che donna, giovani piuttosto che anziani, italiani piuttosto che stranieri influenza il nostro modo di comportarci, così come il modo in cui gli altri si comportano con noi.

La persona, per definirsi tale, ha bisogno di porsi in relazione con gli altri: il nostro vivere nel mondo passa attraverso svariate esperienze di appartenenza diretta a gruppi specifici: famiglia, gruppi di studio o di lavoro, compagnie di amici, classi scolastiche, gruppi sportivi, associazioni di volontariato e tanti altri...

Anche l'individuo più isolato e solitario porta i segni di una cultura e la cultura è di per sé un risultato, un prodotto di gruppo.

La lingua che parliamo, le norme che seguiamo, la nostra educazione sono aspetti della vita sociale costruiti in gruppo e tramandati attraverso i gruppi nel corso del tempo.

I gruppi sono una parte inevitabile dell'esperienza umana: gli esseri umani sono “esseri di gruppo”.

1.1

DEFINIRE IL GRUPPO

Per le scienze sociali, la nozione di gruppo rappresenta uno dei cardini concettuali per comprendere il rapporto che l'individuo instaura sia con i suoi simili sia con la società nel suo complesso.

Questo però non è un aspetto unicamente dell'uomo contemporaneo, basti pensare che già nella Repubblica di Platone e nella Politica di Aristotele si trovano riflessioni sui fenomeni collettivi, sulle strutture che concorrono all'organizzazione della vita pubblica e sulle procedure attraverso cui si articolano i rapporti sociali nella polis.

L'interesse per i fenomeni di gruppo rimase poi latente per moltissimi anni e bisogna aspettare il 1930 perché si verifichi il primo tentativo di dare una definizione scientifica di gruppo.

È infatti questo l'anno in cui Kurt Lewin, uno studioso di origine tedesca esponente della Gestalttheorie, si trasferisce da Berlino negli Stati Uniti, dove viene a contatto con la nascente psicologia sperimentale.

Il lavoro di K. Lewin rappresenta una vera e propria pietra miliare per la definizione di gruppo in psicologia sociale, sia per l'originalità dell'approccio, sia per la novità delle intuizioni per la ricerca.

Nell'analisi lewiniana il gruppo è un fenomeno, non una somma di fenomeni rappresentati dall'agire e dal pensare dei suoi membri; è una unità che la psicologia sociale può assumere nel suo studio così come vi assume altre unità quali, ad esempio, la persona.

Il gruppo è qualcosa di più o, per meglio dire, qualcosa di diverso dalla somma dei suoi membri: ha struttura propria, fini peculiari, e relazioni particolari con gli altri gruppi. Quel che ne costituisce l'essenza non è la somiglianza o dissomiglianza riscontrabile tra i suoi membri, bensì la loro interdipendenza.

Esso può definirsi come una totalità dinamica: ciò significa che un cambiamento di stato di una sua parte o frazione qualsiasi, interessa lo stato di tutte le altre.

Il grado di interdipendenza delle frazioni del gruppo varia da una massa indefinita a un'unità compatta. Dipende, tra gli altri fattori, dall'ampiezza, dall'organizzazione e dalla coesione del gruppo (Lewin, 1940; 1951).

Da questa definizione di Lewin si nota come egli porta nello studio dei gruppi la sua tendenza a considerare la complessa e costante intersezione tra individuo e sociale nonché i punti chiave della teoria di campo.

Tale teoria è definita dallo stesso Lewin un metodo "galileiano" utile all'analisi delle relazioni causali e all'edificazione di costrutti scientifici: egli introduce in psicologia, trasferendolo dalla fisica, il concetto di campo come "la totalità dei fattori coesistenti considerati come interdipendenti" e lo applica prima allo studio delle azioni individuali, poi allo studio dei gruppi.

Questo concetto permette di evidenziare il nesso dinamico tra fattori individuali e fattori socio-ambientali.

L'ipotesi teorica di fondo è che la realtà, il campo, sia articolata in regioni che risultano tra loro contigue e più o meno sovrapposte; l'insieme delle regioni che risultano accessibili al singolo costituiscono lo spazio vitale individuale, cioè lo spazio psicologico di libero movimento. Lo spazio vitale s'identifica quindi con la situazione psicologica presente dell'individuo o del gruppo.

L'intervento di situazioni di tensione e di bisogno o l'emergenza di spinte interiori o esterne possono attivare processi di spostamento da una regione all'altra e, quindi, provocare una nuova strutturazione dello spazio psicologico dell'individuo.

La locomozione è essenzialmente determinata dai rapporti di tensione che si creano nel campo, in base ai sistemi di forze e di valenze; la valenza è il valore che una regione acquista in un certo momento per la persona e determina

perciò lo spostamento verso quella regione o la fuga da essa se la valenza è negativa.

L'elemento centrale che lega valenza, forza, tensioni, regioni, locomozioni è il concetto di bisogno, come elemento dinamico di coordinazione.

Ovviamente, nell'ottica di Lewin, ed è qui che sta la sua originalità, il gruppo evidenzia bisogni che non sono riconducibili ai bisogni dei singoli: sono bisogni di gruppo, da cui nascono tensioni di gruppo che si collegano nel campo del gruppo a valenze e a forze.

Su questa base le ricerche sperimentali sui fenomeni di gruppo vengono centrate non sulle caratteristiche dei membri ma sulle caratteristiche del gruppo come struttura complessa.

Sempre a Lewin dunque si deve l'espressione "dinamica di gruppo" come alternativa a "psicologia di gruppo" per marcare due aspetti importanti: che il gruppo sociale implica fenomeni non solo di carattere psicologico, e che caratteristica fondamentale dei gruppi è la loro dinamicità; con questa espressione egli, dunque, indica precisamente le dinamiche che si osservano all'interno di un gruppo e che ne determinano il comportamento e l'evoluzione. Lo studio delle dinamiche di gruppo, pur non avendo a tutt'oggi raggiunto una concezione sistematica dei meccanismi di interazione, ha messo in evidenza una serie di caratteristiche comuni a ogni gruppo tra cui, il senso di appartenenza, l'interdipendenza, la differenziazione dei ruoli, l'istituzione del leader e gli stili di leadership, il rendimento e non da ultimo il soggetto di questo lavoro: la coesione.

Con Lewin l'interesse degli studiosi dei gruppi sociali crebbe vigorosamente e portò a numerosi tentativi di definirne le caratteristiche e le proprietà.

Per alcuni autori l'elemento chiave che sembra essere presente in tutti i gruppi, è l'esistenza di una struttura sociale formale o implicita di solito sotto forma di status e di ruolo (Sherif e Sherif, 1969).

Un team sportivo, argomento che verrà approfondito nel successivo capitolo, è un ottimo esempio a riguardo: è possibile vedere le squadre come un gruppo proprio perché i suoi membri hanno fra loro relazioni ben definite che sono di solito accompagnate da precise differenziazioni di ruolo e status.

Un'altra scuola di pensiero condotta da Bales (1950) e Homans (1950) suggerisce che queste relazioni strutturali hanno luogo per via di una caratteristica grupitale ancora più elementare, il fatto che siano composti da individui in interazione faccia a faccia.

Secondo Turner (1987), invece, un gruppo esiste quando due o più individui percepiscono se stessi come membri della stessa categoria sociale: questa definizione però appariva troppo soggettiva e non sembrava cogliere una caratteristica importante dei gruppi, e cioè il fatto che la loro esistenza è normalmente nota alle altre persone.

Per questo motivo è stata proposta un'estensione della definizione di Turner, il gruppo esiste quando due o più individui definiscono se stessi come membri e quando la sua esistenza è riconosciuta da almeno un'altra persona (Turner e Brown, 1981).

L'altra persona in tale ambito può essere un singolo individuo o un gruppo di persone che non si definiscono membri di quel gruppo.

A questo punto, il problema, o come lo definiva Allport (1962) "il problema dei problemi della psicologia sociale", resta quello della relazione dell'individuo con il gruppo; come l'autore sostiene "non esiste una psicologia dei gruppi che non sia fondamentalmente e interamente una psicologia degli individui"

(Allport, 1924) visione questa alquanto individualista.

Tale problema porta ad una domanda tanto semplice quanto fondamentale: c'è qualcosa di più nei gruppi della semplice somma degli individui che li compongono? A questo proposito, in modo molto efficace ed elegante Asch (1968) risponde con un'analogia tratta dalla chimica, come l'acqua, sostanza

formata da idrogeno ed ossigeno, possiede proprietà molto diverse da quella di entrambi gli elementi che la compongono, così avviene ugualmente per un gruppo di individui. Inoltre come l'acqua, a seconda di come sono organizzati i medesimi elementi molecolari può assumere caratteristiche piuttosto diverse (ghiaccio, vapore...), così accade anche per gli individui in base al modo di combinarsi e di organizzarsi.

Con questa interessante analogia, Asch (1952) si oppone anche all'idea di una "mente di gruppo" sostenuta da Le Bon (1895) e McDougall (1920) secondo i quali il gruppo compie azioni che sarebbero impensabili dai singoli membri presi individualmente.

Lewin e coloro che in qualche modo ne hanno seguito la strada, fanno parte di quel filone che si può definire "della psicologia sperimentale"; dal lato opposto troviamo il filone psicoanalitico, ovviamente condotto da Sigmund Freud (1921), ma che valorizza anche apporti di altri autori noti come W. Bion (1961), M. Klein (1966) e altri ancora.

Al contrario delle precedenti teorie, la teoria psicanalitica offre strumenti di analisi e interpretazione ai fini della presa di coscienza dei fenomeni di gruppo e strumenti teorico-metodologici per la definizione di tale costrutto.

Concependo i due filoni in questo modo, emerge immediatamente come le ipotesi di lavoro supposte da entrambi possano essere facilmente accostate ai temi emergenti nel campo della psicologia dei gruppi sportivi, anzi, sarà proprio la loro fusione in una visione più integrata dei fenomeni di gruppo a dare i maggiori benefici.

Come già detto, per introdurre i contributi e il percorso di ricerca del secondo filone, non si può non partire da S. Freud, la cui attenzione verso i fenomeni di gruppo s'indirizza però in maniera ancora embrionale: l'approccio freudiano al problema consiste essenzialmente in un allargamento del concetto di realtà e nella peculiarità del metodo.

Per quanto riguarda la dinamica di gruppo si deve sottolineare che negli studi di Freud, l'analisi del sociale non si riduce all'esame delle forze oggettive e manifeste, bensì comprende soprattutto l'altra scena della realtà: il mondo degli affetti e dei vissuti, della fantasia e dei fantasmi, ma non per questo meno importanti e concreti.

Per quanto riguarda il metodo, se le tendenze e le scuole precedenti miravano a spiegare ciò che non appare all'osservazione tramite ciò che appare, la psicoanalisi, invece, cerca di spiegare ciò che appare attraverso ciò che non appare.

Nell'analisi del sociale e nello studio dei piccoli gruppi, non è dunque il livello manifesto ad essere al centro della considerazione psicoanalitica, ma l'"altra zona", il non detto, dove, secondo Freud, risiede la funzione dell'immaginario. Non i processi o gli accadimenti di gruppo, direttamente osservabili, non le strutture, le norme e i sistemi di relazione immediatamente visibili, sono l'oggetto di studio, ma i vissuti e le dinamiche inconsce, e soprattutto la funzione inconsapevole che ha il gruppo per i singoli membri che lo compongono. Il gruppo e la sua dinamica trova la sua spiegazione non come istituzione, bensì come formazione psichica immaginaria.

In particolare, lo studio dei gruppi si ritrova in quattro scritti di Freud: "Totem e Tabù" (1913), "Psicologia delle masse e analisi dell'Io" (1921), "Il disagio della civiltà" (1929) e "Mosè e il monoteismo" (1938).

Un altro autore, che segue un percorso pressoché personale ed autonomo, si sofferma rispetto ad altri studiosi su cosa "è" un gruppo dal punto di vista dell'individuo che ne fa parte: egli è Henry Tajfel (1978).

Secondo lui, in ogni gruppo sono presenti tre componenti fondamentali: una componente cognitiva, nel senso della consapevolezza di appartenere ad un gruppo; una componente valutativa, nel senso che le notizie di gruppo o quelle relative alla propria appartenenza ad esso possono avere una connotazione di

valore positivo o negativo; e infine, una componente emozionale, di cui fanno parte le emozioni verso il proprio gruppo ma anche quelle verso coloro che non ne fanno parte.

Henry Tajfel va ricordato anche perché è stato sicuramente uno degli studiosi che più ha contribuito a vitalizzare la ricerca sociale per quanto riguarda i processi legati alla categorizzazione, ai problemi dei rapporti intergruppo e al ruolo che l'appartenenza di gruppo esercita sul mondo cognitivo di ciascun individuo nella vita sociale di tutti i giorni.

Il processo di categorizzazione è fondamentalmente un processo di semplificazione e riordinamento mentale del mondo fisico e sociale ed è definito quindi come l'insieme dei passaggi che tendono ad ordinare l'ambiente in termini di categorie: gruppi di persone, di oggetti, di avvenimenti nella misura in cui essi sono simili od equivalenti tra loro in rapporto all'azione, alle intenzioni o agli atteggiamenti di un individuo.

Tale processo ha come conseguenza l'accentuazione delle differenze intercategoriali, ovvero le differenze tra, considerando un gruppo di persone, individui di due gruppi differenti, e la tendenza ad accentuare le somiglianze intracategoriali ovvero le somiglianze di individui appartenenti al medesimo gruppo.

È proprio sul processo di categorizzazione, e di conseguenza sull'appartenenza di gruppo, che si costituisce l'identità sociale.

Tajfel definisce l'identità sociale come quella parte di concezione di sé di un individuo che gli deriva dalla consapevolezza di essere membro di uno o più gruppi sociali.

L'identità sociale è legata al gruppo di appartenenza e pertanto l'adesione ad un gruppo ed il rimanervi sono in funzione del contributo positivo che il gruppo dà a questa identità. Nello stesso tempo vale anche l'effetto inverso, ossia l'individuo che si trova per qualche motivo a far parte di un gruppo

cercherà di rafforzare la categorizzazione di quel gruppo in modo che risulti soddisfacente alla propria identità.

Attraverso il processo cognitivo che porta all'identità sociale, ciascun individuo risulta dunque differenziato sotto diversi livelli: innanzitutto l'individuo si riconosce come membro di un gruppo in relazione (di collaborazione o competizione) con altri gruppi e poi come individualmente differenziato rispetto agli altri membri dell'ingroup.

Sebbene il processo di identità sociale si attivi quando le persone hanno una rappresentazione dicotomica del loro universo (io e gli altri, il mio gruppo e altri gruppi...), suddiviso in categorie mutuamente escludentesi, esso porta nella maggior parte dei casi ad una forte identificazione con i membri dell'ingroup che depersonalizza la concezione di sé riducendo le differenze individuali con gli altri membri a favore di una maggiore coesione interna del gruppo stesso e della nascita di un sentimento del "noi".

Come si è potuto notare, i punti di vista da cui si possono considerare i gruppi sono davvero molteplici e con diverse sfumature; a questo punto come si può risolvere tale questione? Quale caratteristica rende veramente tale un gruppo? Gli psicologi sociali insistono oggi in modo unanime nel vedere un gruppo come "due o più persone che interagiscono tra loro ed esercitano mutua influenza uno sull'altro".

È questo senso di interazione o interdipendenza per raggiungere un obiettivo comune, che distingue i membri di un gruppo da quella che è invece una semplice aggregazione di individui.

Per esempio, un insieme di persone che si ritrovano a ballare nella stessa discoteca ogni sabato sera, non costituisce un gruppo, poiché queste persone non interagiscono tra di loro in un modo che potremmo definire strutturato.

Al contrario invece, una squadra di giovani ballerini che si allena tutte le sere è un gruppo, perché oltre a condividere un obiettivo comune, come può essere

l'allenamento in vista di una competizione, interagisce in modo formale e strutturato con un preciso programma e una precisa sessione di lavoro.

Nei due successivi punti del capitolo prenderemo in considerazione gli aspetti strutturali dei gruppi e i processi motivazionali e cognitivi che spingono gli individui a farne parte.

1.2

ASPETTI E CARATTERISTICHE STRUTTURALI DEI GRUPPI

Dopo aver effettuato un percorso nella storia delle definizioni e delle idee che hanno i diversi studiosi del concetto di gruppo, ci si addentrerà ora in una parte più tecnica dando spazio appunto alle caratteristiche strutturali di questa realtà sociale.

Come già detto, esistono diverse tipologie di gruppi, ed esistono anche differenti criteri per definirli, per la precisione possiamo evidenziare tre particolari criteri:

- criterio di primarietà/secondarietà;
- criterio di volontarietà/obbligatorietà;
- criterio di numerosità.

Secondo il criterio di primarietà/secondarietà si possono classificare gruppi appunto primari o secondari in base al motivo della loro costituzione. Nei gruppi di carattere primario lo scopo dell'aggregazione è basato sulla soddisfazione dei bisogni emotivi e sociali dei membri. Essi sono caratterizzati da un'interazione diretta, detta "faccia a faccia", tra i componenti, fondata prevalentemente sull'affiatamento e l'identificazione reciproca.

Tali gruppi sono primari in quanto danno all'individuo la sua prima e completa esperienza dell'unità sociale, ed anche in quanto non mutano nello stesso grado in cui mutano relazioni più elaborate. L'esempio più lampante di questa tipologia è senza dubbio la famiglia.

I gruppi di carattere secondario, molto più estesi dei primi, sono caratterizzati invece da relazioni indirette e formali, e rispondono prevalentemente a bisogni collettivi e non di individuale di primaria importanza. Il loro scopo è quello di raggiungere degli obiettivi specifici e limitati, vincolando le persone ad un ruolo ben definito.

In questo caso, si possono trovare due sottocategorie: i gruppi imposti, ossia dove la partecipazione è imposta dall'esterno come ad esempio i militari, oppure i gruppi contrattuali, ossia dove si aderisce in forma volontaria accettandone le norme in vista di scopi utilitaristici.

Il gruppo sportivo di cui verranno descritte le caratteristiche nel Cap. 2 può essere definito un gruppo secondario volontario con connotazione, in alcuni casi, quali ad esempio le squadre professionistiche, di gruppo secondario contrattuale.

Questi criteri non hanno confini rigidi, cioè non sono criteri che si escludono l'un con l'altro.

Il secondo criterio, classifica i gruppi secondo la volontarietà o l'obbligatorietà nell'appartenervi; in base ad esso ritroviamo ad esempio il gruppo degli amici classificato come un gruppo volontario, la famiglia invece in questa seconda divisione fa parte dei gruppi imposti come il gruppo di lavoro o il gruppo terapeutico.

Rientrano in questa suddivisione anche i gruppi di fatto, i gruppi informali la cui formazione è assolutamente spontanea e le cui interazioni non organizzate dipendono da una circostanza contingente; e i gruppi invece formali in cui è

presente un elemento istituzionale che li caratterizza e le cui interazioni e relazioni interne in questo caso sono regolate da una precisa strutturazione. I gruppi suddivisi secondo il criterio di numerosità sono invece i piccoli e i grandi gruppi.

Alla base della denominazione “piccolo gruppo” non c’è solo la dimensione del gruppo, ma l’adozione di una logica dualistica rispetto a quella unitaria che considera il gruppo dal punto di vista della sua dinamica interna.

La logica dualistica, oltre alla figura dell’appartenenza ad un gruppo, non prescinde dalla contemporanea e necessaria disappartenenza a tutto il non-gruppo.

Secondo E. Spaltro (1985) quanto più un individuo si sente di appartenere ad un gruppo tanto meno è sensibile ai fatti esterni al gruppo stesso. Ciò almeno nella generalità dei casi.

Nel piccolo gruppo si matura un livello di sicurezza e un controllo della dinamica della colpa le cui forme costituiranno il metro con cui l’individuo appartenente al gruppo tenderà ad esprimere i suoi giudizi sul non-gruppo.

La caratteristica fondamentale invece dei grandi gruppi è che essi non consentono interazioni faccia a faccia, esempio a tale proposito possono essere i gruppi religiosi.

In aggiunta a queste suddivisioni gruppali in base ai criteri sopraindicati, significativa per la chiarificazione del concetto di gruppo fu anche la divisione introdotta da C.H. Cooley (1970) che oltre a gruppi primari e secondari, gruppi grandi e piccoli, prevede altre due tipologie:

- gruppo di appartenenza e gruppo di riferimento: il primo è il gruppo a cui l’individuo appartiene e alle cui regole conforma il proprio comportamento; il secondo rappresenta un parametro comparativo, per confrontare i propri comportamenti e le proprie realizzazioni, e normativo quale fonte di valori e di modelli con cui identificarsi.

Queste due forme di gruppo contribuiscono a controllare e a guidare il comportamento del singolo, influenzandone le aspettative e di conseguenza il grado di soddisfazione e di insoddisfazione;

- gruppo interno e gruppo esterno: il gruppo interno è quello in cui una persona è inserita e si identifica, il secondo, che non è il non-gruppo, è un gruppo a cui l'individuo non appartiene e verso il quale può nutrire sentimenti di avversione, di disapprovazione o di timore tali da indurlo ad adottare tattiche di esitamento.

Oltre i diversi livelli di classificazione, esistono delle variabili che è necessario prendere in considerazione per approfondire lo studio dei gruppi, le più significative sono le variabili costitutive, quelle evolutive e quelle produttive. Le variabili costitutive, ovvero l'insieme degli aspetti e dei fattori principali e secondari che danno vita alla formazione di un gruppo, possono essere di tipo motivazionale, morfologico, organizzativo ed ideologico.

- 1) Fattori motivazionali: sono quei fattori che determinano un comportamento di avvicinamento al gruppo (esempio amicizie) che possono essere sia di tipo affettivo che di tipo cognitivo.
- 2) Fattori morfologici: possono essere di tipo numerico (più è numeroso il gruppo più difficili sono le intersezioni affettive) e di tipo spaziale (posizione più o meno centrale che i soggetti assumono all'interno del gruppo).
- 3) Fattori organizzativi: è l'insieme di relazioni che si avviano al fine di raggiungere un unico obiettivo.
- 4) Fattori ideologici: il complesso di norme, valori, regole ed opinioni che guidano la condotta all'interno di un gruppo.

Le variabili evolutive, come si può evincere dal nome, sono legate agli aspetti evolucionistici del gruppo. In particolare, l'evoluzione del gruppo si denota in tre fasi importanti: la nascita, la crescita e la trasformazione che avviene con il crescere del gruppo.

Infine la produttività viene calcolata in base al rendimento del gruppo grazie alle aspettative che i componenti si creano.

È interessante a questo punto accennare brevemente una figura presente nella quasi totalità dei gruppi esistenti: il leader, colui che solitamente esprime una personalità carismatica in grado di soddisfare le esigenze di tutti i membri del gruppo, quest'ultimo infatti è guidato da un proprio responsabile attraverso un processo di influenze interpersonali orientato al raggiungimento di particolari obiettivi.

Questo processo prende il nome di Leadership e può manifestarsi in maniera autoritaria, in cui non esiste un feedback comunicativo; permissiva dove ogni componente fa ciò che vuole e democratica dove, al contrario della prima è presente un feedback comunicativo.

Tale processo come vedremo nel capitolo dedicato alla coesione è spesso messo in relazione con quest'ultima soprattutto in ambito della ricerca sportiva.

1.2.1

La struttura

Qualunque gruppo, dopo un periodo minimo di vita, dimostra una certa organizzazione: i membri sono articolati fra loro secondo relazioni preferenziali; ognuno ha una posizione, cioè un posto che indica la sua relazione con gli altri membri del gruppo secondo una data dimensione, come già visto per la figura del leader.

L'insieme delle posizioni costituisce la struttura. È necessario precisare che nell'ambito della psicologia di gruppo il termine "struttura" non ha nulla a che fare con il significato che lo stesso termine assume in linguistica o in antropologia culturale.

La struttura non riguarda solo la gerarchia del gruppo. Esiste una struttura orizzontale caratterizzata dalla dimensione affettiva, costituita dai rapporti di simpatia e amicizia tra i membri; dalla dimensione delle comunicazioni che comprende le reti abituali di informazione e dalla dimensione del lavoro, formata dall'organizzazione delle mansioni in rapporto all'attività del gruppo. Poi, esiste una struttura verticale la cui dimensione è il potere, cioè i rapporti di dominanza/sottomissione.

Naturalmente la strutturazione di un gruppo non risponde alla legge del tutto o nulla; il grado di definizione delle posizioni varia su un continuum che va da un minimo ad un massimo.

Quando la struttura è stabilizzata in maniera definitiva generalmente si dice che il gruppo è istituzionalizzato: in tali gruppi nulla può essere variato senza provocare una modificazione radicale di tutto il sistema; ciò è quanto succede nelle cosiddette istituzioni totali come gli ospedali psichiatrici e i carceri dove le numerose e dettagliate norme, anche non scritte, tendono a regolare ogni particolare del comportamento; nulla rimane all'iniziativa individuale e il soggetto, più che persona, si trova ad essere un pezzo di quel meccanismo globale chiamato appunto istituzione.

Tra la mancanza di struttura e l'istituzionalizzazione esistono tutti i gradi intermedi; quando il gruppo ha raggiunto un certo equilibrio i rapporti fra i membri sono abbastanza stabili e a quel punto il comportamento della persona nell'ambito del gruppo è in buona parte determinato dalla struttura, o meglio, dalla posizione che essa occupa nella struttura; infatti la persona è sottoposta all'azione delle forze originate sia dalle regole che vigono nel gruppo, sia dalle

condizioni ambientali, sia infine dalle aspettative che gli altri membri si sono formati sulla base dei precedenti contatti con la persona stessa.

L'uno o l'altro di questi settori di forze avrà maggiore importanza a seconda che si consideri la dimensione affettiva, quella della comunicazione, dell'organizzazione o del potere.

Le sollecitazioni alla struttura provengono non solo dall'interno, ma anche dall'ambiente del quale il gruppo fa parte.

1.3

IL BISOGNO DI STARE IN GRUPPO

In questa sezione ci si occuperà dei processi motivazionali e cognitivi che portano gli individui a percepirsi come appartenenti a gruppi sociali e ai fattori che guidano nella preferenza per alcuni gruppi piuttosto che per altri.

Cosa spinge le persone ad associarsi in gruppi? Secondo Baumeister e Leary (1995), gli esseri umani hanno una spinta istintiva a formare e mantenere delle relazioni interpersonali durature, positive e significative.

Non si tratta a parere di questi autori di un generico bisogno di interazione sociale o di affiliazione, altrimenti se così fosse per soddisfarlo sarebbe sufficiente il fatto di interagire in modo saltuario e superficiale con degli sconosciuti e non avremmo bisogno di parlare, confrontarci, di stare insieme a persone con cui abbiamo rapporti privilegiati come gli amici più intimi, il partner o i parenti stretti.

Sembra quindi che in noi sia presente un bisogno di contatto sociale regolare con persone verso cui sentiamo un particolare legame.

Da dove nasce questo bisogno? Le due principali risposte a questo quesito fanno entrambe riferimento a fattori di tipo adattivo, sviluppati nel corso dell'evoluzione umana: una è la già citata teoria dell'identità sociale, definita come quella parte di immagine di sé derivante dalla consapevolezza di appartenere ad un gruppo sociale unita alle emozioni associate a tale appartenenza e alla valutazione data al gruppo stesso, di Henry Tajfel, che era sì europeo, ma che a causa delle sue origini ebraiche aveva, durante la seconda guerra mondiale, saggiato di persona cosa significhi essere categorizzato in un gruppo sociale.

La seconda risposta è legata alle spiegazioni evolucionistiche del bisogno di appartenenza.

John Bowlby (1969) è lo studioso che più ha indagato i processi di adattamento nei bambini; questo autore ritiene che l'attaccamento ai genitori è un elemento fondamentale per la sopravvivenza dei piccoli esseri umani.

Secondo questo approccio teorico, la formazione dei gruppi sociali farebbe riferimento proprio ad un sistema di attaccamento verso gli altri, sviluppatosi nel corso dell'evoluzione umana.

Quindi, il fatto di identificarsi con gruppi etnici, nazioni, confessioni religiose, organizzazioni lavorative e così via, rispecchierebbe il legame tra il bambino e la madre, e dunque si baserebbe sulla creazione di una connessione tra l'individuo e il leader del gruppo.

Secondo Linda Caporeal (1997) e del suo approccio evolucionistico alla psicologia sociale, la storia evolutiva dell'uomo è caratterizzata dalla presenza costante dei gruppi; gli uomini non si sono mai relazionati direttamente con l'ambiente fisico, ma sempre attraverso la mediazione, il filtro, l'interfaccia del gruppo sociale. Le aggregazioni umane, infatti permettono ai singoli la suddivisione dei compiti, così come l'aiuto e la cooperazione reciproci; tutto questo ha indubbiamente favorito la sopravvivenza del genere umano.

Il risultato ultimo di questo processo evolutivo è stata la creazione di una interdipendenza obbligatoria: un essere umano, per sopravvivere, ha bisogno di altri esseri umani, l'appartenenza al gruppo, come più volte evidenziato, è una caratteristica intrinseca della razza umana, pertanto, viene immediato ipotizzare che esistano dei meccanismi mentali, sviluppati nel corso dell'evoluzione, che hanno la precisa funzione di favorire l'inserimento degli individui nei gruppi sociali.

In alcune situazioni però le persone non hanno molta scelta se sentirsi o meno appartenenti a determinate classi sociali, ma nella maggior parte dei casi gli individui hanno diverse possibilità di appartenenze tra cui scegliere.

Dunque, il problema fondamentale è quello di capire quale tra le diverse appartenenze a disposizione in un particolare contesto sociale, sarà la prescelta. Una risposta, anche se indiretta, a tale interrogativo ci viene fornita da Abrams e Hogg (1988). Questi autori hanno proposto due ipotesi supplementari, o corollari, legati all'autostima, ispirandosi agli assunti principali della teoria dell'identità sociale.

Il primo corollario, strettamente connesso alla teoria originale, afferma che i fenomeni di favoritismo per l'ingroup portano ad un aumento dell'autostima delle persone, dato che l'immagine positiva dell'ingroup si trasferisce ai suoi singoli membri.

Il secondo corollario, invece, sostiene che le persone con bassa autostima sono spinte, proprio allo scopo di raggiungere una migliore immagine di se stessi, a favorire l'ingroup.

È proprio questa seconda ipotesi che può guidare nella comprensione dell'origine dell'identificazione con un gruppo piuttosto che con un altro, si giunge a tale proposito ad una conclusione abbastanza chiara anche al senso comune: essere dalla parte dei vincenti è sicuramente un ottimo modo per ottenere un'alta autostima ed un'elevata considerazione da parte degli altri.

Va sottolineato, tuttavia, che non tutte le persone che si aggregano in gruppi hanno una bassa stima di sé, né che tutte le persone in difficoltà cerchino nel gruppo sociale un modo per migliorare la bassa autostima.

Un'altra motivazione per cui l'individuo sceglie i propri gruppi di appartenenza è per soddisfare il proprio bisogno di sicurezze, a questo proposito, Hogg introduce la teoria della riduzione dell'incertezza soggettiva (Hogg, 2000).

Secondo tale teoria, la vita sociale degli individui è caratterizzata dal tentativo di soddisfare un bisogno fondamentale: il bisogno di certezze.

L'incertezza relativa ai propri atteggiamenti, sentimenti, credenze e percezioni, così come riguardo a se stessi e al proprio ruolo nella società, è uno stato psicologico negativo, perché è legata alla perdita di controllo sulla propria vita; quindi il problema è di ridurre questa incertezza e la soluzione è proprio l'appartenenza di gruppo.

I gruppi sociali, infatti, come più volte sottolineato, forniscono ai loro membri un sistema di valori, di informazioni sul mondo, di stereotipi sugli altri; essi forniscono in un certo senso, una realtà convenzionale condivisa che, proprio perché convalidata socialmente, risulta rassicurante e convincente.

Per questo motivo, secondo la teoria della riduzione dell'incertezza, quanto più le persone sono incerte riguardo ai propri atteggiamenti, credenze e ruolo in società, tanto maggiormente cercheranno certezze all'interno dei gruppi sociali.

Da quanto detto finora, sembrerebbe che l'appartenenza ai gruppi sia un processo assolutamente desiderabile e positivo; tuttavia le esperienze quotidiane delle persone dicono che il sentirsi eccessivamente inseriti in gruppi sociali può talvolta dare luogo a sensazioni spiacevoli di omologazione e uniformità.

Secondo la teoria della distintività ottimale proposta da Marilynn Brewer (1991) ci deve essere un equilibrio tra il bisogno di assimilazione e il bisogno

di differenziazione e gli esseri umani cercano continuamente di raggiungerlo; la cosa non è facile visto che essi sono uno l'opposto dell'altro e che sia il mancato soddisfacimento, sia l'eccessiva soddisfazione di ognuno di essi dà luogo a stati psicologici negativi.

Sempre secondo questa teoria, le persone possono sperare di raggiungere un equilibrio tra i due bisogni solo all'interno di particolari gruppi sociali.

I gruppi troppo ampi non sono adatti, perché all'interno di essi l'individuo rischierebbe di perdersi e non verrebbe soddisfatto il bisogno di differenziazione; d'altra parte i gruppi troppo limitati non sono funzionali perché viceversa non soddisfano a pieno il bisogno di assimilazione.

Per Brewer dunque, i gruppi ideali sono quelli di dimensioni intermedie che permettono la soddisfazione di entrambi i bisogni sopradescritti e quelli a cui gli individui preferiscono appartenere.

Le dimensioni ideali di un gruppo sono state anche oggetto di ricerca nell'ambito della coesione all'interno di gruppi sportivi, come si vedrà nella seconda parte del capitolo 3 dedicato appunto a tale argomento.

Le teorie appena esposte risultano efficaci nella comprensione del perché l'individuo ricerca il gruppo ma, qualora si tenti di isolare una di queste componenti, ritenendo che sia migliore di altre, si incorre in un errore di ipersemplicificazione.

La vita sociale degli esseri umani è troppo complessa per essere ridotta al soddisfacimento di qualche bisogno di base e probabilmente la soluzione migliore sta nell'integrare i diversi approcci.

CAPITOLO 2

LA PSICOLOGIA DELLO SPORT

Prima di addentrarsi nella descrizione di questa nuova disciplina, delle sue caratteristiche e del suo ingresso nell'area delle discipline scientifiche, è utile ed interessante fare un excursus sul suo argomento d'indagine per poter meglio comprendere il perché è utile ed opportuna l'esistenza della Psicologia Sportiva.

2.1

LO SPORT

Sport è una parola inglese apparsa nel 1532 come abbreviazione del francese antico "desport" che significava fuori dalle porte.

Tale voce inglese e il suo aggettivo sportivo sono poi entrati in Italia nel XIX secolo e in origine designavano il divertimento gratuito, oggi invece indicano "quell'attività che impegna, sul piano dell'agonismo o dell'esercizio individuale o collettivo, le capacità fisio-psichiche, svolta con intenti ricreativi o come professione".

Lo sport e il mondo che lo caratterizza sono una realtà importante, molto articolata e complessa fatta di miti, storia, campioni, atleti, squadre, manager, federazioni, interessi economici, pubblicità, competizioni, divertimento, vincenti, perdenti e tanto altro ancora.

Questa lista anche se ridotta quasi ai minimi termini dà un'idea, anche se sommaria, della complessità che caratterizza lo sport e del ruolo che esso assume nella realtà quotidiana per ciascuno di noi, indipendentemente dal

fatto di praticare o meno un'attività sportiva amatoriale, dilettantistica o professionale.

Fino a qualche anno fa, nonostante la crescente centralità assunta nell'esperienza quotidiana di milioni di persone, lo sport era considerato dagli studiosi di scienze sociali come un fenomeno minore, un sottoprodotto della cultura di massa.

Si pensi che solo in Italia e solo in un anno milioni di spettatori spendono ingenti somme per assistere a gare di calcio solo delle maggiori serie: A e B, basterebbe questo per dimostrare quale alto livello di notorietà e di diffusione lo sport abbia oggi raggiunto ovunque, e quale posto di assoluta preminenza esso abbia conquistato nella vita sociale odierna.

Solo in anni relativamente recenti esso è diventato oggetto di studio in grado di interessare e pervadere dimensioni diverse dell'esistenza dell'individuo e delle più vaste relazioni sociali.

Oggi esso è qualcosa di più di uno svago ricreativo: è un fenomeno sociale.

Come tale, si ritiene che lo sport abbia anche una funzione sociale spiegata in chiave psicologica, che sarebbe quella di permettere la soddisfazione e lo sfogo di una delle caratteristiche dominanti della personalità: l'aggressività.

Essa, attraverso lo svolgimento di un'attività sportiva, può essere sfogata senza rischi e pericoli a tutto vantaggio della salute psichica.

Bisogna ricordare che ogni sportivo/atleta è prima di tutto un uomo e quindi soggetto a portare con sé, nell'attività sportiva le sue dinamiche relazionali, le sue emozioni, i suoi vissuti ed i suoi eventuali problemi; egli non è più identificato con la massa muscolare che lo sostiene ma si riscatta dall'egemonia della forza di volontà e dalla presunta tirannia dei suoi impulsi libidici e distruttivi. L'atleta ad oggi si configura, anche grazie ai più recenti contributi di psicologia dello sport, come una persona costantemente

impegnata nella realizzazione dei massimi livelli di abilità e nel risolvere, attraverso l'azione, importanti problemi fisici, cognitivi e simbolici. Come vedremo, se lo studio e la ricerca dell'apprendimento motorio e la prestazione atletica sono stati i cardini su cui la psicologia dello sport si è sviluppata, la personologia sportiva, la neuropsicofisiologia dell'alta prestazione, lo studio dei processi motivazionali ed interattivi e la preparazione dell'atleta costituiscono i suoi successivi sviluppi.

2.1.1

L'agonismo e le motivazioni allo Sport

Lo sport sorge su due motivazioni naturali dell'uomo che sono l'agonismo e il gioco e secondo Antonelli (1958) esso esige la componente agonistica, cioè non può fare a meno del momento della sfida, qualunque cosa ci sia in palio, dall'oro olimpico ad una semplice scommessa.

Senza l'agonismo lo sport si snatura, non è più sport, è attività motoria e basta. La cosa che può sembrare sorprendente è che l'agonismo non è frutto dello sport come comunemente si può intendere ma semmai il contrario, è cioè lo sport ad essere il frutto dell'agonismo, perché lo spirito competitivo è connaturato all'uomo e lo sport come si è già detto è un modo salutare di gestirlo in termini socialmente accettabili.

L'uomo da sempre si misura con la natura, con i suoi simili e con se stesso; l'agonismo è un comportamento motivato che trae origine dal bisogno di affermazione e autorealizzazione dell'individuo ed è la condizione fondamentale per acquisire identità e stabilità psicologica.

Quindi l'agonismo non solo è nato con l'uomo ma in misura diversa è presente in tutti noi: a volte è un po' nascosto, ma basta iniziare a praticare per esempio uno sport per farlo venire a galla.

Questa componente, che è alla base della passione sportiva, è troppo forte perché possa cedere davanti all'impossibilità sia fisica, di tempo o di mezzi, di praticare uno sport; esso è talmente connaturato nella nostra personalità da resistere vivo e vitale anche quando la gioventù non è più che un ricordo e le forze non sono più quelle dei vent'anni.

Gioco e agonismo come abbiamo visto sono senza dubbio le motivazioni principali alla base della pratica sportiva. Tuttavia in aggiunta a questi due fattori primari si riscontrano delle motivazioni secondarie, il cui peso e significato variano in base alla personalità dell'atleta.

Quest' ultime sono raggruppate da Antonelli e Salvini (1987) in quattro categorie:

1. Fattori psico-biologici (omeostatici e autoplasmici)
2. Fattori psicologici, determinati dal carattere dell'atleta che cerca di colmare attraverso la pratica sportiva esigenze di vario tipo (affettive, di comunicazione...)
3. Fattori socio-culturali, che esprimono diversi bisogni tra cui quello di affiliazione, di appartenenza ad un gruppo, di approvazione sociale, di affermazione nonché quello di status socioeconomico proprio dell'atleta professionista.
4. Fattori psico-patologici che possono essere prevenuti o curati grazie allo sport; si tratta del sentimento di inferiorità che lo sport può contribuire a ridurre, del narcisismo e del desiderio di potenza che lo sport può assecondare e/o ridimensionare.

La motivazione al successo, assume un rilievo importante nella determinazione della motivazione nello sport in genere.

Il contesto sportivo, soprattutto se riferito all'agonismo, è essenzialmente orientato alla riuscita, al successo e alla realizzazione. Sia per gli sport individuali sia per quelli propriamente di squadra, la prestazione degli atleti è misurata e confrontata a uno standard di eccellenza, che può essere personale (una prestazione precedente), normativa (un grado di difficoltà) e/o ambientale (un antagonista).

2.2

LA NASCITA DELLA PSICOLOGIA SPORTIVA

L'interesse scientifico per i processi psicologici associati allo sport è recente, ma la filosofia della “mens sana in corpore sano” è antichissima, è ritrovabile infatti nella prima letteratura cinese e greca.

L'introduzione dell'educazione fisica nelle scuole fu un' importante testimonianza del crescente riconoscimento dell'inseparabilità di corpo e mente.

La moderna psicologia dello sport ha le sue origini alla fine del XIX secolo, in particolare, nel 1895 abbiamo il riconoscimento di E. Hitchcock come primo professore americano di Educazione Fisica e la pubblicazione nello stesso anno del primo lavoro riguardante i diversi tempi di reazione da parte di G. Fitz.

E' del 1898 lo studio di Norman Triplett, dell'Indiana University, considerato convenzionalmente come il primo vero esperimento scientifico realizzato in psicologia dello sport: in questa indagine, infatti, si analizzavano gli effetti della presenza di altri concorrenti sulla prestazione ciclistica. Indagando sui fattori agonistici che determinano un calo di prestazione, Triplett osservò che

i ciclisti ottenevano dei risultati migliori rispettivamente: 1) quando competevano direttamente tra loro; 2) in presenza di un battistrada ed infine; 3) nella gara individuale a cronometro.

Senza scartare l'influenza di possibili fattori tecnici lo studioso identificò nella "presenza dell'Altro" i motivi del miglioramento della prestazione agonistica.

Sempre di Norman Triplett è la prima pubblicazione tecnica del campo, intitolata "The dynamogenic factors in pace-making and competition".

Qualche anno più, nel 1904, Neumann, avvalendosi di un ergografo e predisponendo differenti situazioni sperimentali, studiò più approfonditamente gli effetti della copresenza e della coazione sulla competizione agonistica.

A partire da quegli anni furono effettuate altre ricerche, tuttavia la loro natura episodica fece sì che non si costituisse un patrimonio sedimentato di conoscenze, né una specifica tradizione di ricerca nel settore.

Qualche riferimento alla psicologia può essere rinvenuto anche nell'opera di alcuni promotori dello sport moderno, come Th. Arnold, G. Hébert e P. de Coubertin.

In particolare quest'ultimo scrisse nel 1900 un volume, la *Psychologie du Sport*, opera che se non fosse rimasta orientata in un'ottica pedagogica, avrebbe segnato la "paternità" di questa disciplina.

Fondazione che viceversa viene fatta comunemente risalire agli anni venti e all'opera di Coleman Robert Griffith: egli fondò nel 1925 in Nord America il primo laboratorio di ricerca e precedentemente nel 1923 tenne un corso presso l'università dell' Illinois intitolato "Psicologia e Atletica".

Griffith si occupò in un primo tempo dei fattori psicomotori responsabili del rendimento atletico e successivamente, facendo tesoro dell'esperienza degli allenatori di football, elaborò una teoria delle motivazioni che spingono

l'individuo a praticare uno sport, e interessandosi di personologia sportiva mise anche a punto un test per valutare il livello di vigilanza degli atleti.

I suoi due libri "Psychology of coaching" (1926) e "Psychology of athletics" (1928) sono diventati dei classici nel campo.

Nonostante l'energia e gli sforzi di Griffith, la psicologia dello sport rimase pressoché sconosciuta per alcuni decenni.

Una svolta fu data dal primo Convegno Internazionale di psicologia dello sport, svoltosi a Roma nel 1965 e dalla fondazione dell' International Society of Sport Psychology (ISSP), promossa F. Antonelli anche fondatore del "Journal", unico "forum" della psicologia sportiva scientifica.

Prima di lui in Italia, dopo i contributi di alcuni psicanalisti come Perrotti (1932) ed alcuni studi di A. Gemelli (1930) e di F. Bassinoni, negli anni cinquanta, i lavori di R. Canestrari (1952, 1957, 1959) costituiscono i primi apporti di rilievo alla psicologia dello sport.

Ma bisognerà attendere appunto la metà degli anni sessanta con F. Antonelli per vedere fiorire nel nostro paese un interesse diffuso verso la psicologia dello sport.

Nello stesso periodo questa nuova disciplina si sviluppò in modo particolare in Europa e Nord America, trovando terreno fertile sia nel mondo accademico che in quello sportivo; attualmente essa annovera tra i suoi adepti i rappresentanti di oltre 45 paesi di tutto il mondo, comprese nazioni come la Cina, la Nigeria, lo Sri Lanka e la Thailandia.

La maggior parte di esperti rimane comunque presente in Nord America (43%) e in Europa (21%), svolgendo nell'80% dei casi l'attività a tempo pieno e occupandosi principalmente di istruzione, ricerca, consulenza e servizi clinici.

Un'ulteriore conferma dell'ampiezza della diffusione della psicologia dello sport viene dal numero di riviste internazionali dedicate a questo argomento; tra le più importanti ricordiamo: "International Journal of Sport Psychology",

“Journal of Sport and Exercise Psychology”, “The Sport Psychologist”, “Journal of Applied Sport Psychology” ed “European Yearbook of Sport Psychology”.

2.3

LE AREE DI COMPETENZA DELLA PSICOLOGIA SPORTIVA

La coscienza dei livelli corporei e quella dei livelli cognitivi rappresentano due livelli diversi di consapevolezza.

La psicologia dello sport può facilitare il momento unificante di questi due livelli e fare dell'atleta una delle massime espressioni dell'individuo in questa unità.

In nessun altro campo come in quello sportivo la coscienza del corpo e quella della mente devono cooperare e interagire fino a fondersi, poiché l'Io e il corpo non funzionano indipendentemente l'uno dall'altro.

La psicologia dello sport rendendo l'atleta più consapevole delle leggi interiori che lo governano, lo aiuta sia ad esprimere al massimo le sue potenzialità sia a riconoscere il nucleo della sua individualità dall'inautenticità conseguente ai possibili condizionamenti esterni.

Pertanto, pur essendo una disciplina giovane, la psicologia dello sport ha saputo trovarsi uno spazio autonomo all'interno della psicologia e delle scienze dello sport, o meglio si potrebbe dire che ne nasce dalla loro fusione.

I temi di ricerca che hanno stimolato e che tuttora stimolano l'interesse dei ricercatori possono essere classificati in otto grandi aree di indagine che riguardano:

- 1) i processi cognitivi coinvolti nel controllo motorio e nella prestazione sportiva, allo scopo di comprendere le modalità di apprendimento delle abilità motorie e/o sportive o come descrivere le prestazioni eccellenti;
- 2) le abilità psicologiche implicate nei diversi tipi di discipline: come identificarle e come svilupparle negli atleti. Tra le più importanti vi sono l'immaginazione mentale, il goal setting, l'autoefficacia, l'attenzione, i processi di autoregolazione e le abilità interpersonali;
- 3) i processi motivazionali che favoriscono il coinvolgimento sportivo e il mantenimento nel tempo dell'interesse verso la disciplina; la motivazione alla riuscita e i processi biologici coinvolti nella costruzione delle aspettative relative a prestazioni successive;
- 4) il ruolo dell'allenatore e dell'organizzazione dell'allenamento nel favorire l'apprendimento e la correzione dell'errore;
- 5) i programmi sportivi per l'infanzia e la loro applicazione nel guidare i bambini a effettuare esperienze per loro gratificanti e psicologicamente positive;
- 6) il benessere e la salute: l'attenzione di chi si occupa di questo campo è orientata su come favorire l'adesione di soggetti sedentari a programmi di attività fisica e come mantenere nel tempo quest'impegno. Inoltre, si studia il ruolo dell'attività fisica nella rieducazione di soggetti cardiopatici o colpiti da infortuni o malattie;
- 7) le abilità interpersonali e le dinamiche di gruppo, gli stili di leadership e i modelli decisionali e, più in generale, i processi di comunicazione fra i membri di un gruppo. Interessandosi alle dinamiche loro dinamiche, è ovviamente questa l'area che si occupa di una componente fondamentale dei gruppi: la coesione, argomento centrale di questo lavoro;

8) l'ultima area d'indagine è quella che si occupa dei processi di autoregolazione, dei livelli di attivazione e dei sistemi per affrontare lo stress agonistico.

2.4

IL GRUPPO SPORTIVO

Dopo aver descritto nel Cap.1 le caratteristiche dei gruppi in generale, è utile addentrarsi ora nello specifico caso dei gruppi sportivi.

Le discipline sportive si possono dividere, intuitivamente, in individuali e di squadra.

Sono esempi di sport individuali l'atletica leggera, il tennis, il nuoto, e di squadra il calcio, la pallavolo, il basket: nel primo caso l'atleta agisce singolarmente competendo da solo contro uno o più avversari, come nel caso dello sci, nel secondo invece agisce come membro di un gruppo, fa parte di una squadra che gareggia contro altre squadre.

Da una visione socio-biologica risulta che, i singoli componenti di un gruppo, con le loro motivazioni, i loro comportamenti e i loro sentimenti ne influenzano le strutture, i processi e gli scopi e che a loro volta risentono dell'appartenenza al gruppo.

Gli individui che compongono la squadra partono da un bisogno primario fondamentale che contraddistingue l'essere umano, che è, appunto, il bisogno di appartenenza.

Ogni individuo, come già precedentemente detto, appartiene fin dalla nascita ad un gruppo e il gruppo sportivo in base alla classificazione dei gruppi vista nel Cap.1 del presente lavoro, fa parte sostanzialmente dei gruppi definiti naturali, non primari come può essere la famiglia, ma secondari in quanto

gli individui spesso vengono scelti in base alle loro caratteristiche di abilità motoria e sportiva.

Partendo dall'origine, dunque, si può dire che una squadra è essenzialmente un gruppo, ovvero “un insieme di individui che interagiscono fra loro influenzandosi reciprocamente e che condividono, più o meno consapevolmente, interessi, scopi, caratteristiche e norme comportamentali”, il cui scopo è legato all'attività sportiva svolta dai membri.

L'ambito sportivo offre una straordinaria varietà di forme di gruppo e le regole della disciplina sportiva contribuiscono a determinarne, in parte, le strutture e i processi.

Per quanto riguarda le caratteristiche fondamentali, sia strutturali sia procedurali, dei team sportivi, esse vengono riassunte da Baumann (1998) in: unità sociale, scopo comune, interazione, dimensione, posizioni, distribuzioni dei ruoli, norme e sentimento del noi e il valore di queste note distintive, muta a seconda del modello di squadra e dell'interazione tra gli atleti durante lo svolgimento dell'attività sportiva.

Stimato come unità sociale, un team sportivo si distingue non solo dagli altri gruppi in generale, ma anche da tutte le altre squadre. Tale distintività è posta in risalto dall'abbigliamento uniforme, non solo in gara ma anche durante gli allenamenti, e da un nome o soprannome.

La distinzione nei confronti dell'esterno, determinata dalla meta comune legata allo svolgimento dello specifico compito sportivo e agonistico e da attività svolte insieme, aumenta il senso di appartenenza e il sentimento del noi.

L'obiettivo sportivo-agonistico complessivo è il perno attorno al quale gravitano tutte le altre caratteristiche della squadra ed esso può non solo modificarsi nel tempo, ma è necessario si adatti alle esigenze della situazione e dei singoli.

Anche nello sport i processi interattivi comprendono relazioni intragruppo e relazioni intergruppi; all'interno di una squadra i componenti possono sviluppare cooperazione o antagonismo, inteso anche in termini di competizione che rimane spesso latente finché i confronti con le altre squadre hanno esito vittorioso e sono fonte di soddisfazione, e la stabilità del gruppo dipende dalla disponibilità dei singoli a sacrificare i loro interessi personali per gli obiettivi comuni.

Se le aspirazioni dei singoli sono troppo distanti dallo scopo collettivo, la squadra rischia di perdere di vista i suoi obiettivi e di sfaldarsi.

Come sostiene Cei (1998), la situazione ottimale è quella di collaborare che significa anche risolvere i conflitti interni in modo costruttivo e rispettare le regole all'interno della squadra, e tenere verso l'esterno un atteggiamento competitivo, essere cioè tutti uniti contro l'avversario.

Il tipo di interazione che si sviluppa tra avversari, però, dipende essenzialmente dal fatto che si abbia come scopo l'agonismo o il divertimento (Alfermann, 1993).

Passando ora alla dimensione del team sportivo, Hare (1981) afferma che, mentre nella ricerca sui gruppi in ambito extra-sportivo essa è una delle variabili più studiate, per quanto riguarda lo sport gli studiosi non mostrano particolare interesse per questo aspetto e ciò sembra dipendere soprattutto dal fatto che le dimensioni della squadra, nella maggior parte degli sport sono definite da regole specifiche della disciplina sportiva.

In genere, le componenti strutturali, normative e funzionali costituiscono le variabili che permettono di analizzare un gruppo e i risultati prodotti; per quanto riguarda lo sport, invece, la ricerca è prevalentemente concentrata sugli effetti della composizione del gruppo sulla prestazione (Widmeyer, Brawley, Carron, 1992).

In ogni team sportivo si possono individuare diverse posizioni, direttamente connesse all'attività sportiva. Nel calcio, ad esempio, ci sono portieri, centrocampisti, ali, terzini, punte e le varie posizioni sono assegnate in base alle capacità e alle abilità atletico-tecniche dei singolo giocatori.

I ruoli più gratificanti e più importanti conferiscono potere e prestigio a chi li ricopre sia dentro sia fuori dal campo; ma se essere capitano o veterano della squadra garantisce determinati privilegi, ciò implica anche dare un esempio ed avere delle responsabilità, per quanto riguarda sia la prestazione sia il comportamento fuori.

A proposito del capitano, Prunelli (2000) ha stilato un interessante decalogo per definire tale figura in cui sottolinea l'importanza del suo doppio ruolo per la vita del team.

Siccome il prestigio è allettante, l'assegnazione delle posizioni e dei ruoli legati alle persone è spesso causa dei conflitti interni di cui prima si è parlato; nelle discipline sportive che prevedono l'utilizzo della palla è interessante osservare come la dinamica dei passaggi tra compagni al di fuori del contesto della partita agonistica vera e propria, rispecchi spesso la gerarchia interna in funzione delle capacità individuali, dello status e dei legami amicali. Alfermann (1993) fa notare a tal proposito che le interazioni in una squadra si basano sia sullo svolgimento del compito sia sulla dimensione sociale.

Essendo le squadre sportive gruppi orientati alla prestazione, Baumann (1998) ritiene che dagli obiettivi agonistici derivino norme specifiche.

Come accade in ambito non sportivo, tali norme possono avere carattere formale o informale. Nel primo caso si tratta di regole ufficiali, come i regolamenti delle varie discipline che sono oggettivi e scritti e prevedono anche sanzioni da applicare ai trasgressori.

Le norme informali, invece, sono degli schemi di orientamento che gli atleti apprendono attraverso l'appartenenza di squadra e interiorizzano con il tempo,

come la professionalità negli allenamenti, nelle competizioni e nell'alimentazione.

Secondo alcuni autori, oltre alle norme interne che concorrono a determinare le aspettative dell'allenatore verso gli atleti ma anche reciprocamente tra i compagni, esistono anche norme imposte dall'esterno, a riprova del fatto che le squadre sono inserite in un sistema sociale.

Le aspettative non si limitano alla dimensione tecnica ma sono relative anche all'impegno, alla concentrazione e alla partecipazione ad allenamenti, riunioni, esibizioni e competizioni. Se anche uno solo degli atleti non rispetta gli impegni presi, lo sforzo di tutti può risultare vano.

Per essere efficaci, le norme di gruppo che il team sviluppa sono generalmente accompagnate da sanzioni in caso di gravi violazioni o da punizioni quali squalifiche o mancate convocazioni in caso di mancanze moderate; in ogni caso gli atleti devono essere a conoscenza del fatto che un comportamento non conforme porta ad una qualche conseguenza negativa.

I giocatori stessi tendono ad escludere dalle interazioni interpersonali i compagni di squadra che non rispettano le norme di gruppo, sia formali che informali.

Inoltre va sottolineato che in virtù delle sue caratteristiche peculiari il gruppo sportivo rappresenta una situazione privilegiata per studiare le dinamiche di gruppo e sono state identificate quattro condizioni favorevoli all'osservatore e studioso di psicologia dello sport.

1. Il gruppo sportivo è un gruppo naturale, non di laboratorio, e può fornire un contributo essenziale allo studio dello sviluppo dei gruppi e della relazione con altri tipi di gruppi e l'ambiente sociale.

2. La ricerca sui gruppi sportivi può controllare con maggior facilità alcune variabili, quali, ad esempio, le dimensioni del gruppo e le regole di comportamento, tenendole automaticamente costanti.
3. I gruppi sportivi perseguono obiettivi ben definiti (ad esempio, obiettivo ricreativo verso obiettivo agonistico), in tal modo costituiscono un contesto ottimale in cui studiare la cooperazione, la competitività, i conflitti e la coesione.
4. Lo sport offre, infine, la possibilità di quantificare in modo preciso l'efficacia dei gruppi (punteggi, errori, risultati).

2.4.1

Lo sviluppo della squadra

Ora, per il semplice fatto di trovarsi insieme a competere giocando, in un palazzetto o su un campo sportivo, un gruppo di persone non è automaticamente una squadra: squadra si diventa nel corso di un processo che porta allo sviluppo di quel senso di appartenenza insito nell'uomo, indicato spesso con i termini di sentimento del noi, spirito di squadra, anima del gruppo, o, anche, coesione punto centrale di questo lavoro, di cui si parlerà ampiamente nel capitolo successivo.

Questo processo scaturisce dall'integrazione dei singoli atleti nello schema di ruoli, dall'interazione tra i membri, dall'adattamento e rispetto delle norme e soprattutto dall'adesione allo scopo comune.

I gruppi non sono entità immodificabili ma sono soggetti a continue modificazioni in quanto le relazioni tra i membri del gruppo e più in generale tutti i processi di gruppo sono soggetti, con il trascorrere del tempo, a

variazioni dipendenti da fattori situazionali e personali, dagli obiettivi che il gruppo si è posto, dallo stile di leadership e da altri fattori ancora.

In ambito sportivo sono stati considerati principalmente due modelli al fine di illustrare tale processo: l'approccio lineare e quello del pendolo.

La prospettiva lineare di Tuckman e Jensen ipotizza che un gruppo possa modificarsi muovendosi progressivamente attraverso stadi differenti e queste fasi di sviluppo sono state suddivise in cinque periodi principali: formazione, conflitto, normativo, prestazione e aggiornamento.

Nella prima fase i membri del gruppo iniziano a conoscersi e a identificare sia gli obiettivi del gruppo che i metodi per raggiungerli. La seconda fase è caratterizzata dalla presenza di forti conflitti; nella terza, risolti i conflitti, si stabilizzano i ruoli di ognuno e fra i membri prevalgono comportamenti cooperativi in un clima di forte coesione.

Nella quarta fase il gruppo è orientato a fornire le prestazioni richieste ed è motivato a dare il massimo per poi giungere all'ultima fase in cui gli obiettivi sono stati raggiunti, si riduce la dipendenza emotiva e il contatto tra i membri. In questo approccio i cinque stadi sono sequenziali, il gruppo passa alla fase successiva solo quando è stata completata quella precedente; ciò che differenzia i gruppi è la durata del tempo trascorso in ognuna delle fasi descritte ed il passaggio attraverso ognuna di esse è condizione necessaria affinché gli obiettivi che il gruppo si è posto vengano perseguiti in modo efficace.

Secondo il modello del pendolo di Carron, autore che incontreremo spesso nella parte relativa alle ricerche sulla coesione in ambito sportivo, non è invece possibile che i gruppi seguano obbligatoriamente un andamento lineare e viene suggerito che le squadre oscillano tra periodi di forte coesione e periodi di scarsa coesione.

Tale approccio ipotizza che la coesione sia relativamente alta ad inizio stagione nella fase di preparazione in quanto i membri della squadra condividono le stesse aspettative, gli stessi obiettivi e le stesse preoccupazioni; a questa fase segue quella dei conflitti e delle differenziazioni e spesso i componenti formano sottogruppi che competono tra loro.

Solitamente poi con l'avvicinarsi del campionato si osserva la diminuzione dei contrasti interni e l'orientamento gli atleti verso gli obiettivi della squadra spostando il pendolo nuovamente verso il polo della coesione, e così via.

Il sentimento del noi, inoltre, si sviluppa anche al di fuori dell'attività strettamente sportiva, negli spogliatoi e nel tempo libero passato insieme.

Questo senso di appartenenza si esprime spesso oltre che con una divisa anche attraverso piccoli riti come una mascotte o l'abitudine di uscire tutti insieme la sera prima di una gara. Tali consuetudini concorrono certo a dare importanza e a rafforzare l'unità del team, ma non bastano a costruire il sentimento del noi (Syer, 1986).

Sul benessere psicologico dei singoli atleti e di conseguenza sul modo in cui essi si confrontano con la squadra incidono sia il contesto sociale, sia il clima che si respira all'interno del gruppo.

Il clima della squadra rappresenta l'armonia interna, la percezione dei singoli atleti in merito alle condizioni e alle relazioni che intercorrono all'interno ed è predittivo della coesione, il motivo per cui l'atleta si sente di far parte della squadra (Hodge, 1995).

La comprensione di come si sviluppa un gruppo consente a chi lo dirige di sapere che ci vuole tempo prima che ogni membro assuma la responsabilità del proprio ruolo, è un modo per farsi trovare preparati ad affrontare improvvisi cambiamenti.

2.5

L'INTERVENTO DELLO PSICOLOGO

Ora per chiarire meglio il concetto di squadra e per analizzare come uno psicologo dello sport possa intervenire, possiamo affermare che in ogni gruppo sportivo si possono distinguere quattro livelli, che lo definiscono:

- 1- livello morfologico.
- 2- livello motivazionale.
- 3- livello organizzativo.
- 4- livello ideologico.

Il primo livello, quello morfologico, comprende l'ampiezza del gruppo, ovvero il numero di persone che compongono la squadra (con un minimo di tre e un massimo variabile a seconda del tipo di sport, ma quasi sempre non supera le trenta persone).

Il numero di persone all'interno del gruppo determina e condiziona le dinamiche dei rapporti interpersonali (costituzione di sottogruppi, scontri e alleanze).

Lo psicologo dello sport deve considerare il numero di individui che compongono il gruppo e le dinamiche che intercorrono tra di loro, per riuscire ad individuare la nascita di sottogruppi che possono condividere obiettivi diversi, e analizzare se essi sono di supporto o di contrasto per il benessere della squadra.

Il secondo livello, quello motivazionale, comprende tutti i fattori che aiutano alla formazione e coesione della squadra come: i fattori di tipo affettivo (bisogno di affiliazione, sostegno sociale, coesione affettiva...);

i fattori di tipo cognitivo (rientra in questo ambito il concetto di autocategorizzazione, cioè il sentirsi parte della squadra); e i fattori di tipo utilitaristico (il raggiungimento dello scopo comune).

Il terzo livello, quello organizzativo, definisce la struttura del gruppo, i ruoli e le loro interazioni, lo status, ovvero le regole stabilite, e la presenza di un livello gerarchico.

Capire e analizzare come una squadra o la federazione di cui la squadra fa parte è un compito molto difficile, ma necessario per lo psicologo. Definire e comprendere i ruoli diventa fondamentale, soprattutto se consideriamo il ruolo del leader di una squadra.

Il quarto livello, quello ideologico, definisce le mete, le credenze, le norme e i valori condivisi dalla squadra.

Le mete sono gli obiettivi comuni a cui si prefigge di arrivare (di solito sono di tre tipologie: a breve, a medio e a lungo termine).

Le credenze implicano la condivisione all'interno del gruppo di idee, opinioni e atteggiamenti, che siano rilevanti per la squadra.

Le norme sono le regole di comportamento che vengono condivise all'interno del gruppo, che costituiscono un insieme codificato di "leggi" della squadra. Alcune di queste norme possono essere anche visibili da chi guarda dall'esterno e spesso identificano il gruppo stesso.

I valori indicano quali azioni, idee sono da considerare positive o negative all'interno del gruppo per il conseguimento degli obiettivi posti.

Analizzare mete, credenze, norme e valori, unite ad una buona storiografia della squadra permette allo psicologo sportivo di avere una buona quantità di informazioni su cui lavorare con e per il benessere psico-fisico della squadra e dei singoli atleti.

CAPITOLO 3

UNA COMPONENTE FONDAMENTALE DEI GRUPPI: LA COESIONE

Dopo aver illustrato nel primo capitolo il concetto di gruppo, soffermandosi sul modo e sul perché si sviluppa, si può giungere alla conclusione che la vita di tutti noi è dominata dall'ambiente sociale che ci circonda e in cui siamo inseriti.

I nostri modi di pensare, di comportarci, di sentirci partecipi nelle attività che svolgiamo non sono prodotti isolati, ma derivano interamente dalle relazioni che intratteniamo con altre persone, all'interno di una società e di una cultura.

L'essere umano è, per sua natura, un animale sociale e in particolare la nostra vita sociale si svolge all'interno di gruppi di persone.

“Se si vuole capire o migliorare il comportamento umano, è necessario conoscere meglio la natura dei gruppi. Non è possibile raggiungere una visione coerente dell'uomo senza rispondere ad una moltitudine di domande relative alle operazioni dei gruppi, a come gli individui si rapportano ai gruppi, ed a come i gruppi si correlano alla più ampia società” (Cartwright e Zander, 1968).

Come si nota nella letteratura, il termine “gruppo” si utilizza in molte occasioni e con molteplici significati, con riferimento a realtà e situazioni molto diverse.

Malgrado la loro diversità, le varie tipologie di gruppi hanno per la maggior parte un fattore comune: i loro membri sono interdipendenti, le esperienze, le azioni e i risultati di un individuo sono legati in qualche modo a quelli degli altri membri del gruppo.

L'importanza dell'interdipendenza nella formazione e nel funzionamento dei gruppi è stata osservata per la prima volta da K. Lewin (1948) che ha fornito

due idee chiave per comprendere i processi elementari di gruppo: una è l'interdipendenza nel destino e l'altra è l'interdipendenza nel compito.

Lewin riteneva che i gruppi nascessero in senso psicologico, cioè un gruppo esiste quando gli individui che lo compongono si rendono conto che il loro destino dipende dal destino del gruppo, secondo l'autore quella del destino però, è la forma più debole d'interdipendenza.

Per ciò che riguarda i processi di gruppo infatti Lewin affermò che è molto più importante l'esistenza di una certa interdipendenza negli scopi dei membri che lo compongono: dove il comportamento del gruppo è tale che i risultati di ciascun membro hanno implicazioni per i risultati dei suoi compagni.

Tali implicazioni possono essere negative o positive: nell'interdipendenza negativa, conosciuta come competizione, il successo di un individuo è l'insuccesso di un altro; nel secondo caso il successo di un singolo facilita il successo degli altri, ad esempio in una squadra sportiva la bravura (o l'incapacità) di un giocatore ha conseguenze positive (o negative) per gli altri giocatori della stessa squadra.

In questi ultimi anni si è assistito ad un sempre maggiore interesse per i fattori psicologici che sarebbero responsabili del successo nello sport. In particolare gli allenatori di squadre sportive hanno riconosciuto sul campo come l'unità della squadra, e quindi la *coesione* interna dei suoi membri, sia un fattore fondamentale per il successo.

In questo capitolo verrà analizzata una componente fondamentale del gruppo, appunto, la coesione. Nella prima parte verrà fatto un excursus teorico sui tentativi di definizione di tale costrutto; nella seconda si considererà tale concetto all'interno della particolare tipologia di gruppi precedentemente illustrata in dettaglio al Cap. 2: i gruppi sportivi.

In ultimo verranno illustrati i principali metodi di misurazione della coesione.

3.1

PER UNA DEFINIZIONE DI COESIONE

Con il crescere dell'interesse per la psicologia di gruppo, il concetto di coesione ha assunto una particolare rilevanza.

Il termine “coesione” ha origine dal latino *cohaesus*, participio passato di *cohaerere*, tra i cui significati c'è quello di essere unito, congiunto, strettamente legato, connesso.

In un linguaggio comune quindi è sufficientemente chiaro cosa si intende parlando di gruppo coeso: è coeso quel gruppo capace di rimanere unito e a cui i suoi membri desiderano continuare ad appartenere.

Nello studio dei gruppi la coesione è la caratteristica che definisce il legame tra i membri; lo stesso Lewin, con cui fa la comparsa per la prima volta una “professionalità sui gruppi” che si fonda sulla complessità e reciprocità di rapporto tra individuo e gruppo, introducendo appunto la “dinamica di gruppo” come espressione per indicare le relazioni dinamiche che si osservano all'interno di un gruppo e che ne determinano il comportamento e l'evoluzione, mette in evidenza una serie di caratteri generali comuni a ogni gruppo tra cui anche la coesione.

Lewin con l'inserimento del termine *group cohesiveness* nella letteratura psicologica si riferiva anch'egli al legame che tiene insieme i componenti del gruppo distinguendo tra due categorie di processi del medesimo: da una parte quelli relativi al raggiungimento di scopi comuni e quindi rivolti verso quelle relazioni che si instaurano tra i membri per lo svolgimento di un compito; dall'altra la categoria relativa ai fenomeni capaci di influenzare la storia di un gruppo e i comportamenti dei suoi membri in direzioni anche indipendenti dai motivi razionali e dal compito che giustifica la relazione.

La coesione è uno dei costrutti che ha avuto un ruolo centrale negli studi riferiti al gruppo e alle sue dinamiche ed è stata considerata in un'ampia varietà di

gruppi quali, i gruppi di lavoro, i gruppi di studio, i gruppi-terapia e i gruppi sportivi, argomento che verrà approfondito nella seconda parte del presente capitolo.

Tuttavia, definire tale costrutto e misurarlo rimane una questione discutibile e controversa fin dal 1950.

Sempre in un'ottica lewiniana, Festinger, Schachter e Bach definirono la coesione come il campo totale delle forze che agiscono sui membri per farli rimanere nel gruppo (Schachter utilizzò il termine "cemento" per riferirsi a tali forze), individuando due componenti del campo di forze in azione: l'attrattiva del gruppo e la valenza positiva delle relazioni interpersonali al suo interno, e la capacità del gruppo di soddisfare i bisogni individuali dei membri.

Il più elementare dei fattori associati all'attrazione interpersonali è senza dubbio la prossimità fisica: la dimostrazione più classica degli effetti della vicinanza è costituita da una ricerca sulle reti amicali in una residenza studentesca (Festinger, Schachter e Back, 1950) in cui venne dimostrato che i gruppi amicali tendono a formarsi tra persone che abitano nello stesso blocco di appartamenti.

Tale impostazione fu criticata da Gross e Martin (1952) sulla base del fatto che Festinger e colleghi consideravano la coesione dal punto di vista degli individui che compongono il gruppo e perché considerano solo l'attrazione per il gruppo indicando l'amicizia come il fattore cruciale che la determina, piuttosto che partire dalla valutazione del gruppo nel suo insieme e dalle relazioni tra i membri.

Gross e Martin suggerirono una definizione alternativa, in termini di resistenza del gruppo alle forze disgreganti, di tendenza dei membri a restare insieme, uniti gli uni con gli altri.

Per il trentennio successivo le ricerche sulla coesione si basarono comunque sull'assunto secondo cui è coeso quel gruppo i cui membri si piacciono tra loro.

Questa equazione tra coesione e presenza di relazioni interpersonali positive risultava essere una soluzione troppo semplice anche se agevolava la vita dei ricercatori empirici. Tali definizioni vennero criticate da un altro studioso, Hogg che a distanza di alcuni decenni dal lavoro di Festinger tentò di ridefinire e concettualizzare la coesione in un'ottica multidimensionale.

Questo autore riteneva infatti che una tale semplificazione producesse una riduzione del gruppo a mera sommatoria di singole proprietà individuali e non a qualcosa di più e di diverso, e, limite ancora più grave, un gruppo può rimanere coeso anche quando i suoi membri non si piacciono o addirittura quando non si conoscono affatto, come ad esempio nel caso dei tifosi di una squadra.

A questo proposito Hogg definisce la coesione come attrazione dei membri all'idea del gruppo: un gruppo quindi è coeso nella misura in cui i suoi componenti si identificano con forza nelle sue caratteristiche e nei suoi ideali; egli identifica nella teoria dell'identità sociale di Tajfel (1981) e nella teoria della categorizzazione del sé di Turner *et al.* (1987), illustrate nel primo capitolo, due contributi importanti che permettono di distinguere sul continuum interpersonale-intergruppi l'attrazione personale (che si colloca vicino al comportamento interpersonale) dall'attrazione sociale (vicina al comportamento intergruppi).

Quest'ultima è esercitata dalle persone in funzione non delle loro caratteristiche individuali ma delle loro appartenenze di gruppo. Solo nel caso dell'attrazione sociale quindi, secondo Hogg, si può parlare di coesione, perché questa è un fenomeno riferito al gruppo.

Sostanzialmente è possibile categorizzare approssimativamente le molte definizioni date alla coesione di gruppo in due grandi classi.

Una classe di definizioni centrata principalmente su aspetti particolari del comportamento e dei processi di gruppo in cui il termine "coesione" si

riferisce a concetti come morale, stato d'animo, efficienza o spirito di gruppo in cui quindi si considera quest'ultimo come un soggetto unico e in cui vengono maggiormente considerata le relazioni intergruppi. L'attrazione interpersonale in tali formulazioni sarebbe implicita o comunque di secondaria importanza.

La seconda classe di definizioni si concentra esclusivamente sull'attrazione tra i membri e non viene fatta nessuna considerazione riguardo il comportamento o l'atmosfera di gruppo e l'interesse è rivolto soprattutto ai rapporti interpersonali.

La differenza tra queste classi di definizioni diventa chiara nel trattamento della relazione tra coesione e produttività, associazione ricorrente nelle ricerche empiriche sulla coesione.

La formulazione coesione-stato d'animo ritiene che se un gruppo coeso è caratterizzato da un buon stato d'animo e i membri di tale gruppo si piacciono l'un l'altro e stanno bene insieme ne consegue che maggiore è la coesione, maggiore sarà la produttività di tale gruppo.

Dalla seconda classe di definizioni (coesione-attrazione) nasce una considerazione diversa: maggiore è la coesione, maggiore è la forza del gruppo di influenzare i suoi membri, o meglio il tasso di coesione in questo caso agisce come rinforzo per i singoli membri nel raggiungimento degli obiettivi che il gruppo si propone.

Un'ulteriore spiegazione della coesione si basa sui processi di categorizzazione (Turner, 1987) che conduce a formulare due ipotesi.

In primo luogo, si può ipotizzare che la coesione sia il prodotto di una comune appartenenza di gruppo: le persone si piacciono perché appartengono allo stesso gruppo. Questa posizione si contrappone a quegli approcci secondo cui la coesione è il presupposto per la formazione di un gruppo: solo se le persone si piacciono tenderanno a unirsi e a formare un gruppo.

Sono stati eseguiti alcuni studi per verificare quale delle due posizioni sia maggiormente valida (Hogg, 1987) che sono giunti alla conclusione che entrambe le posizioni abbiano un fondo di verità: la prima può essere applicata a tutte le categorie sociali dove i fenomeni di coesione prescindono dai contatti faccia a faccia. La seconda mostra la sua validità nei piccoli gruppi in cui la comune appartenenza non viene decisa a priori, ad esempio in base al genere o alla razza, ma che nascono da amicizie e relazioni spontanee.

In secondo luogo, se la coesione dipende da un processo di categorizzazione, si può ipotizzare che essa non dipenda strettamente dai risultati ottenuti dal gruppo. Secondo un'ottica utilitaristica, infatti, si ritiene che un gruppo resterà unito finché svolge con successo i suoi compiti e raggiunge così i suoi obiettivi. Eventuali fallimenti avrebbero il risultato di mettere a rischio l'armonia interna al gruppo, favorendone la dissoluzione.

Invece, se la coesione dipende da un processo di categorizzazione, allora essa sarà indipendente dal successo o meno nell'esecuzione di compiti comuni.

Anzi è ipotizzabile che un fallimento porti in particolari circostanze ad un aumento dello spirito di gruppo e, quindi, ad un incremento della coesione.

Questa ipotesi è stata dimostrata da un esperimento di Turner e collaboratori del 1984.

Le difficoltà di definizione e di misurazione del costrutto "coesione" non ha trattenuto i ricercatori dall'impegno del suo studio e dalla ricerca delle sue cause e dei suoi effetti, ad esempio in una ricerca del 1961 Lott e Lott studiarono la relazione tra coesione, livello di comunicazione e conformità.

Le misurazioni delle tre variabili furono ottenute in uno studio sperimentale su 15 organizzazioni studentesche dell'Università del Kentucky e del Kentucky State College e fu verificato che sia il livello di comunicazione sia

l'atteggiamento di conformità subivano una variazione positiva con il grado di coesione.

La maggior parte delle ricerche però, fin dagli anni '50 e '60 come si è visto, studiarono la relazione tra coesione di gruppo e produttività/rendimento; dalle indagini risulta che in gruppi ad alta coesione il rendimento tende ad essere più alto, i membri tendono a partecipare più prontamente alla vita di gruppo, manifestano aggressività out-group, sentono un senso di sicurezza e influenzano e sono influenzati a stare in gruppo.

Anche Evans e Dion (1991) svolsero una meta-analisi di vari studi sulla relazione tra coesione di gruppo e performance, notando che tale relazione era moderatamente forte e in direzione positiva.

Altri ricercatori trovarono una correlazione positiva tra coesione in piccole aziende e il loro stato finanziario.

La coesione di gruppo, come è stato osservato, è anche un importante fattore curativo in terapia avendo un forte valore terapeutico nel favorire cambiamenti personali.

Dagli studi che hanno esaminato gli effetti della coesione sulla performance/rendimento hanno quindi trovato una relazione positiva e gradualmente la coesione fu riconosciuta come uno dei migliori fattori predittivi delle performance di gruppo.

Non a caso la maggior parte delle ricerche sulla coesione di gruppo in ambito sportivo come vedremo nella seconda parte del capitolo, hanno trovato che il successo della squadra, efficienza collettiva e la comunicazione nel gruppo sono connotati da una relazione positiva con le prestazioni.

Gli autori che più di ogni altro hanno indagato su quest'area di indagine sono stati Carron, Brawley e Widmeyer che prima di addentrarsi nello studio della coesione nell'ambito specifico dello sport hanno proposto una classificazione delle variabili generalmente considerate importanti per lo sviluppo della

coesione, individuando tre categorie: caratteristiche dei membri del gruppo, caratteristiche del gruppo e situazioni vissute dal gruppo.

Nelle caratteristiche dei membri del gruppo rientrano le somiglianze di personalità, gli atteggiamenti, il senso di responsabilità e impegno verso il gruppo, il background sociale, le prestazioni. la soddisfazione per la dimensione sociale del gruppo e per la dimensione legata al compito e la disponibilità a fare sacrifici per raggiungere lo scopo comune.

Le caratteristiche del gruppo comprendono la dimensione, la prossimità fisica e funzionale, le interazioni intergruppo, il consenso sulla gerarchia e sulla connotazione dei ruoli, la leadership democratica e centrata sul gruppo, la chiarezza e la condivisione degli scopi del gruppo e dei modi per raggiungerli, la struttura equa delle ricompense, l'atmosfera di gruppo, l'interdipendenza tra i ruoli e la loro chiarezza e la considerazione positiva delle prestazioni dei membri da parte del leader.

Per quel che riguarda le situazioni vissute dal gruppo, esse sono riferite a variabili quali la minaccia da parte di una forza esterna, la competizione intergruppi, un fallimento condiviso e il successo del gruppo.

Altri autori quali De Nicolò, Movilla, Segalini (1994) hanno raggruppato i determinanti della coesione in estrinseci, in cui rientrano ad esempio il controllo sociale e la dipendenza gerarchica; socio-operativi, tra cui l'interesse per gli obiettivi comuni e lo spirito di gruppo; in ultimo possiamo trovare i fattori socio-emotivi a cui appartengono la soddisfazione individuale, la leadership e la l'impegno personale. Questi stessi autori hanno anche individuato quattro cause disgreganti che influiscono negativamente sullo sviluppo della coesione in un gruppo e che la inibiscono: aggressioni interpersonali, abbandoni (defezioni), disorganizzazione e mancanza del senso di appartenenza.

Similmente a quanto proposto per gli antecedenti, Carron, Brawley e Widmeyer (1985) individuarono la seguente articolazione delle conseguenze della coesione:

- conseguenze per i membri, dove troviamo: aumento dell'autostima, del senso di sicurezza, della fiducia, della lealtà, dello sforzo per il raggiungimento degli obiettivi, nonché diminuzione dell'ansia, dell'assenteismo, della resistenza al cambiamento.
- Conseguenze per il gruppo: aumento dell'interazione, della comunicazione intergruppo, della conformità, della chiarezza e accettazione dei ruoli, del consenso sulla gerarchia e della connotazione dei ruoli nonché diminuzione del mantenimento del senso di appartenenza.
- Conseguenze per i prodotti del gruppo, come si è già potuto constatare l'attenzione è rivolta in particolare alla prestazione.

Essendo la coesione un processo dinamico e non una proprietà statica, sarebbe ragionevole considerare la continua interazione con le altre variabili che caratterizzano il gruppo, piuttosto che insistere su improbabili rapporti causa-effetto anche se come vedremo molte ricerche sulla coesione in squadre sportive rivolgono l'attenzione proprio su tale questione al fine di comprendere e spiegare le dinamiche interne, rendere le squadre più efficienti e migliorarne la prestazione.

3.2

LA COESIONE NEI GRUPPI SPORTIVI

Come precedentemente accennato, in questa seconda parte del capitolo verrà trattata la coesione all'interno di una specifica categoria di gruppi: il gruppo sportivo, di cui nel capitolo 2 ne sono state descritte le principali caratteristiche.

Si tenga presente, infatti, che l'attività sportiva è quasi esclusivamente organizzata sulla base di gruppi: società sportive, circoli sportivi, federazioni nazionali, gruppi sportivi scolastici, squadre...e tale struttura sociale ha un'influenza diretta e indiretta sui suoi membri.

Essendo, dunque, la squadra sportiva, definibile come tipo particolare di piccolo gruppo orientato al compito e alla prestazione, i cui membri sono interdipendenti, vogliono raggiungere un fine condiviso e sviluppano un'identità collettiva, secondo alcuni autori, tra cui il già citato Carron, la coesione è pertanto una delle caratteristiche fondamentali della compagine sportiva.

Sebbene le ricerche condotte in ambito sportivo abbiano indagato sulle stesse aree già analizzate in contesti non sportivi, le indagini si sono maggiormente concentrate su due specifiche dimensioni: la coesione e la leadership.

Nel primo caso l'accento è posto, come vedremo, soprattutto sulla relazione tra coesione e performance del team, mentre nel secondo si focalizza sul comportamento e sul ruolo dell'allenatore; in alcuni casi si avrà modo di osservare come le due dimensioni siano state oggetto delle medesime ricerche al fine di studiarne le connessioni.

La leadership è un problema che riguarda i rapporti interpersonali all'interno del gruppo; nello sport quando si parla di leadership, si pensa quasi esclusivamente all'allenatore della squadra, o all'istruttore del gruppo.

Per “comando” si intende invece non una semplice caratteristica legata a persone singole ma piuttosto un complesso di relazioni sociali che può essere definito come un processo comportamentale capace di indirizzare singoli individui e/o gruppi verso mete prefissate (Barrow, 1977).

La leadership è una relazione complessa che deve essere studiata relazionando il comportamento del leader con coloro che ne vengono influenzati.

Molte ricerche si sono concentrate sulla personalità del leader senza considerare il gruppo ed il contesto interno ad esso. Oggi si cerca di valutare sia gli aspetti legati alla personalità del leader sia le interazioni comportamentali evidenziabili all’interno del gruppo.

Uno dei primi autori a studiare in maniera completa i vari aspetti inerenti la leadership e a proporre un modello è stato Fiedler (1967); tale modello fu ampiamente discusso in psicologia dello sport ma alla fine non risultò molto conclusivo in quanto le variabili da esaminare risultarono di difficile interpretazione.

Ad oggi si può affermare che quella di Chelladurai, autore spesso al fianco di Carron nelle ricerche in ambito sportivo, è l’unica specifica ricerca sulla leadership.

Il modello di Chelladurai (1990) è l’unico che avvicina le relazioni tra atleti e tecnici, interagendo con la leadership e i fattori situazionali; in ogni caso la ricerca in questo ambiente è ancora poco usata, mentre passi più importanti sono stati fatti sullo sviluppo della coesione all’interno di team sportivi.

Le dinamiche all’interno dei gruppi, nello sport, sono molto più coinvolgenti che i semplici aspetti legati alla performance e quindi al successo o fallimento della squadra.

Le implicazioni psicologiche delle relazioni sociali e i processi interpersonali tra questi gruppi spingono ad analizzare più profondamente questi temi.

Negli ultimi anni e soprattutto con la nascita della Psicologia dello Sport, si è notato che gli allenatori di società molto importanti, dedicano molto tempo ai tentativi di miglioramento della comunicazione tra i componenti e della coesione del gruppo e chiunque viva quotidianamente il mondo dello sport è cosciente del fatto che la ricerca su quest'ultima, interessa molti tecnici al fine di far risultare vincente la squadra, ma non solo.

Naturalmente il primo interrogativo sulla coesione tra gli atleti di un team sportivo riguarda senza dubbio il come nasce e si manifesta; in ambito sociobiologico si è cercato di dare una risposta partendo dal presupposto che le dinamiche della vita di gruppo e della coesione negli animali possono essere paragonate a quanto accade nei gruppi umani.

È infatti possibile individuare, in particolare, alcune caratteristiche strutturali che si addicono alle squadre, come la prossimità fisica, la differenziazione dei ruoli e la suddivisione in sottogruppi (Plutchik, 1981).

La coesione di un qualsiasi gruppo è un processo dinamico e sul modo in cui essa si sviluppa al loro interno esistono tre principali spiegazioni basate su altrettanti modelli (due dei quali già visti nel capitolo 2); essi sono:

- a) modello lineare;
- b) modello pendolare;
- c) modello ciclico.

Il modello lineare prevede un aumento graduale e progressivo della coesione; l'ipotesi del pendolo propone un andamento oscillante tra coesione e conflitto interno; e infine, l'interpretazione ciclica basata sul ciclo della vita considera la coesione come una componente che aumenta col passare del tempo, giunge ad un picco massimo per poi diminuire fino a condurre la squadra al suo scioglimento (Carron, 1984; 1988).

Con uno specifico riferimento agli sport di squadra, Mazzali (1995) intende la coesione come una forza aggregante tra compagni e ribadisce che questo concetto non esprime né staticità né omogeneità.

In una squadra essa si manifesta attraverso diversi fattori a carattere affettivo, sociale e operativo.

In dettaglio si possono osservare disponibilità sociale, ovvero una disponibilità a dare senza ricevere e l'accettazione degli altri senza riserve per come sono; inoltre è presente uno scopo comune che evidenzia il confluire delle energie verso il raggiungimento di un obiettivo condiviso; una reciprocità nelle interazioni su cui si basa l'interdipendenza; un'esperienza comune a cui appartengono la disponibilità a gioire e soffrire insieme, il perdere e il vincere insieme, il tutto indipendentemente dalle diverse storie socioculturali individuali.

Trattandosi di sport si aggiunge ovviamente una buona dose di divertimento condiviso durante la fatica fisica dell'allenamento senza diminuire l'impegno. Da un'attenta analisi della letteratura sulla coesione, emerge che nei team sportivi, essa è legata a filo doppio con alcune variabili che rappresentano le caratteristiche e le esperienze comuni degli atleti come la dimensione del gruppo e la sua composizione, l'attribuzione causale, l'anticipata leadership ed in modo molto ampio la prestazione che ovviamente rappresenta un punto focale negli sport e in particolare in quelli di squadra.

Si cercherà a questo punto di effettuare un percorso attraverso gli studi che hanno messo tali caratteristiche in relazione con la coesione.

Un primo filone di ricerche si concentra sulle dimensioni gruppali e a questo proposito è utile introdurre un antecedente presente in ambito non sportivo: Steiner (1972) condusse molte indagini sul tema della produttività dei gruppi e formulò un modello teorico per spiegare come essa subisca variazioni in funzione delle dimensioni del gruppo. Secondo tale modello

aumentando il numero dei membri migliora anche la produttività, giunti ad un certo numero però l'ingresso di nuovi componenti non determina nessun incremento in quanto il gruppo possiede già le risorse necessarie per un'ottima prestazione.

Widmeyer e colleghi (Brawley e Carron, 1990) hanno esaminato la validità dell'approccio di Steiner in ambito sportivo e hanno evidenziato che la dimensione del gruppo influenza in modo diverso la coesione al compito e la coesione sociale (la differenza tra le due differenti tipologie di coesione verrà spiegata in dettaglio nella paragrafo dedicato al modello di Carron).

A tal proposito, nel loro lavoro, sono state studiate per un periodo di dieci settimane squadre di pallacanestro composte rispettivamente da tre, sei e nove giocatori. Le squadre composte da tre giocatori mostrarono livelli più elevati di coesione al compito, mentre quelle composte da nove ne evidenziarono i livelli più bassi.

La coesione sociale risultò più elevata nei gruppi composti da sei cestisti e più bassa nelle squadre di tre giocatori.

Gli autori commentarono questi risultati affermando che i piccoli gruppi sono ottimali per perseguire obiettivi centrati sul compito, su cui può essere indirizzato consenso e impegno, ma non troppo piccoli in quanto, essendo troppo impegnati al raggiungimento degli obiettivi o per il numero di persone interessanti con cui interagire, mostrano una scarsa coesione;

i gruppi leggermente numerosi favoriscono la coesione sociale, attraverso lo sviluppo di forti relazioni amicali e sociali; i gruppi troppo numerosi hanno invece la tendenza a favorire relazioni sociali positive all'interno di sottogruppi piuttosto che nella loro totalità.

Nel medesimo studio, gli autori ne misero in atto un altro, questa volta su squadre di pallavolo, in cui valutarono la dimensione "unità d'azione", dimensione riferita al numero di giocatori che effettivamente giocano la partita.

Furono giocate partite tre contro tre, sei contro sei e dodici contro dodici ed emerse che il livello di coesione così come il piacere del gioco, dell'essersi stancati insieme, di essersi organizzati e serviti di strategie era maggiore nel gruppo più piccolo e diminuiva progressivamente con l'aumento del numero dei giocatori.

Continuando sulla linea della dimensione gruppale, alcuni autori (Steiner, 1972; Hare, 1981) hanno fornito indicazioni su quale dovrebbe essere la dimensione ottimale di un gruppo di lavoro; in ambito sportivo questo tipo di variabile risulta meno rilevante e la spiegazione della scarsità d'indagini a tal proposito risiede nel fatto che nello sport, rispetto ad altri contesti, per questo tipo di analisi c'è una limitata applicabilità in quanto sono le regole delle diverse discipline sportive a determinare in larga parte le dimensioni dei team. Un'ulteriore aspetto collegato alle dimensioni dei gruppi sportivi è il fenomeno dell'inerzia sociale, esso è stato rilevato in diversi sport evidenziando che le squadre soffrono di cadute motivazionali e che tale riduzione è maggiore nei casi in cui gli individui percepiscono che il loro contributo non è ben identificabile, non proporzionale con quello dei compagni o addirittura non necessario al gruppo.

Tale fenomeno è stato messo in relazione al grado di coesione in un recente studio svolto in Norvegia agli inizi del nuovo millennio da alcuni autori (Hóigaard, Säfvenbom, Tønnessen, 2006) il cui scopo primario fu quello di esplorare il rapporto tra la coesione del gruppo e le norme dello stesso in relazione alla pigrizia sociale percepita.

I partecipanti erano 118 giocatori di calcio appartenenti a dodici diversi team della lega giovanile norvegese; la loro età spaziava dai quindici ai diciannove anni e i componenti per squadra andavano dai cinque ai diciotto con una media di 6,5.

I risultati di questo studio confermarono che sia la percezione delle norme concentrate sul compito sia la percezione di un sostegno sociale e quindi della coesione del team inibiva l'inerzia sociale.

In un altro studio Patterson e Carron (1997) esaminarono l'influenza che possono avere le norme sulla relazione tra coesione e prestazioni auto-segnalate. Dal campione, composto da 298 atleti (112 uomini; 186 donne) provenienti da 24 università, emerse che i componenti di team che percepivano di avere un alto tasso di coesione sociale e delle consistenti norme per l'interazione, riportavano le prestazioni migliori.

Contrariamente alle ipotesi, le peggiori performance riportate furono quelle di atleti di team caratterizzati anch'essi dalla percezione della presenza di norme per l'interazione ma al contrario dei primi, dalla percezione di una bassa coesione sociale.

Per quanto riguarda le norme e la coesione relativi al compito esse non risultarono relazionate con le performance individuali riportate.

L'interconnessione tra coesione di gruppo, norme e performance è molto complessa e ciò giustifica il perché della vastità di investigazioni effettuate nel tempo su questo argomento.

Come esposto all'inizio di questo paragrafo le aree maggiormente indagate nel contesto sportivo sono appunto la coesione e la leadership e spesso queste dimensioni sono state oggetto delle stesse ricerche allo scopo di indagarne i tipi di legami che possano esserci.

Se si prendono in considerazione le teorie di Martens-Peterson (1971) e Williams-Hacker (1982) che considerano la prestazione, la soddisfazione e la coesione legate in una relazione circolare che vede all'incrementare di una l'aumentare delle altre, allora si può essere d'accordo con altri due autori, Giovannini e Savoia (2002), i quali sostengono che anche la coesione può

essere influenzata dall'allenatore, che in una squadra sportiva, nella maggioranza dei casi, è la personificazione della leadership.

Chi allena una squadra, infatti, può influenzare il grado di coesione della stessa attraverso il suo stile decisionale, il suo rapporto con il gruppo nel suo insieme e con ogni singolo atleta, e, anche, tramite il suo comportamento nei confronti degli stessi giocatori.

Il fatto che i modi di agire dell'allenatore incidano sul grado di coesione della squadra non sembra strano, soprattutto se si considera che tra le funzioni di chi allena, ci siano anche quelle di creare e favorire la formazione di un gruppo (Antonelli e Salvini, 1987).

Se i comportamenti dell'allenatore sono importanti nel contribuire la coesione di una squadra, è probabile che lo siano, in particolar modo, in un team di adolescenti.

A tal proposito, del rapporto tra comportamento dell'allenatore e grado di coesione delle squadre in un contesto adolescenziale si sono occupati alcuni autori quali, Pease, Kozub (1994); Gardner, Shields, Bostrom (1996) con ricerche tese a mettere in relazione i risultati di due importanti questionari: il GEQ (Group Environment Questionnaire) che misura la percezione degli atleti sulla coesione di squadra, che verrà descritto dettagliatamente nella parte dedicata agli strumenti di misura per la coesione nonché utilizzato nella parte empirica del presente lavoro; il secondo questionario è la Leadership Scale for Sports-LSS di Chelladurai e Saleh (1978), che permette di verificare la percezione che hanno gli atleti del comportamento dell'allenatore. In particolare Westre e Weiss (1991), studiando un campione di 182 giocatori maschi di football tra i 14 e i 18 anni, hanno evidenziato come, in effetti, la coesione orientata al compito della squadra sia positivamente correlata a comportamenti dell'allenatore come cercare di migliorare le capacità degli

atleti, sostenerli da un punto di vista sociale e renderli partecipi delle decisioni da prendere.

Gardner e i suoi collaboratori (1996), tramite l'analisi delle risposte date da giocatori di baseball e softball di età compresa tra i 13 e i 19 anni, oltre a confermare le evidenze empiriche mostrate da Westre e Weiss hanno dimostrato che la coesione sociale di squadra correla positivamente col sostegno sociale fornito dall'allenatore agli atleti e che la coesione orientata al compito è negativamente correlata con un comportamento autocratico dello stesso allenatore.

Nell'ambiente sportivo adolescenziale, in cui lo sviluppo del giovane (sotto l'aspetto sia fisico che mentale) acquista un'importanza basilare, anche attraverso il rapporto con i coetanei, una situazione nella quale sia facile entrare in contatto con altre persone e nella quale ci si possa sentire a proprio agio, può effettivamente rappresentare un contesto adatto alla formazione di forti sentimenti di coesione tra i membri.

Da un'attenta analisi della letteratura si è potuto constatare come l'onda di ricerche sulla coesione riguarda soprattutto soggetti di entrambi i generi praticanti sport alquanto tradizionali, calcio, basket, hockey e pallamano; in alcuni sporadici casi però sono stati considerati sport meno classici come il nuoto (solitamente considerato uno sport individuale), la pallanuoto e la corsa, in un caso considerato quasi eccezionale sono stati studiati gli effetti della coesione sulle performance di teams di cheerleaders.

Così come per il tipo di sport si trovano rari episodi in cui vengono poste in relazione con la coesione variabili meno consuete rispetto a quelle finora illustrate: alcuni studi per esempio hanno avuto come oggetto la gelosia e il flow-state, una sorta di lieve stato ipnotico dato da un'estrema concentrazione pre-gara.

Nell'indagine sulla connessione tra il livello e il tipo di coesione in situazioni competitive e gli effetti che tali componenti possano avere sul flow-state si è giunti alla conclusione che esso esiste nelle squadre sportive e che l'interazione tra i componenti del team è importante nell'induzione e nel mantenimento di questo particolare stato.

Per quanto riguarda la gelosia invece, un filone di ricerche si è occupato sulla relazione che essa detiene con la coesione e sull'esistenza di eventuali ripercussioni sulle prestazioni.

In un recente studio di Kamphoff, Gill e Huddleston (2004) sono stati indagati i rapporti tra gelosia, coesione e soddisfazione tra atlete di una squadra di pallavolo.

Oltre a confermare l'esistenza della gelosia all'interno dei team sportivi, tale lavoro convalidò la relazione esistente tra le tre variabili e fornì le prime informazioni sulle differenze di genere e di sport nella gelosia e nella coesione. Queste embrionali scoperte risultano utili ai ricercatori che volessero esaminare in modo più approfondito la linea degli effetti che la gelosia potrebbe avere all'interno delle squadre sportive e ciò potrebbe essere d'aiuto ad allenatori e professionisti al fine di mantenere dinamiche positive nei propri team.

Nonostante l'esistenza di nuove ed originali strade da percorrere, i maggiori contributi sulla coesione in ambito sportivo restano comunque quelli relativi all'influenza che essa ha sulle prestazioni.

Gli stessi media, oggi, pongono l'accento sulla positività di una squadra coesa, nel momento della vittoria e al contempo si parla di dissenso e mancanza di coesione in caso di fallimenti agonistici.

In due studi effettuati da Martens e Peterson (1971; 1972) che hanno coinvolto 1200 giocatori di pallacanestro si è visto che i migliori risultati, sia in termini di vittorie che di successo, furono ottenuti da squadre definite coese.

Altri studi confermarono tale relazione positiva tra coesione e successo ancora per la pallacanestro (Nixon, 1977; Widmeyer e Martens, 1978), il football americano (Stodgill, 1963), baseball (Landers e Crum, 1971), pallavolo (Bird, 1977). Pur risultando queste scoperte attendibili e a sostegno del credo popolare sulla coesione di gruppo, altre ricerche ottennero risultati opposti (Fiedler, 1954; Landers e Lueschen, 1974; Melnick e Chemers, 1976). La prestazione della squadra è il risultato misurabile del modo in cui gli atleti lavorano insieme, ecco perché la ricerca la mette spesso in relazione con la coesione o in alcuni casi con il conflitto all'interno della squadra.

A riprova dell'esistenza di un legame tra coesione e prestazione è stata proposta da Carron, Widmeyer e Brawley (1993) una lista di 30 ricerche sull'argomento per varie discipline sportive, di cui il 80% individuano una relazione positiva tra le variabili, il 17% una relazione negativa e solo una non rileva alcun legame. Anche Meding (1989) fornì un elenco di ricerche da cui emerse il 75% a favore della relazione positiva tra coesione e prestazione. Dal momento che tali variabili non risultano sempre positivamente correlate (Greve, Whelan, Myers, 2000) è importante indagare in quali condizioni si verifica tale legame.

Landers e Lüschen (1974), riprendendo la distinzione di Steiner (1972, 1976) tra compiti divisibili e unitari, sostengono che il legame tra coesione e prestazione dipende dal tipo di compito.

Nel caso di compiti unitari non c'è alcuna forma di divisione del lavoro e l'assenza di interdipendenza tra gli atleti può portare ad un aumento della competizione interna, con conseguente riduzione della coesione, che si ripercuote positivamente sulle prestazioni individuali e sulla loro somma, cioè sulla prestazione collettiva, come accade ad esempio nelle squadre di nuoto.

Nelle discipline che prevedono la divisione dei compiti, come il calcio, la competizione interna e la mancanza di coesione sono in relazione inversa con la prestazione.

In accordo con questo punto di vista, alcuni autori (Carron, Chelladurai, 1979; Widmeyer, Williams, 1991) sostengono che nelle discipline interattive, caratterizzate da compiti divisibili, coesione e successo sono in relazione più stretta rispetto a quelle coattive in cui i compiti sono di carattere unitario.

L'idea che la struttura della squadra possa essere determinante per la relazione tra coesione e prestazione è condivisa anche da Bierhoff-Alfermann (1982), Heinemann (1990) e Hodge (1995).

A conclusione di ciò che è stato illustrato sulla prestazione, è degno di considerazione lo studio di Lenk (1966) che, nonostante risalga ormai a 40 anni fa, viene citato molto spesso nella letteratura sulla coesione in ambito sportivo e dimostra che non è sempre valida la tesi dominante, di impostazione funzionalista, secondo cui il gruppo coeso è, più produttivo del gruppo in cui sono presenti conflitti interni e la competizione intragruppo rappresenta un limite alla prestazione collettiva. Questo non significa che conflitto intragruppo e prestazione siano per forza correlati positivamente, ma soltanto che esiste la possibilità che le due variabili non siano in relazione inversa.

A questo proposito, Lenk cita due casi specifici riguardanti il mondo del canottaggio, il primo si riferisce all'otto della Repubblica Federale Tedesca che nel 1960, a Roma vinse le Olimpiadi nonostante grossi conflitti interni commentati addirittura dalla stampa: la squadra composta da due gruppi di atleti da quattro elementi, provenienti da due società e città differenti, si era formata su basi amichevoli tra i canottieri e i direttivi e nei due anni del team emersero sempre di più gli interessi societari soprattutto tra dirigenti tanto da mettere a repentaglio l'unità della squadra, che arrivò quasi alla dissoluzione,

ma i risultati non risentirono di queste diatribe, anzi con l'accentuarsi del conflitto, aumentò la prestazione.

Il secondo caso riguarda i campioni del mondo dell'otto nel canottaggio del 1962, la squadra era sempre quella Tedesca, ma questa volta gli atleti provenivano dalla medesima società: qui si delineò un sottogruppo, che esclude i compagni, in cui erano presenti i quattro atleti più forti, due dei quali inoltre in competizione per la leadership del team. La squadra non era in grado di evolversi e aveva bisogno di una guida esterna, ciò nonostante vinse il mondiale del 1962, migliorando ulteriormente i propri risultati.

Risulta evidente che dalle analisi dunque non si ottennero risultati del tutto chiarificatori e a tal proposito Carron cercò di superare questa problematica proponendo un modello, tuttora seguito, per l'analisi della coesione nelle squadre sportive, illustrato nel paragrafo a seguire.

Sicuramente ci sono stati progressi notevoli nella ricerca, ma tutt'oggi molto rimane da fare nel campo dello sport, infatti, numerosi sono stati gli studi sulla coesione così come sulla leadership, ma senza una possibile applicazione totale nel campo dello sport, anche in considerazione di tutte quelle variabili, sia relazionali che tecniche, che entrano in gioco nell'ambito sportivo.

3.2.1

Il modello di Carron

Molti autori, nei loro lavori, hanno utilizzato la definizione di Festinger, Schachter e Back (1963) secondo cui la coesione è il “campo totale di forze quale atto sui membri a rimanere nel gruppo”.

Ritenendola alquanto nebulosa Carron ne evidenzia un'altra in cui definisce la coesione come un processo dinamico tendente ad avvicinare i membri di un gruppo rimanendo uniti nel perseguimento delle mete e degli obiettivi.

Inoltre egli propone quest'utile strumento per comprendere le dinamiche della coesione all'interno di un team sportivo e per sistematizzarne le ricerche e le conoscenze acquisite.

Egli elabora questa originale proposta una prima volta da solo (Carron, 1988), e in un secondo momento in collaborazione con Widmeyer e Brawley nel 1992.

Questo modello parte dal presupposto che la coesione nelle squadre sportive può essere relativa al compito o ai rapporti sociali all'interno del gruppo e prevede quattro categorie di variabili, ordinate secondo una gerarchia, che contribuiscono al suo sviluppo.

L'ambiente rappresenta la categoria più generica, remota e meno importante mentre la squadra è il fattore più specifico, diretto e rilevante.

Osservandoli in dettaglio:

1) L'ambiente o situazione, in questo caso fa riferimento a caratteristiche situazionali, relative quindi al sistema organizzativo generale.

In un primo momento Carron fa rientrare al loro interno le responsabilità contrattuali e l'orientamento organizzativo: nel primo caso si tratta delle regole di appartenenza e degli obblighi contrattuali di professionisti e dilettanti; è soprattutto quest'ultimo fattore a differenziare la squadra dal gruppo sociale

perché nella maggior parte delle discipline sportive un atleta non può entrare o uscire dal team a suo piacimento.

Il secondo fattore, che si riferisce all'organizzazione e dunque al fatto che le squadre sono diverse tra loro per scopi, strategie, età, genere e ciò contribuisce in modo diretto o indiretto alla coesione sociale e a quella relativa al compito.

Successivamente Carron aggiunge al suo modello altre tre variabili ambientali, le pressioni normative, la prossimità fisica negli spogliatoi e sul campo che favorisce la comunicazione, l'amicizia e la coesione, e la dimensione del gruppo che come si è visto in precedenza incide sullo sviluppo della coesione.

2) Per quanto riguarda i fattori personali l'autore fa notare come, pur essendo difficile stilare una lista che le comprenda tutte, gli studi effettuati hanno insistito sulla somiglianza delle caratteristiche socio-demografiche, sulla soddisfazione e sulle motivazioni.

3) La terza categoria comprende tutti quei fattori legati alla figura del leader, lo stile decisionale, la relazione interpersonale con gli atleti individualmente e con la squadra nel suo insieme.

4) L'ultima categoria riguarda in modo specifico il team, di cui inizialmente Carron ha preso in considerazione principalmente l'orientamento del gruppo sulla norma, sulla longevità e stabilità della squadra, sul desiderio di successo collettivo, sulle capacità tecniche e sulla natura del compito,

successivamente ha concentrato la sua attenzione su cinque ulteriori fattori: successo e prestazione, frustrazione e minaccia dall'esterno, comunicazione e libero scambio di idee, permeabilità e struttura di gruppo della squadra.

Le categorie prese in considerazione da Carron non sono indipendenti tra loro, ma si collegano in una complessa realtà che può così favorire la coesione, grazie allo sviluppo tra atleti, di una struttura, di obiettivi comuni e motivazioni di gruppo.

A questo punto, si può concludere dicendo che la coesione favorisce alcuni fenomeni legati alla squadra nel suo insieme e ai singoli individui.

Per quanto riguarda il team Carron tiene presente prestazione, stabilità, interazione e comunicazione, deformazione dei giudizi a favore dell'ingroup, e giunge alle conclusioni secondo cui, tra coesione e prestazione, come messo in evidenza precedentemente, c'è una relazione complessa; la stabilità di una squadra si può dedurre osservando, l'assenteismo e la puntualità degli atleti o la resistenza del team verso forze disgreganti; interazione e comunicazione si trovano in relazione circolare con la coesione: se i membri di un team hanno la possibilità di interagire e comunicare tra loro di frequente, la squadra è più coesa, cosa che favorisce, a sua volta, interazione e comunicazione; la percezione che gli atleti hanno della loro squadra risente della coesione la quale favorisce la sopravvalutazione dell'ingroup.

Per quanto riguarda i singoli componenti che compongono la squadra, la coesione e la presenza di compagni che offrono supporto hanno un impatto anche sugli stati psicologici come l'autostima, l'apertura al cambiamento e la riduzione dell'ansia, sull'accettazione dei ruoli, sul rispetto delle norme e anche sulla soddisfazione personale. Inoltre la coesione sembra rendere il meccanismo di attribuzione meno egocentrico (Carron, 1988).

Il sistema concettuale di Carron per la coesione nella squadra sportiva si può riassumere graficamente come mostrato in figura.

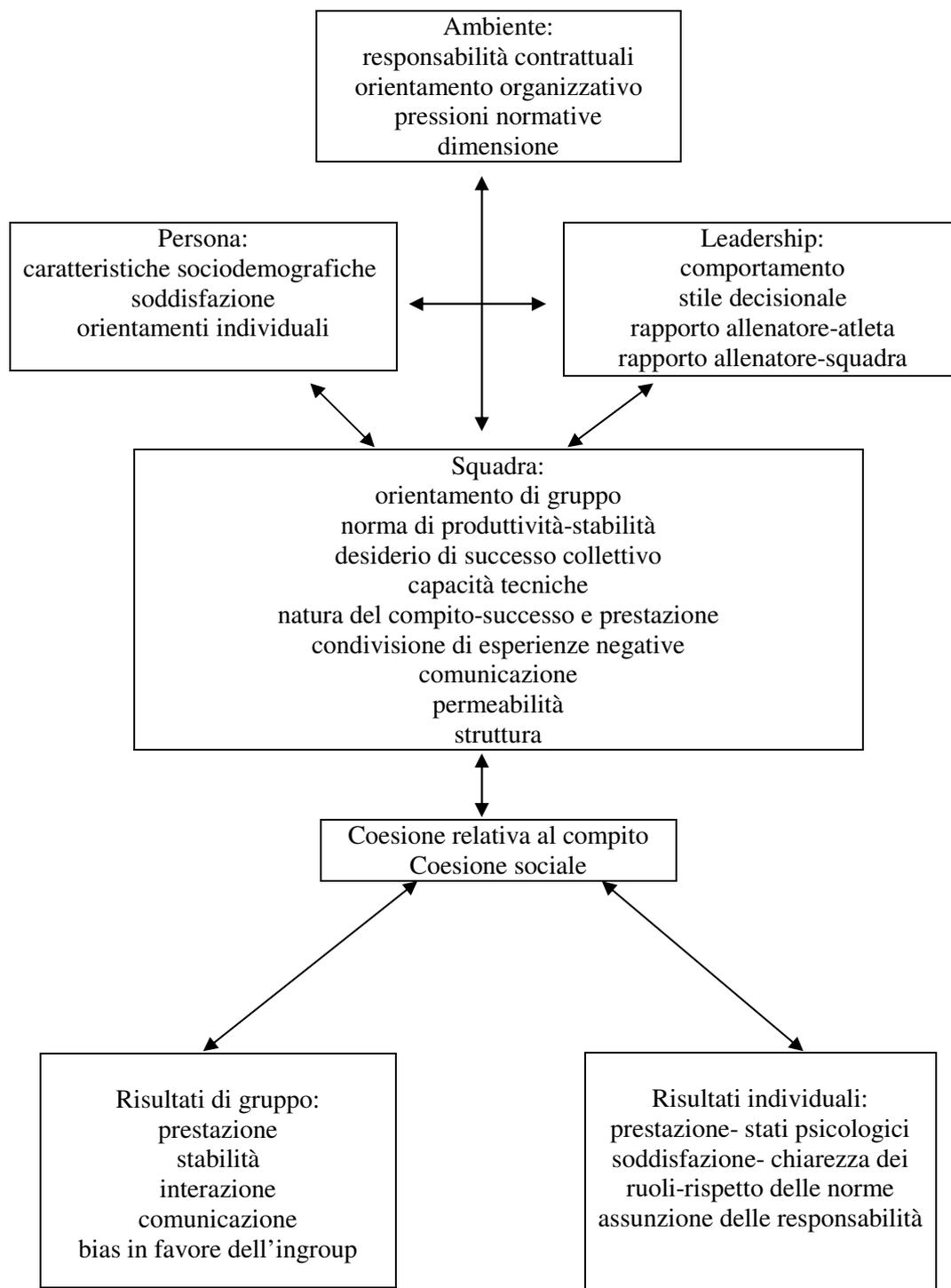


Fig. 3.2 Il sistema concettuale di Carron

In collaborazione con Widmeyer e Brawley, Carron elaborò un modello fondato sull'assunto che le credenze e le percezioni degli individui spieghino gli aspetti individuali e di gruppo della coesione.

Tali credenze e percezioni sono inserite in due categorie fondamentali e riguardano i modi in cui il gruppo resta unito nel perseguimento dei suoi obiettivi.

La prima categoria riguarda l'integrazione del gruppo e rappresenta le percezioni che i componenti hanno del gruppo nella sua totalità; la seconda riguarda l'attrazione individuale al gruppo e si riferisce a ciò che ha attratto inizialmente ogni singolo membro e a ciò che continua a tenerlo legato al gruppo. Infine, ognuna delle due categorie di attrazione è suddivisa in due componenti riguardanti gli aspetti sociali e quelli legati al compito.

Pertanto anche qui troviamo quattro dimensioni che si riferiscono all'integrazione di gruppo orientata al compito o al sociale e all'attrazione individuale orientata al compito e al sociale.

Gli autori asseriscono che, almeno dal punto di vista teorico, ognuna di queste dimensioni è sufficiente per spronare gli atleti a restare uniti e a non abbandonare il gruppo.

Dato che, comunque, si tratta di un processo dinamico queste quattro dimensioni partecipano a costruire il livello di coesione, con pesi diversi a seconda delle situazioni, delle caratteristiche dei singoli e del gruppo. Inoltre la loro influenza varia anche a seconda della fase di sviluppo in cui si trova il team così come previsto dai modelli lineare e del pendolo descritti in precedenza. Infatti, mentre in una fase iniziale in cui il team è impegnato in una funzione conoscitiva finalizzata alla nascita del cosiddetto spirito di squadra, è probabile che prevalga maggiormente un'integrazione del gruppo basata sull'orientamento sociale; in una fase di prestazione invece dovrebbe avere il sopravvento un'integrazione del gruppo basata sull'orientamento al

compito che consente agli atleti d'impegnarsi verso la meta sportiva comune. Gli individui, in sintesi, ritengono che il loro gruppo possa permettergli di soddisfare le loro necessità attraverso il raggiungimento delle mete collettive e, di conseguenza, l'essere a conoscenza di tale opportunità è uno dei coefficienti che rendono lusinghevole e allettante la partecipazione alle attività del gruppo e che ne promuovono l'integrazione.

Sulla base di questo modello, gli stessi autori hanno costruito il Group Environment Questionnaire per valutare la coesione all'interno dei gruppi sportivi, che verrà presentato nel paragrafo seguente.

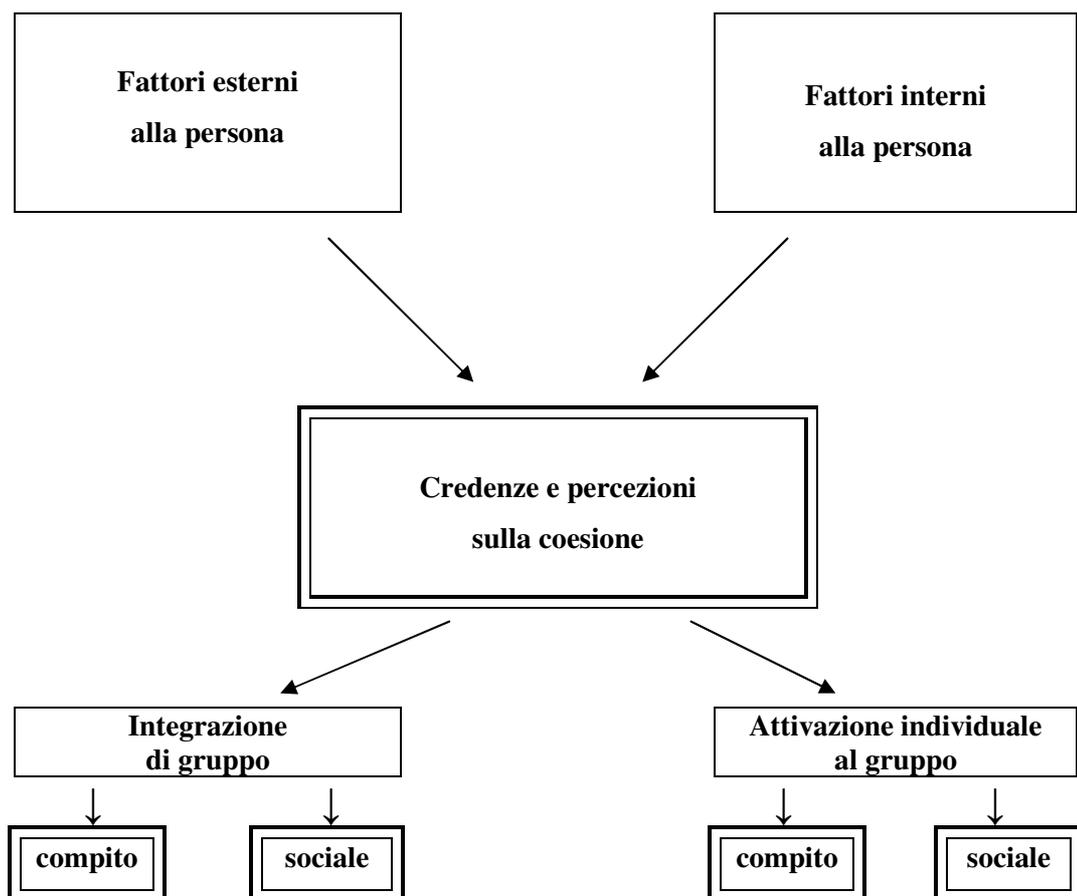


Fig. 3.3 Modello di coesione di gruppo di Brawley, Carron, Widmeyer (1992)

3.3

MISURARE LA COESIONE NEL TEAM SPORTIVO

L'analisi delle caratteristiche di un gruppo aiuta a comprendere meglio la sua natura, e anche in ambito sportivo dunque è utile individuare i punti di forza ed i margini di miglioramento di tale tipologia di gruppo.

Se esistono dei problemi che intralciano l'efficacia o la qualità della vita del team, queste possono essere a carico di una delle sue caratteristiche o dipendere da una discrepanza tra alcune di queste.

La coesione come visto finora, è una dimensione tipica del funzionamento del gruppo e come tutti gli oggetti di studio, è importante disporre nello sport di una misura accurata in grado di analizzare effettivamente la variabile in questione.

Prima di illustrare i diversi mezzi messi a punto finora che hanno portato dopo un lungo lavoro di selezione a considerare il GEQ come strumento maggiormente valido ed efficace, è utile ed interessante fare un passo indietro per incontrare Levy Moreno (1953).

Moreno, è lo studioso che nel 1943 mise a punto i primi embrionali strumenti, per misurare le varianti della coesione, chiamati sociogrammi, utili ad allenatori e psicologi per comprendere nel miglior modo il gruppo.

I sociogrammi forniscono una sorta di fotografia delle relazioni all'interno del gruppo che ovviamente può rilevarsi un indicatore di strategia molto efficace; essi fanno parte di un concezione molto più ampia: la sociometria.

Essa, secondo Moreno, insieme allo psicodramma e alla psicoterapia di gruppo, rappresenta uno dei vertici di un lavoro triadico di trasformazione dei gruppi e nella sua proposta, diventa uno studio matematico delle caratteristiche psicologiche delle genti, una tecnica sperimentale basate su metodi quantitativi, una scienza delle relazioni interpersonali dove le idee dell'autore percorrono gli studi psicoanalitici sull'intersoggettività.

Moreno identifica nell'incontro a due persone la più piccola unità relazionale, il più semplice atomo sociale su cui costituire scientificamente un processo affettivo e comunicativo nello sviluppo dei riscaldamenti, "warming up", dei gruppi. Questo incontro, può cementare l'integrazioni in atomi sociali sempre più complessi e prevenire lo sviluppo di contrapposizioni e conflitti tra gruppi e sottogruppi. Questi sono strumenti efficaci sia nei gruppi di formazione sia nei gruppi di elaborazione dei conflitti interculturali fino anche nei confronti delle etnie.

Per la sociometria la società umana non è una funzione della mente, ma una forza reale governata da leggi e da un ordine che le sono propri e che si differenziano in modo radicale dalle leggi e dall'ordine alla base di altri aspetti dell'universo. Si sono dovuti quindi inventare dei metodi, detti sociometrici, per esplorare e descrivere il dominio sociale.

In particolare, il test sociometrico che, come si è detto, funge da illustrazione delle relazioni interpersonali, è uno strumento che serve a misurare il grado di organizzazione che appare nei gruppi sociali; esso consiste nel chiedere al soggetto di scegliere, nel gruppo cui appartiene o potrebbe appartenere, gli individui che vorrebbe avere per compagni e studia le strutture sociali alla luce delle attrazioni e delle repulsioni che si manifestano in seno ad un gruppo. Questo test è stato messo a punto per lo studio di gruppi familiari, di lavoro e scolastici e ha permesso di determinare la posizione di ogni individuo in uno dei gruppi in cui esercita un ruolo, ad esempio in quelli in cui vive o lavora. Alla luce di quanto detto, il test sociometrico può considerarsi un antecedente degli strumenti più specifici successivamente elaborati da altri studiosi e di cui ora verranno descritte le peculiarità.

Il primo strumento messo a punto nel 1972 è quello di Martens, Landers e Loy e si tratta dello Sport Cohesiveness Questionnaire (SCQ), un questionario formato da sette item, riguardanti tre dimensioni della coesione:

- a) le relazioni tra l'individuo e gli altri atleti della squadra;
- b) le relazioni tra l'individuo e la squadra considerata nella sua totalità;
- c) la valutazione della squadra.

All'opinione di Carron però, il questionario, concentrandosi principalmente sull'attrazione degli atleti e della squadra, risulta fondamentalmente una misura unidimensionale dell'attrazione e del livello di piacere di stare insieme provato dagli atleti e ignora la coesione relativa allo svolgimento del compito.

Nonostante il largo impiego in vari studi sulla coesione nello sport e l'indubbia importanza per il progresso della ricerca, ha un grosso limite: non ci sono test che ne documentino la consistenza interna, l'attendibilità e la validità (Carron, 1988; Harahan, Gallois, 1993).

Successivamente, due gruppi di studiosi, sviluppano nello stesso periodo ma in modo indipendente degli strumenti per misurare la coesione nel contesto sportivo. Di questi due approcci, uno parte dai dati, data-driven, per costruire una teoria e seguendo un approccio induttivo, si prendono gli item ritenuti adeguati alla misura del concetto, si sottopongono ad un campione e poi si analizzano i risultati, per selezionare gli item significativi e definire meglio il costrutto.

Il secondo approccio, di tipo deduttivo, viceversa procede dalla definizione di una base teorica alla raccolta dei dati (theory-driven) e quindi sviluppa prima un modello concettuale a partire dal quale individua la batteria iniziale di item che da un'analisi statistica dei dati ottenuti somministrandoli ad un campione vengono poi revisionati.

Nel 1984, per quanto riguarda il metodo induttivo, Yukelson, Weinberg e Jackson sviluppano il loro Multidimensional Sport Cohesion Instrument (MSCI) facendo riferimento a fattori collegati sia al raggiungimento degli obiettivi comuni sia al mantenimento di buoni rapporti interpersonali.

Essi identificano quattro fattori della coesione (qualità del lavoro di gruppo, attrazione verso il gruppo, unità di propositi e apprezzamento dei ruoli) delineando un approccio multidimensionale della coesione nello sport e riducendo gli iniziali 41 item a 22.

All' MSCI vanno certamente riconosciuti consistenza interna, attendibilità e validità nonché l'ideazione di un approccio multidimensionale allo studio della coesione ma gli sono state comunque mosse delle critiche che riguardano principalmente la definizione operativa di Yukelson *et al.* in quanto mette insieme antecedenti e conseguenze della coesione con item che vogliono misurare il concetto stesso.

Inoltre questo strumento è stato composto in modo specifico per la pallacanestro e non dà garanzie sulla possibilità della sua applicazione ad altre discipline sportive.

Negli stessi anni dell'elaborazione dell'MSCI viene messo a punto da Carron, Widmeyer e Brawley il Group Environment Questionnaire (GEQ), partendo da un modello concettuale come base teorica, in base al modello descritto in precedenza, il GEQ prevede la possibilità di misurare la coesione della squadra sportiva a partire dalle percezioni dei membri secondo i quattro costrutti che si suppongono correlati tra loro.

La tabella sottostante le definisce in dettaglio:

Costrutti per la percezione della coesione nella squadra sportiv	
Attrazione verso il gruppo/sociale (AG-S)	Percezioni individuali dei membri in merito al proprio coinvolgimento nella squadra e all'interazione sociale con essa
Attrazione verso il gruppo/compito (AG-C)	Percezioni individuali dei membri in merito al proprio coinvolgimento nello svolgimento del compito, nella prestazione e nel raggiungimento degli scopi comuni della squadra
Integrazione di gruppo/sociale (IG-S)	Percezioni individuali dei membri in merito al grado in cui la squadra presa nel suo insieme è unita, simile e compatta per quanto riguarda i rapporti sociali interni al gruppo
Integrazione di gruppo/compito (IG-C)	Percezioni individuali dei membri in merito al grado in cui la squadra presa nel suo insieme è unita, simile e compatta per quanto riguarda lo svolgimento del compito e il raggiungimento degli scopi comuni

La versione attualmente in uso del GEQ è l'esito di un lungo lavoro di selezione e riformulazione degli item da parte degli stessi autori, i quali dopo aver effettuato numerosi test per verificarne la validità e l'attendibilità, sono giunti alla conclusione che il loro strumento è valido, attendibile e multidimensionale per valutare la coesione all'interno di una squadra sportiva; conclusione confermata anche da altri autori quali, Hanrahan, Gallois (1993) e Terry *et Al.* (2000) che in un loro studio sul legame tra umore e coesione nei team sportivi hanno evidenziato tre ragioni a sostegno della scelta del GEQ. In prima istanza, esso dispone di una forte base teorica; secondo, la ricerca ne ha confermato la validità psicométrica e, infine, si tratta della misura più diffusa per lo studio della coesione in ambito sportivo.

CAPITOLO 4

IL BALLO COME FENOMENO SOCIALE: dai RITI alla DANZA SPORTIVA

Scuole di ballo in aumento, manifestazioni a livello mondiale, locali da ballo che nascono con rapidità fulminante e persino trasmissioni televisive, l'interesse per il fenomeno del ballo sembra moltiplicarsi a macchia d'olio. Chi, direttamente o indirettamente non è mai venuto a contatto con questo mondo così magico e particolare?

I bambini alla scuola d'infanzia imparano le loro prime canzoni mimandone le parole; le grandi feste sono caratterizzate da balli caratteristici, si pensi al Gran Ballo delle Debuttanti, giovani fanciulle fanno il loro ingresso in società a ritmo di Valzer; sulle spiagge spopolano gli ormai famosi balli di gruppo che già dalla nomenclatura ne evidenziano la loro caratteristica socializzante. Definibile come atto liberatorio e creativo, piacere primordiale che coinvolge intensamente il corpo e lo spirito ma soprattutto canale privilegiato per comunicare sentimenti e stati d'animo, per scaricare la tensione e non ultimo ovviamente per socializzare e conoscere nuova gente, il ballo non è solo un'attività fisica o un divertimento, ma è un bisogno innato dell'uomo che scaturisce spontaneamente fin dai primi passi e che non si esaurisce mai. Questo fenomeno, rispetto ad altre attività fisiche come possono essere ad esempio gli esercizi che si svolgono nella sala pesi di una palestra, non è un'attività monotona e ripetitiva ma è creativa e fantasiosa, anzi proprio quest'ultima è una delle sue componenti fondamentali, unita, nella sua versione moderna ad una certa dose di razionalità richiesta dalla necessità di imparare passi e coreografie, di seguire il ritmo e inoltre, come disciplina richiede il

rispetto di alcune regole, pur sempre però, lasciando spazio alla propria libera interpretazione.

Utilizzando il termine disciplina si capisce come in questo contesto si affronterà il tema del ballo non solo come fenomeno divertente e socializzante che può far capire quanto sia forte il bisogno di identità sociale, di riconoscersi in un gruppo di appartenenza, come reazione al senso di disgregazione sociale e culturale caratteristico della nostra epoca e a quanto sia utile al fine di combattere le sensazioni di isolamento e solitudine tipiche ad esempio della terza età, dato che si può tranquillamente affermare che il ballo nelle sue differenti forme non ha limiti di età.

In questo lavoro tale attività verrà considerata soprattutto come disciplina sportiva e a tal proposito verrà effettuato un percorso nella storia del ballo, dalla sua comparsa nella vita dell'uomo fino alla nascita della cosiddetta Danza Sportiva, oggetto della ricerca finale.

4.1

UNA STORIA VECCHIA COME IL MONDO

La storia della danza è una disciplina vastissima, non solo perché esistono molte forme di danza, ma anche perché come arte del corpo in movimento essa è l'unica arte che si svolge contemporaneamente nel tempo e nello spazio.

A livello linguistico il termine italiano “danza”, così come il francese “danse” e il tedesco “tanz”, derivano dalla radice sanscrita “tan” che è associata al concetto di “gioia”.

Al giorno d'oggi il ballo è una delle attività del tempo libero più diffuse, redditizie e in costante aumento, ad esempio, è stato calcolato che in Italia la spesa per questa disciplina nei decenni dal 1950 al 1990 è passata da 6 miliardi nel primo decennio, a 227 miliardi negli anni Settanta, a 616 miliardi negli anni Novanta e attualmente l'imponente fenomeno del ballo interessa oltre 7.000 locali pubblici, circa 6 milioni di appassionati, oltre 3 miliardi di Euro di fatturato all'anno (7 mila miliardi di vecchie lire), 60.000 competitori amatori FIDS, 45.000 competitori nel settore promozionale non Federale, 7.000 maestri diplomati iscritti alla federazione professionisti, 1300 manifestazioni agonistiche federali all'anno ed inoltre attraversa tutti gli strati sociali ed economici della società contemporanea.

Prima di tutto questo però è bene fare un passo indietro, in quanto la danza come disciplina sportiva a cui si riferiscono questi dati è una versione assai moderna di un qualcosa che è insito nell'uomo fin dall'antichità.

La danza ha origine con le attività espressive dell'individuo, ad esempio come rituale propiziatorio e iniziatico, essa esprime il bisogno dell'uomo di comunicare, attraverso il movimento le proprie emozioni, i propri vissuti, le proprie esperienze, per esorcizzare le proprie paure e per socializzare, si

potrebbe dire che , già nell'antichità rappresentasse un elemento di coesione grupitale, infatti, si danzava soprattutto ingruppo, in cerchio intorno al fuoco. Per quanto riguarda le origini della danza, si ipotizza addirittura un'analogia di comportamenti tra i primi uomini e gli scimpanzè che hanno l'abitudine di danzare in circolo attorno ad un punto fisso del terreno.

Le prime danze di forma compiuta la cui prima testimonianza ci è data dalle pitture rupestri rinvenute nelle regioni francese e spagnola risalgono al Paleolitico ed erano eseguite da gruppi di adulti che si disponevano appunto in cerchio; erano danze tematiche, in quanto legate, da un lato, ai temi della fertilità, della vita e della morte, dall'altro ai misteri astrali.

Per quanto riguarda la danza che fa parte dei riti che assicurano la fertilità della natura e la caduta della pioggia, i motivi e le forme che la caratterizzavano, erano innumerevoli: un esempio è la danza circolare, del gruppo e di un singolo, intorno ad un mucchio di canne da zucchero o di altri prodotti di cui si desiderava la raccolta.

Le danze di carattere collegate alle stelle, solari e lunari, nascono nell'intento di garantire la regolarità dei fenomeni celesti e di assicurare quindi la continuazione della vita sulla terra. Attraverso di esse si tentava di conservare l'ordinamento del cielo, imitandolo mediante i movimenti.

Per i popoli cacciatori, invece, estremamente importanti erano le danze di imitazione animale che avevano lo scopo di assicurarsi il controllo sull'animale prescelto e il favore nella caccia, attirando la preda attraverso la danza.

Gli esecutori, spesso camuffati con maschere e travestimenti imitavano nel loro comportamento i caratteri distintivi dell'animale prescelto, il suo modo di muoversi, di mangiare o di emettere versi.

Se prima della spedizione si eseguivano danze di propiziazione, dopo la cattura e l'uccisione si compivano particolari riti con altre differenti tipologie di movimenti.

Più frequentemente quest'attività era eseguita dagli uomini, ma in casi particolari, come ad esempio in caso di guerra, la danza era eseguita dalle donne e dalle fanciulle rimaste a casa per propiziare la spedizione degli uomini. Alla danza era attribuito anche un profondo valore religioso, tramite di essa si riteneva di potersi mettere in contatto con gli dei e di comunicare con essi e con le forze superiori: un esempio di tali danze legate alla sfera religiosa sono i balli cubani che nascevano dalle azioni di vita quotidiane.

Una terza tipologia, è quella delle danze dei “riti di passaggio” ovvero quelle situazioni critiche che un individuo affronta e che segnano il passaggio da una condizione ad un'altra, quali la nascita, la pubertà, le nozze o la morte, questi momenti di passaggio erano sottolineati da riti danzanti, musica e abbigliamento particolari.

Anche la malattia rappresenta un momento critico, sia per il malato che per la collettività, qui, la danza e la musica si configuravano come vere e proprie terapie che permettevano al malato di reagire alla sua malattia, di accettarla e di convivere con essa e di non essere isolato dal resto della comunità, tale genere si può sicuramente considerare l'antecedente della cosiddetta danzaterapia dei giorni nostri.

Il caso della danza come terapia è l'esempio più eclatante di come la danza e la musica non erano, presso le popolazioni primitive, solamente semplici divertimenti, ma svolgevano un ruolo rilevante in tutti i momenti della loro vita.

Un problema importantissimo relativo alle danze delle origini è l'accompagnamento ritmico, che noi moderni diamo per scontato quando pensiamo all'azione del ballare. Senonchè, il parallelismo tra musica e danza è una conquista che possiamo considerare solo successivamente alla preistoria. Il modo più naturale di segnare il tempo è stato ovunque il battere i piedi a terra, oppure il battere le mani, o il percuotere con esse parti specifiche del

corpo; dopo di che, l'uomo ha prodotto suoni vari con oggetti naturali o manufatti.

Il passaggio dal ritmo alla melodia come accompagnamento della danza non è stato di breve intervallo: la costruzione di una breve melodia, sia pure di tipo elementare, va oltre la percezione istintuale e proprio in quanto elaborazione della mente essa è apparsa tardi, precisamente presso le tribù dell'Indonesia che già avevano una cultura contadina.

Durante il Neolitico, con l'età del metallo e con la divisione in classi di padroni e contadini, la danza esplose in una varietà di forme che si ispirano questa volta al rapporto maschio-femmina.

Alla civiltà padronale appartengono le danze lascive: l'esempio più significativo di tale stadio è la danza del ventre che trova giustificazione nella pretesa di esibizione artistica.

La danza del ventre si può considerare infatti come la prima forma di danza spettacolo e rappresenta l'inizio di una nuova civiltà che si basa su concetti di professionismo ed esibizioni a pagamento.

Ne deriva che la danza si è arricchita col tempo di quei valori estetici e culturali che l'hanno trasformata in arte sublime.

Tornando all'accompagnamento musicale e andando avanti nel tempo, l'Egitto ha un ruolo importantissimo nella storia della danza in quanto sono stati proprio gli Egizi i primi ad aver introdotto la misura del ritmo.

Nel corso di oltre due millenni, la civiltà egizia ha elaborato varie finalizzazioni della danza, fino a farne un'arte codificata: essa è stata vissuta da questo popolo in una forma molto partecipativa, accompagnava il culto, senza tuttavia annullarsi in esso e in un certo senso la danza faceva parte delle tecniche di gestione del potere. L'intero universo egiziano girava attorno alla danza, erano danzanti gli dei, i sovrani, i sacerdoti; le più grandi ricorrenze pubbliche e i più importanti avvenimenti politici e

militari erano vissuti e sottolineati, secondo le strategie dei regnanti, dalle danze di popolo.

I faraoni favorivano le danze perché esse rappresentavano un elemento di attrazione delle masse verso le manifestazioni politico religiose che servivano ad affermare il loro potere.

Durante il primo millennio avanti Cristo, l'Egitto consegnò alle civiltà successive le acquisizioni coreiche della fase più matura.

L'arte figurativa egizia ci ha tramandato i cori femminili che usavano i battiti delle mani per segnare il ritmo delle danze. Sulla base dei ritmi scanditi in tal modo, si componevano figure di danza che coinvolgevano danzatori e danzatrici in un disegno unitario di dinamiche armonie: non è sbagliato parlare di coreografie vere e proprie, ci si allontana dallo spontaneismo delle origini mentre si creano le premesse per uno studio sistematico delle potenzialità del corpo umano in relazione all'azione motoria correlata alla musica.

Arrivando ai greci osserviamo che in Grecia la danza costituiva una delle attività più importanti per l'armonioso sviluppo dell'individuo e per la coesione dell'intera società. Per essi il danzare comprendeva molti diversi tipi di attività basate su movimenti ritmicamente ordinati: l'addestramento militare, la lotta, la ginnastica, i giochi infantili ecc.

L'iconografia mostra le baccanti impegnate nella danza con la testa e le braccia rovesciate all'indietro o con la schiena e il busto flessi e in torsione.

Molti filosofi dell'antica Grecia si sono interessati alla danza: Platone parla della danza nelle Leggi e nella Repubblica (IV sec. a. C.) e ritiene che la danza ha origine dal desiderio spontaneo del corpo dei giovani di muoversi; quest'istinto è tipico anche degli animali, ma solo nell'uomo assume una forma ordinata e consapevole, grazie al ritmo e all'armonia, principi costitutivi della danza.

A Roma nacque la “pantomima”: un solo attore-danzatore mimava una vicenda ricavata dai temi della tragedia greca, tramite la recitazione ben presto tale ballo degenerò divenendo volgare e contro i danzatori e i pantomimi si scagliò ben presto la Chiesa cristiana e tale schieramento durò per tutto l’Alto Medioevo sino al XII-XIII sec., le uniche testimonianze sulla danza sono costituite dalle numerose condanne e scomuniche della Chiesa. Ciò non significa che durante il Medioevo non si ballasse, o che la danza non rivestisse un ruolo e una funzione rilevante nella società del tempo.

Nel XIV secolo, la danza inizia a diventare oggetto delle descrizioni di letterati e poeti, i trattati del XV secolo rivelano intenti sia pratici che teorici, nel XVI invece il ballo è sempre più un evento pubblico e si avvia alla professionalizzazione.

Facendo un salto in avanti si arriva in un altro periodo storico in cui la danza ha avuto dei notevoli cambiamenti, nel Diciottesimo secolo infatti si sviluppò la necessità di dare alla coreografia un soggetto, una storia da mostrare agli spettatori, infatti in questo periodo la danza ha già assunto la sua forma di spettacolo.

Con l’avvento dell’Illuminismo le danzatrici, che avevano imparato il mestiere nelle Accademie e che divennero più ricercate dei colleghi danzatori, la danza cominciò ad espandersi un po’ ovunque spostandosi nei luoghi di ritrovo pubblici e conquistando borghesi ed intellettuali.

In questo periodo sorgono anche i primi trattati di danza con Raoul Auger Feuillet che pubblicò “Choreographie e l’ Art de décrire la Danse” nel 1700 e nel 1760 con Jean Georges Noverre che pubblicò il trattato “Lettere sulla danza” nel quale invocava l’unità di danza, musica e scenografia e l’eliminazione delle danze per proprio piacere.

Si arriva così all'Ottocento, che fu il secolo della "ballettomania", ovvero la nascita del balletto classico che spopolava soprattutto in Russia dove ballerini e ballerine diventarono veri e propri idoli.

Nel 1830 ebbe inizio anche il balletto romantico in un'epoca in cui la tecnica della danza si era ormai consolidata ed era giunta al perfezionamento del suo stile; in questo periodo impazziva il Valzer ballo tradizionale che ad oggi fa parte anch'esso, come vedremo, della Danza Sportiva, il primo balletto nel quale si eseguì un Valzer fu la "Dansomania" di Pierre Gardel (1800), quindi non più una danza dove i ballerini si tenevano per mano ma una danza che impegnava e coinvolgeva la coppia, ma non solo, il Valzer rappresenta una vera e propria rivoluzione nelle abitudini, nei costumi e nella cultura dei popoli che attraversò tutti gli strati sociali e le nazioni.

L'Ottocento fu anche il secolo delle prime grandi scuole di ballo e soprattutto delle sale da ballo che ad oggi rappresentano ancora luoghi di grande valore sociale.

Il XIX secolo rappresenta dunque il trionfo della danza di coppia, mentre la danza collettiva, di gruppo, perde importanza ma come vedremo tornerà ad assumerne nel secolo successivo fino a diventare Disciplina Sportiva e oggetto d'indagine del presente lavoro.

Il secolo successivo è quello in cui la danza viene sottoposta ad un'attenta indagine ed un profondo ripensamento. Se si esamina il progredire, col passare del tempo, delle idee sull'uomo e sulle sue possibilità di comunicazione ed espressione attraverso il movimento, emergono le peculiarità del ballo come esperienza sociale e di partecipazione rituale collettiva, come evento artistico e realtà spettacolare.

4.2

PERCHE' BALLIAMO?

Come si è potuto constatare, in ogni società e periodo storico il ballo è sempre stato una manifestazione fondamentale della vita e della cultura ed ha subito delle modifiche, così le hanno subite i luoghi ad esso deputati. Sicuramente nell'antichità si ballava all'aperto ma col progredire dell'organizzazione sociale, determinati luoghi vennero riservati a tale attività. Per esempio, nei ghetti ebraici vi erano delle stanze che per quanto cupe e poco accoglienti, in occasione di festeggiamenti erano adibite ai balli con la continua sorveglianza dei rabbini. La stessa funzione di controllo da parte della comunità ma anche di coesione e di identificazione sociale, la svolgevano i saloni delle grandi corti europee e le sale da ballo dei lussuosi palazzi che nacquero con i grandi mutamenti introdotti dalla rivoluzione francese.

I locali da divertimento, più intimi e con finalità più trasgressive, nascono invece agli inizi del XX secolo a Parigi, quando esattamente nel 1904, viene aperto il Bel Tabarin (dal nome di un'antica maschera), la moda di questi locali si diffonde rapidamente sia in Europa che negli Stati Uniti.

In Italia la tradizione del ballo come pratica diffusa e spontanea è sempre stata appannaggio delle classi popolari, mentre la cultura borghese ha riservato meno attenzione a questo tipo di intrattenimento in quanto tale. Era visto piuttosto come contesto strumentale per conoscere persone di sesso opposto e per sistemarsi socialmente.

Oggi giorno, essendo una disciplina sportiva, ha assunto altre funzioni.

Ci si può dunque domandare come mai tale pratica sia così importante e duratura tanto da diventare una pratica sportiva a tutti gli effetti.

È inevitabile proporre come prima risposta la figura retorica del "ballo come metafora della vita" cioè come modo per riprodurre, simbolizzare, significare

vari aspetti e i diversi momenti della vita dell'individuo e delle comunità: amore, successo, vittoria, nascita, morte, iniziazioni...

Ballare, quindi, sarebbe una manifestazione intrinseca al processo evolucionistico, dalle forme più elementari della specie fino alla costituzione storica della società e della cultura umana.

Il ballo come unione tra il mondo animale e quello umano, come forma di comunicazione non verbale, condivisa a livelli evolutivi differenti, come comportamento ritualizzato per realizzare finalità individuali e di gruppo. I nomi stessi di alcuni balli rimandano in modo esplicito al mondo animale, quasi a sottolineare questa legittima filiazione, un esempio a tal proposito potrebbe essere il nome di uno dei balli di coppia attuali più classici, appartenente alla Danza Sportiva, il Fox-trot che significa appunto "passo della volpe".

C'è chi come spiegazione della presenza della danza nel repertorio comportamentale degli individui utilizza la famosa "legge di Haeckel" (Sachs, 1966), secondo cui lo sviluppo dell'individuo (ontogenesi) ricapitolerebbe lo sviluppo della specie (filogenesi) dall'ondeggiamento acquoso dell'embrione e dei primi organismi marini, agli spostamenti in orizzontale del bambino e dei primi mammiferi sulla terraferma, dal pensiero, alla parola e al ballo.

Quest'ultimo, in sostanza, inteso come massimo controllo esercitato dall'individuo sulla propria gestualità e sul movimento corporeo e finalizzato alla realizzazione di altre più complesse funzioni: l'identificazione dell'individuo con tradizioni storiche, culturali e religiose, il rafforzamento dell'identità di gruppo e della coesione sociale; non si può, ad oggi, riconoscere la funzione aggregante del ballo, di qualsiasi tipo esso sia. Infatti, un corpo che balla rivela tanto se stesso e la persona che incarna quanto la sua appartenenza ad una società.

La cultura impone all'individuo un linguaggio del corpo che ha il compito di trasmettere dei significati attraverso i quali vengono poi strutturate le relazioni interpersonali e organizzata la realtà che ci circonda. La modalità dell'uomo di mostrarsi e di essere con gli altri è il risultato di convenzioni che, contemporaneamente, lo proteggono dall'altro e creano delle forme strette, limitate e limitanti, difficili da rompere in quanto creano stabilità, orientamento e identità. La capacità del corpo di esprimere significato attraverso espressioni, gesti, movimenti sono quindi frutto di un involontario apprendimento di codici definiti e determinati che creano il gusto e la sensibilità dell'individuo, e che sono trasmessi attraverso l'educazione e le abitudini che si incontrano e si vivono.

Anche la danza dunque è una realtà regolata da aspetti sociali e culturali ben definiti, ed è una manifestazione nel contempo del corpo singolo e di quello collettivo, riconosciuto come degno di attenzione e di interessi.

Naturalmente, data l'esistenza, ai nostri giorni, di molteplici tipologie di danza, è ovvio che ognuna di esse abbia dei propri significati specifici ma ciò che si può affermare è che il ballo è un'attività che, da un lato ci fa sentire in continuità con le nostre radici storico-culturali e che dall'altro, presenta caratteristiche intrinseche che consentono il potenziamento di diverse funzioni psicologiche, infatti ognuno può proiettare nel ballo i significati più consoni al proprio modo di essere, ai propri bisogni affettivo-emotivi, ai propri canoni espressivo-estetici. Ma, soprattutto, esso rispetto ad altri contesti pubblici o ad altre attività del tempo libero è, senza dubbio, un facilitatore di rapporti sociali.

4.3

LA DANZA SPORTIVA

Ad oggi la spontaneità e la ritualità, tipiche delle danze tribali e propiziatorie, nel ballo, si ritrova solamente nei paesi ancora non industrializzati o in via di sviluppo, ne è un ottimo esempio la Danza Africana: in essa gli schiavi videro un valido strumento di resistenza psicologica alla dura condizione a cui erano sottoposti e tuttora essa ha un carattere rituale e spirituale.

Altrove, il ballo è stato codificato attraverso codici funzionali e tecniche e attualmente quest'attività non è più solo divertimento e creatività ma assume tutte le caratteristiche di un'attività sportiva...svolta a ritmo di musica.

Quest'ultima aiuta ad eseguire meglio i movimenti sportivi e tali movimenti accompagnati dalla musica inducono a sviluppare una maggiore conoscenza del proprio corpo e a raggiungere una più profonda consapevolezza del proprio Io.

Ritmo, melodia ed armonia si compenetrano e la loro forza espressiva induce il corpo ad interpretare determinati ritmi, in rapporto a contenuti espressivi.

L'apice della fusione tra musica e sport è senza dubbio la Danza Sportiva di cui ora verranno illustrate le caratteristiche e la loro connessione coi gruppi che hanno portato allo sviluppo del presente lavoro.

Il nostro secolo, è il secolo in cui si consolida la cultura delle competizioni; oltre agli aspetti legati all'arte e allo spettacolo prende forma infatti la danza da competizione sia sul piano dell'elaborazione delle teorie e delle tecniche sia come confronto atletico sulle piste.

Il ballo diventa hobby, divertimento, passione ma anche impegno e business, diventa in modo sempre più marcato e diffuso un'attività artistico-sportiva, e nascono così le competizioni, la prima competizione di cui si ha notizia risale al 1930, nell'Illinois, in Italia esse sono nate circa cinquant'anni fa.

Il mondo delle gare di ballo è un mondo a parte, rispetto al ballo fatto a puro scopo di divertimento, assomiglia piuttosto, al mondo delle gare sportive di cui ne è oggi a buon diritto un esemplare.

Ne consegue così la standardizzazione delle danze, le prime associazioni ufficiali nacquero dopo che, in un congresso a Berlino agli inizi del XX secolo i maestri di diverse capitali europee firmarono un documento in cui si stigmatizzavano la sciatteria e il pressapochismo con cui a loro parere venivano eseguite le danze: si creano così i primi organismi sopranazionali preposti ad organizzarle, si perfezionano regolamenti e statuti, nascono le moderne associazioni dei maestri di ballo, come ad esempio l'ANMB (associazione italiana maestri di ballo) in Italia, che si occupano al giorno d'oggi di organizzare le competizioni nazionali ed internazionali, e si arriva poi alla costituzione delle Federazioni Nazionali di Danza Sportiva e alla loro confluenza nella IDSF (International Dance Sport Federation).

Il 28 Febbraio 1997, la Giunta Esecutiva del Coni, con delibera n. 919, comunica il riconoscimento della nuova Federazione quale "Disciplina Associata" e a dieci anni di distanza, esattamente il 27 Giugno 2007 ha raggiunto il riconoscimento definitivo che comporterà la partecipazione del ballo come disciplina sportiva alle prossime Olimpiadi.

Ma cos'è la Danza Sportiva? Quali danze ne fanno parte?

Dunque, nella Danza Sportiva rientra una vastissima quantità di discipline: la prima grande suddivisione è tra le danze di coppia, che si dividono a loro volta in internazionali IDSF, internazionali WRRC, internazionali IDO e nazionali e in cui troviamo, le danze standard, i balli latino-americani in cui rientra il famosissimo Samba, che prima di diventare una danza di coppia è stata ed è a tutt'oggi nella sua forma più popolare e sfarzosa, tipica del Carnevale di Rio, un ottimo esempio della forza aggregante del ballo e della sua vastità come fenomeno sociale; nelle danze di coppia rientrano inoltre i balli caraibici, il

ballo liscio e il ballo da sala, il rock acrobatico il country e così via tutti i tipici balli di coppia.

La seconda grande batteria è quella delle danze artistiche: in esse sono classificate le specialità di danza agonistica ballate individualmente, in duo e in squadra, caratterizzate dalla ricerca espressiva e i cui generi ed elementi tecnici e stilistici, del ballo, della musica, dell'abbigliamento e degli accessori, risultano inscindibili ed in continua evoluzione.

Sulla base dei canoni generali del ballo classico e della danza contemporanea, la finalità sportiva deve tendere al virtuosismo tecnico-interpretativo, pertanto le gare e i campionati di Danze Artistiche sono da intendersi quali speciali "concorsi", votati alla pura competizione.

L'attività agonistica di base prevede generalmente le gare di Choreographic Team, per squadre miste, mirate all'aggregazione e oggetto della parte di ricerca del presente lavoro.

Il Choreographic Team è per antonomasia il ballo a squadre esso infatti ha origine dalla forma più popolare dei cosiddetti balli di gruppo o meglio, né è la forma più artisticamente e tecnicamente elevata.

Si suddivide in tre sottocategorie, syncro dance, choreographic e show dance in base a ciò che i ballerini svolgono in pista: nel syncro infatti tutti gli atleti svolgono la medesima sequenza di passi rivolti sempre nella stessa direzione, nel choreographic, il team si divide durante l'esecuzione in moduli che possono ballare in direzioni differenti e nello show dance è presente una trama da seguire e non ci sono obblighi di direzioni; ogni coreografia appartenente alle tre diverse sottocategorie deve rispettare dei regolamenti istituiti dalla federazione tra cui anche i tempi di esecuzione.

Le musiche che accompagnano questo particolare tipo di disciplina sono di vario genere, ma per la maggior parte rientrano nelle classiche musiche latino-americane arrivando a volte a spaziare fino all'hip hop.

I risultati in gara dipendono da un giudizio tecnico, che è dato dalla coreografia, dal modo in cui è eseguita e dal grado di difficoltà; e da un giudizio artistico che valuta in particolare abiti, acconciature e portamento. Gli atleti, come in altri sport sono suddivisi in categorie, sia in base al loro livello di competenza sia in base alla loro età: i team partono dall' under 9 (ballerini sotto i nove anni) e under 11 (sotto gli undici anni), che rappresentano le categorie dei più piccoli, passano per l'under 15 (atleti dagli undici ai quindici anni) e l'over 16 (dai sedici ai trentacinque anni) fino ad arrivare all'over 35 che non ha limiti anagrafici.

Si può dire dunque che quella del Choreographic Team è più di tutte, una disciplina per tutte le età.

Nel capitolo successivo verrà presentata una ricerca che ha come soggetto tre team appartenenti alle tre fasce d'età più elevate: under 15, over 16 e over 35.

CAPITOLO 5

LA COESIONE NEI GRUPPI DI DANZA SPORTIVA: UNA RICERCA EMPIRICA

La coesione è un costrutto che con il crescere dell'interesse per la Psicologia dei Gruppi, ha acquisito tanta importanza da assumere un ruolo centrale negli studi riferiti al gruppo e alle sue dinamiche.

Come si è potuto osservare dai precedenti capitoli, il fatto di prendere in considerazione un processo dinamico connesso alle relazioni interpersonali all'interno del gruppo e di quest'ultimo verso l'esterno e darne una definizione univoca rimane una questione aperta e controversa fin dai primi studi.

Il concetto di coesione di gruppo è stato analizzato e discusso da numerosi autori tra cui Gross e Martin, 1952; Lott e Lott, 1965; Cartwright, 1968; Shaw, 1974; e molti altri.

La definizione più popolare però rimane probabilmente quella formulata da Festinger, Schachter e Bach (1963), precedentemente citata nel Cap. 3, secondo i quali la coesione sarebbe “ la risultante delle forze tendenti ad allontanare e a mantenere i membri di quella regione del campo che chiamano gruppo”.

Tale definizione rimane tuttora valida e condivisibile per la concezione innovativa e multidimensionale di “campo di forze” di stretta derivazione lewiniana (Lewin, 1951).

In seguito furono conferite altre definizioni da altrettanti studiosi che alimentarono i dibattiti e le ricerche del trentennio successivo e che studiarono la coesione in relazione ad altri costrutti come ad esempio la

comunicazione, la conformità, il rendimento e la prestazione, e anche l'accettazione delle norme e la leadership.

Dai risultati di tali approfondimenti è emerso che la coesione è un elemento cruciale tra i fattori predittivi delle performance di gruppo, non a caso come si è potuto osservare nel capitolo inerente a tali ricerche, col nascere della Psicologia dello Sport, la maggior parte degli studi sulla coesione in ambito sportivo si sono orientate verso l'analisi della coesione in relazione al rendimento, o meglio, ai risultati di un team sportivo, o alla ricerca di metodi e/o mezzi per ottenere un'alta coesione di squadra e quindi una buona prestazione in campo.

Gli autori maggiormente impegnati nell'indagine sulla coesione all'interno di gruppi sportivi sono senza dubbio Carron, Brawley e Widmeyer.

Fortunatamente nel 1982, Carron, constatata la mancanza di un sistema concettuale in grado di riassumere le diverse ricerche sull'argomento propose un utile strumento illustrato in dettaglio nel Cap. 3, per comprendere le dinamiche della coesione all'interno di una squadra sportiva e per sistematizzare le ricerche e le conoscenze acquisite sull'argomento.

Gli stessi autori nel 1985 hanno sviluppato lo strumento per misurare la coesione utilizzato nel presente lavoro, il GEQ (Group Environment Questionnaire), partendo da un modello concettuale come base teorica.

Da un'analisi della letteratura sull'argomento Carron, Widmeyer e Brawley individuano tre punti essenziali su cui costruire il proprio modello:

- a) la necessità di operare una distinzione tra l'individuo e il gruppo;
- b) la necessità di distinguere tra le questioni relative allo svolgimento del compito e le questioni relative ai rapporti sociali, cioè tra l'orientamento al compito e l'orientamento al sociale;
- c) le percezioni dei membri del gruppo; in quanto esse permettono di valutare la coesione al suo interno.

Da questa impostazione concettuale gli autori sviluppano il GEQ che è suddiviso in due parti, ognuna composta di nove item. La spiegazione in dettaglio di tale strumento sarà fatta in seguito, per quanto riguarda la nascita e lo sviluppo di altri strumenti di misura della coesione si faccia riferimento al Cap. 3.

Considerando il recente interesse per la Psicologia dello Sport e per i suoi argomenti, il presente lavoro intende fornire un ulteriore tassello per la conoscenza della coesione all' interno del team sportivo.

Data però la recente nascita della disciplina sportiva utilizzata come soggetto di ricerca, il Choreographic Team, ramo della più vasta Danza Sportiva, è stato effettuato un percorso quasi del tutto nuovo e inesplorato. In ambito sportivo, il riferimento a "disciplina" fa sì che l'attenzione si focalizzi su attività motorie da eseguire in modo preciso in base a schemi rigidamente predefiniti, mentre parlare di gioco porta a pensare ad attività motorie che si modificano in base al momento specifico e alla situazione. Questa classificazione nasce dall'incrocio di due caratteristiche tipiche delle attività sportive.

Secondo una prima divisione, gli sport si possono distinguere tra "individuali" e "di squadra"; dal secondo criterio ne deriva invece che gli sport si possono suddividere in sport "faccia a faccia", in cui l'avversario è vicino e l'azione di ogni atleta si collega a quella del suo concorrente, come si può osservare nella pallacanestro e nel tennis, e sport "fianco a fianco" dove, l'avversario è distante e non si riscontra nessuna interferenza dell'azione di un atleta con quella del suo antagonista, come ad esempio nello sci. In funzione dell'intensità dell'interazione gli sport fianco a fianco si possono distinguere ulteriormente in "paralleli" e "differiti": nei primi, come il ciclismo, la prestazione di un concorrente è contemporanea a quella di un altro o degli altri soggetti coinvolti nella gara; nei secondi come nella

ginnastica artistica, nel nuoto sincronizzato o, appunto nel choreographic team l'esecuzione di ciascun atleta o di ciascuna squadra è successiva a quella degli altri team (Tassi, 1993).

Negli sport di squadra fianco a fianco, di cui fa parte il choreographic team, gli schemi motori sono rigidi, ma la presenza dei compagni rappresenta un aspetto di gioco.

	Individuale	Di squadra
Fianco a fianco	DISCIPLINA (ginnastica artistica, corsa)	DISCIPLINA- GIOCO (nuoto sincronizzato, ciclismo, choreographic team)
Faccia a faccia	DISCIPLINA- GIOCO (tennis, boxe)	GIOCO (pallavolo, calcio)

Figura 1. Sport: giochi e discipline (Tassi, 1993)

La coesione è una delle caratteristiche fondamentali dei gruppi e con la nascita della Psicologia dello Sport è stata, insieme alla leadership, una delle aree maggiormente indagate e spesso messe in relazione.

Da alcuni studi è emerso infatti che, la coesione dei team sportivi è influenzata, ad esempio, dalla personalità del leader (Westre e Weiss, 1991) soprattutto in età adolescenziale (Gardner, 1996).

In ambito sportivo la coesione è stata studiata sia da un punto di vista strutturale e quindi attraverso studi aventi lo scopo di indagare quali contesti

favoriscano il sorgere di tale componente gruppale fondamentale e, in secondo luogo, sono state effettuate ricerche mirate all'indagine di eventuali connessioni tra la coesione e altre variabili, quali ad esempio soddisfazione, umore, gelosia, influenza delle norme e soprattutto si osserva un maggiore interesse per l'incidenza della coesione sulla prestazione e sul successo del team.

Per quanto riguarda il punto di vista strutturale, è stato indagato quale numero di soggetti di un team è favorevole allo sviluppo della coesione ed è emerso che in gruppi troppo piccoli (inferiore ai 5 componenti) sono troppo concentrati al raggiungimento degli obiettivi e quindi poco attenti all'instaurarsi di rapporti interpersonali e quindi ad una coesione sociale, al contrario, gruppi troppo numerosi tendono alla formazione di sottogruppi e quindi alla mancanza di coesione nella loro totalità, gli autori ritengono che l'ideale dimensione per la formazione siano gruppi piccoli, ma non troppo (Widmeyer, 1990).

Ovviamente ciò risulta applicabile solamente in alcuni sport in cui il numero dei componenti non è regolato dal tipo di attività, come ad esempio nel caso delle squadre di ballo costituenti il campione di questo studio.

Questa ricerca nasce, oltre che da un particolare interesse personale, anche dall'osservazione che l'ambito sportivo è ancora molto inesplorato e soprattutto che la maggioranza degli studi ha per soggetto sport di squadra tra i più classici come il calcio, il basket, l'hockey.

La danza ha da poco ottenuto il riconoscimento come disciplina sportiva da competizione. Ad esempio alcune forme particolari come le ballroom dances (ballo da sala) sono dal 28 marzo 1997 riconosciute dal Coni anche come sport a tutti gli effetti, trattandosi di attività fisico-atletiche, che richiedono tecniche specifiche, costanti allenamenti e che si esplicitano in circuiti competitivi.

Per tali ragioni, balli di questo tipo (che comprende ufficialmente balli di coppia quali, ad esempio: il valzer viennese, valzer inglese, tango, slow-fox, quick-step, ma anche i balli latino-americani quali la rumba, il cha-cha-cha, il jive e il paso doble) sono definiti danze sportive e hanno raggiunto, ad oggi, uno statuto di disciplina olimpica; ancora più nuova è la versione a squadre delle danze sportive data dal choreographic team, di cui le prime gare ufficiali riconosciute dalla Fids (Federazione Italiana Danza Sportiva) risalgono solamente al 2001.

Probabilmente anche per questo non esistono studi sul ballo come sport in nessuna delle sue forme, se non due studi che indagano però dimensioni assolutamente diverse da quella sociale a cui appartiene l'interesse per i fenomeni e le relazioni di gruppo in cui rientra la coesione che ne è appunto una dimensione fondamentale.

Un primo studio, nato dalla collaborazione del Centro Psicologia dello Sport di Livorno con una scuola di ballo del luogo, è relativo ad un progetto finalizzato alla creazione di un ballo sportivo per la terza età denominato Geriarock (Bucci, 1994) e a tal fine si cercò attraverso tale lavoro di istituire un profilo di personalità del ballerino-tipo così da avere un criterio psicofisico con il quale selezionare i componenti di un gruppo pilota e sul quale studiarne la reale ballabilità, ritmo, movimento e figure di ballo adeguate e coerenti. L'analisi effettuata da questo studio ha confermato l'influenza positiva del ballo sulla personalità individuale e, ha rivelato che indipendentemente dall'età questi ballerini sono persone vitali, equilibrate, estroverse e socievoli; esse sanno impegnarsi nell'agonismo anche se il loro obiettivo primario è il divertimento. Usando il corpo come mezzo espressivo del loro mondo interno anche se riescono con uno sforzo psicofisico che la loro personalità sembra assorbire completamente, ad impegnarsi nell'apprendimento delle tecniche di ballo.

Un secondo studio (Benelli, Padino, Perli e Pazzaglia, 2004) si è occupato di un aspetto più cognitivo proponendosi di indagare gli effetti della pratica delle danze sportive sull'abilità di ruotare mentalmente immagini mentali su gruppi di ballerini esperti, ballerini principianti e non ballerini.

I risultati hanno confermato la maggiore precisione dei ballerini esperti nel riprodurre le direzioni, grazie alla pratica di balli fortemente codificati, che richiedono un'esatta valutazione delle coordinate spaziali, delle rotazioni corporee e degli spostamenti al fine di eseguire correttamente i passi, le figure e loro sequenze.

Nonostante tali studi abbiano a soggetto il ballo, si discostano ovviamente dallo studio qui presente, che, trattando in questo caso squadre di ballo e non coppie, considera la funzione sociale di questa disciplina, applicata ad una realtà tipica dell'individuo che è l'appartenenza grupale e di cui nel paragrafo successivo ne vengono illustrati gli obiettivi.

5.1

OBIETTIVI

L'obiettivo di questa ricerca pilota è di tipo esplorativo-descrittivo e si propone di sondare all'interno di tre squadre di Choreographic Team, Under 15(atleti dagli undici ai quindici anni), Over 16(dai sedici ai trentacinque anni) e Over 35(dai trentacinque anni) alcune variabili: il livello di coesione, effettuato attraverso il GEQ; la definizione di “ buon team sportivo” secondo il punto di vista dei componenti delle squadre e per cui, lo strumento (QBT) utilizzato, è stato ripreso da un lavoro di Gruère e Stern (1981) sulle relazioni di gruppo e adattato attraverso studi “pilota” al tipo particolare di gruppo rappresentato dalla squadra; e, terzo oggetto d'indagine, è il clima di squadra anch'esso misurato attraverso una scala di misura (QCS) ripresa dagli stessi Gruère e Stern e opportunamente adattata.

A questo proposito, si è preso spunto da lavori precedentemente condotti su team praticanti sport tradizionali o comunque, differenti dalla Danza Sportiva che hanno fornito alcuni riferimenti teorici e soprattutto gli strumenti di misura per i costrutti in gioco.

In particolare, lo studio ripropone, in parte, una recente ricerca di L. Savoia (2001) il cui scopo era l'indagine della coesione all'interno del particolare gruppo rappresentato dal team sportivo utilizzando come campione due squadre italiane femminili di pallamano durante il Campionato di serie A2 (2000-01): il Bressanone e il Mezzocorona.

Alle giocatrici delle due squadre furono somministrati tre strumenti anonimi, gli stessi utilizzati in questo lavoro a cui però, in questa sede, sono state aggiunte due scale di misura e degli item ad hoc, che verranno illustrati al paragrafo riservato appunto alla presentazione degli strumenti.

Nel presente studio i primi tre strumenti di misura sono stati sottoposti alle squadre in quest'ordine di presentazione, dal più generico al più personale, nel terzo effettivamente vengono indagati aspetti di carattere personale ed ai soggetti è richiesta una valutazione sulla propria squadra:

1. QUESTIONARIO SUL BUON TEAM SPORTIVO (QBT)
2. GROUP ENVIRONMENT QUESTIONNAIRE (GEQ)
3. QUESTIONARIO SUL CLIMA DI SQUADRA (QCS)

È utile ed interessante sapere che la parola “ coesione ” o riferimenti espliciti ad essa non compaiono in nessuna delle tre scale, né nelle domande né nelle istruzioni per la compilazione .

Si è inoltre deciso di inserire, accanto all'analisi descrittiva, dei costrutti per un'indagine relativa ad indicatori di benessere personale e di soddisfazione attraverso due ulteriori scale la Rosenberg Self Esteem Scale che misura il livello di autostima dei soggetti appartenenti alle squadre e la Satisfaction with Life Scale che ne misura il loro livello di soddisfazione della vita; inoltre sono state raccolte informazioni relative all'andamento specifico delle diverse squadre attraverso alcuni item costruiti ad hoc.

Un ulteriore obiettivo della ricerca è stato quello di analizzare le connessioni tra i costrutti in gioco e le variazioni tra i gruppi di differenti età in relazione ad essi.

5.2

IL CAMPIONE

Allo scopo del presente studio, si è provveduto a testare tre squadre di Choreographic Team, Under 15, Over 16 e Over 35 per un totale di 45 atleti. I soggetti appartengono alle diverse squadre in base all'età e tale suddivisione è data da regolamento FIDS (Federazione Italiana Danza Sportiva).

Gli atleti di nazionalità italiana, a cui è stato somministrato il questionario, sono stati reclutati da me personalmente verso la fine della stagione agonistica e per ognuno di loro era richiesto l'impegno agonistico da almeno un anno e un allenamento di almeno due ore settimanali.

La mancanza di compensi economici rilevanti li colloca nella fascia degli atleti dilettanti.

Il campione risulta composto per l'80% da soggetti di sesso femminile e per il 20% da soggetti di sesso maschile, di età compresa tra gli undici e i cinquantasei anni ($M= 28.1$; $DS= 15.8$).

Per quanto concerne il livello d'istruzione si osserva, ovviamente, vista la presenza nel campione di una squadra composta esclusivamente da soggetti di età compresa tra gli 11 e i 15 anni, che la maggioranza possiede la licenza media inferiore (35.6%); il 20% possiede la licenza elementare ugualmente ad un altro 20% che possiede un diploma professionale; il diploma di maturità quinquennale appartiene al 17.8% e i laureati o laureandi compongono il restante 6.6%.

L'occupazione attuale dei soggetti si divide in un 46.7% che svolge un'attività lavorativa, il 24.4 % è uno studente di scuola media superiore, il 22.2 % uno studente di scuola media inferiore e il restante 6.6% si divide tra studenti universitari di laurea triennale o specialistica o non specificati.

Tra le motivazioni che risultano aver spinto i componenti del campione alla pratica di questo tipo di sport si trovano ai primi posti la passione e il divertimento rispettivamente con una percentuale dell'82.2% e del 71.1% seguiti dal volersi mantenere in forma (22.2%), e infine dalla curiosità (13.3%) e dal desiderio di conoscere nuova gente (13.3%).

Nella tabella 1 sono riassunte le caratteristiche strutturali del campione.

Tabella 1: caratteristiche strutturali del campione					
Genere	m			f	
		N	%	N	%
		9	20	36	80
Età	M		d.s		Range
	28,17		15,85		12-56
Tempo pratica danza sportiva					
	2,66		0,47		2-3
Titolo di studio:	N		%		
-licenza elementare	9		20		
-licenza media	16		35,6		
-diploma professionale	9		20		
-diploma maturità quinquennale	8		17,8		
-laurea triennale	1		2,2		
-laurea specialistica	2		4,4		
Occupazione attuale:	N		%		
-studente scuola media	10		22,2		
-studente scuola superiore	11		24,4		
-laurea triennale	1		2,2		
-laurea quinquennale	1		2,2		
-attività lavorativa	21		46,7		
-altro	1		2,2		

5.3

STRUMENTI

Il presente lavoro si è avvalso, come precedentemente accennato, di un questionario self-report da me costruito.

Ai soggetti è stato richiesto, sia alla consegna dello stesso, sia attraverso le istruzioni per la compilazione allegate, di rispondere autonomamente e indipendentemente senza la consultazione di genitori, amici, parenti o partner.

Lo strumento risulta composto da:

- una parte di dati personali socio-strutturali;

- *Questionario sul buon team sportivo* (QBT) di Gruère e Stern (1981): si tratta di 21 item da mettere in ordine di importanza secondo le aspettative generiche degli atleti per definire buona una squadra. I fattori presi in considerazione riguardano il ruolo dell'allenatore (es. di item: "l'allenatore suggerisce un piano per ciascun incontro"; "l'allenatore assume le funzioni essenziali: preparazione, strategia, risultato"); il funzionamento del team (es. di item: "una volta prese le decisioni vengono rispettate alla lettera da tutti"; "i componenti si controllano reciprocamente"; "la divisione dei ruoli resta stabile all'interno del team"); i rapporti interpersonali (es. di item: "viene incoraggiata una sana competizione"; "ci si ascolta vicendevolmente"; "si prova un gran piacere a stare insieme").

- *Group Environment Questionnaire* (GEQ) di Carron, Widmeyer e Brawley (1985): questo strumento che nasce da un modello sulla coesione in ambito sportivo su tre punti essenziali illustrati precedentemente, è suddivisa in due parti ognuna composta da nove item per un totale di 18 item.

Nella prima parte ogni singolo atleta che risponde si concentra su se stesso e sui propri sentimenti in merito all'attrattiva della squadra come unità sociale (AG-S) e del compito del team (AG-C), esempi di item di questa prima parte sono "non mi fa piacere prendere parte alle attività sociali della squadra"; "non sono contento/a del livello di motivazione alla vittoria presente nella mia squadra"; "alcuni dei miei migliori amici fanno parte di questa squadra". La seconda parte si riferisce all'integrazione del gruppo: gli atleti non valutano più se stessi ma la propria squadra presa nel suo insieme in termini di coerenza rispetto al compito e alle relazioni sociali, gli item contrassegnati dalla sigla IG-S sono del tipo "i membri della nostra squadra preferirebbero uscire per i fatti loro piuttosto che ritrovarsi insieme con la squadra"; "raramente i membri della nostra squadra fanno feste tra loro"; "alla nostra squadra piacerebbe passare del tempo insieme dopo la stagione agonistica"; gli item IG-C comprendono "se nella nostra squadra ci sono membri con problemi in allenamento, tutti vogliono aiutarli per poter continuare tutti insieme"; "i membri della nostra squadra non parlano liberamente delle responsabilità dei singoli atleti durante gare o allenamenti".

Per ogni item si chiedeva al soggetto di indicare secondo una scala Likert da 1 a 9, il proprio livello di accordo con l'affermazione contenuta. I punteggi vengono poi sommati per ottenere i totali.

La consistenza interna dei fattori considerati, misurata mediante il calcolo dell'alfa di Cronbach, è risultata soddisfacente con $\alpha = .73$.

- *Questionario sul clima di squadra (QCS)* anch'esso ripreso da un lavoro di Gruère e Stern: è composto da 16 item relativi al comportamento della squadra verso il singolo giocatore, quindi rappresenta un livello maggiormente personale.

Ai soggetti si domandava di valutare la frequenza con cui tali comportamenti si manifestavano nei loro confronti e attraverso le risposte venivano ottenute quattro dimensioni relative al clima di squadra: autenticità (es. item: “in generale la squadra mi accetta come sono”; “in generale la squadra manifesta una totale franchezza nei miei confronti”; per un totale di 3 item positivi e 1 negativo), comprensione (es. item: “in generale la squadra si sforza di capire quello che voglio dire”; “in generale la squadra si rende subito conto di quando una cosa mi annoia”; per un totale di 3 item positivi e uno negativo), stima (es. item: “in generale la squadra interrompe o ignora i miei commenti”; “in generale la squadra mi rispetta per quello che sono, indipendentemente dalle mie prestazioni”; per un totale di 3 item positivi e 1 negativo) e accettazione (es. item: “in generale la squadra reagisce dando giudizi su di me”; “in generale la squadra crea un’atmosfera dove posso essere me stesso/a”; per un totale di tre item positivi e uno negativo).

Questa scala è costruita in modo da prevedere, come si può notare dai dettagli soprastante, per ogni dimensione un item negativo, il cui punteggio va sottratto quando si calcolano i totali per dimensione.

Per ogni item erano previste sei possibilità di scelta secondo una scala Likert, che sono, nell'ordine: certamente mai (0), molto raramente (1), a volte (2), di solito (3), di frequente (4), sistematicamente (5).

- Rosenberg Self Esteem Scale (RSES) di Rosenberg (1965): il presente strumento misura il livello di autostima dei soggetti.

È composto da dieci item con modalità di risposta su scala Likert a 4 passi (1= fortemente in disaccordo; 2= in disaccordo; 3= d'accordo; 4= fortemente d'accordo). Esempi di item sono “penso di valere almeno quanto gli altri”; “sono portato/a a pensare di essere un vero fallimento”; “sono in grado di fare le cose bene almeno come la maggior parte delle persone”; “senza dubbio a volte mi sento inutile”.

- Satisfaction With Life Scale (SWLS) di Diener, Emmons, Larsen e Griffin (1985): è composta da cinque item a cui i soggetti devono rispondere in base al loro grado di accordo su una scala Likert a 7 passi: 1= fortemente in disaccordo; 2= in disaccordo; 3= abbastanza in disaccordo; 4= né in accordo né in disaccordo; 5= abbastanza d'accordo; 6= d'accordo; 7= fortemente d'accordo.

Esempi di item: “Nella maggior parte degli aspetti, la mia vita corrisponde al mio ideale”; “fino ad ora ho ottenuto le cose importanti che volevo nella vita”; “Se potessi rivivere la mia vita, non cambierei quasi nulla”.

- Ad Hoc: infine, i soggetti sono stati sottoposti a degli item costruiti “ad hoc” al fine di indagare alcuni aspetti generali del proprio team, anche qui la risposta si basava su una scala Likert a 5 passi: 0= per nulla; 1= poco; 2= abbastanza; 3= molto; 4= moltissimo. (es. di item: “è soddisfatto dell'impegno e della disponibilità dei suoi compagni di squadra?”; “quanto è importante secondo lei, che in una squadra ci siano delle regole?”, “il rispetto di tali regole, secondo lei, incide sul buon funzionamento della squadra?”; inoltre si è chiesto ai soggetti di scegliere tra alcune proposte cosa, secondo loro, è responsabile dei momenti di malumore e tensione che

si possono vivere all'interno di uno sport di squadra (es. di scelta: “mancanza di fiducia”, “stress pre-gara”, “delusione per i risultati”, “difficile comunicazione tra i compagni”).

5.4

ANALISI DEI DATI E RISULTATI

Al fine di raggiungere gli obiettivi prefissati, si è così proceduto: sono state eseguite delle indagini descrittive dei costrutti in causa, dopodichè si è proceduto ad una serie di analisi della varianza univariata (ANOVA) per poter osservare l'esistenza di differenze significative tra le tre squadre componenti il campione e infine sono state effettuate delle correlazioni per rilevare eventuali connessioni tra i costrutti, in particolare, per osservare se ne esistono tra gli indicatori di funzionamento gruppale, quali ad esempio la coesione e il clima di squadra, e alcuni indicatori di benessere personale quali l'autostima e la soddisfazione.

5.4.1

Analisi descrittiva dei costrutti: differenze dei gruppi di età

QBT (QUESTIONARIO SUL BUON TEAM SPORTIVO):

dalle risposte dei ballerini prese dal totale del campione al questionario sul buon team sportivo in cui dovevano esprimere una valutazione personale sul buon team mettendo in ordine di importanza 21 item relativi alle aspettative generiche degli atleti per definire buona una squadra, è emerso che per la maggioranza del campione la caratteristica più importante per una buona squadra è il piacere di stare insieme (QBT 9) cui hanno risposto dieci

soggetti corrispondenti al 22,2%, seguito dall'item numero 19 a cui 8 soggetti corrispondenti al 17,8% che ritengono indispensabile per un buon team che l'allenatore assuma le sue essenziali funzioni: preparazione, strategia, risultato (QBT 19).

In terza posizione con la stessa percentuale di atleti rispondenti, l'11,1% corrispondente a 5 soggetti, ritengono che per definire un team positivamente è necessario che la spontaneità sia una componente fondamentale per i componenti della squadra (QBT 1) e che venga incoraggiata una sana competizione tra i membri (QBT 4).

Gli item del questionario che si riferiscono alla risoluzione dei conflitti, alla divisione di ruoli o al coinvolgimento non sono ritenuti importanti per la definizione di buon team, così come il limite massimo di componenti che insieme ad item relativi ad aspetti sociali considerati generalmente negativi per la coesione di gruppo, come la formazione di sottogruppi, il controllo reciproco o l'aggressività, vengono relegati agli ultimi posti della classifica.

Under 15 : nel team composto da atleti dagli 11 ai 15 anni si osserva una concentrazione di risposte (4), il 25%, per l'item numero 1 (QBT 1) e si deduce dunque che l'aspetto fondamentale per la definizione di un buon team è la spontaneità seguito dal piacere di trovarsi insieme (QBT 9) a cui ha dato la sua preferenza il 18,8%.

Per i soggetti più piccoli del campione dunque l'aspetto sociale/relazionale è considerato fondamentale.

Over 16: nel secondo team, per età del campione, si osserva una maggiore variabilità interna, infatti, 3 soggetti corrispondenti al 25% hanno dato la loro preferenza all'item 12 (QBT 12) ovvero all'importanza che tutti i soggetti del team abbiano lo stesso livello di potere all'interno della squadra,

seguito da un aspetto più sociale e relazionale espresso dagli item 5 (QBT 5), a cui hanno attribuito il primo posto 2 soggetti, cioè il 16,7%, e l'item 9, che l'ha preferito un altro 16,7%, relativi rispettivamente all'ascolto reciproco e al piacere di stare insieme.

Over 35: nella squadra composta da atleti dai 35 anni in su si osserva una concentrazione di risposte pari al 29,4% (5 soggetti) sull'item 9 (QBT 9) relativo al piacere di stare insieme, seguito dall'importanza per l'ascolto reciproco (QBT 4) 11,8% e dall'incoraggiamento per una sana competizione tra i membri del team (QBT 5) (11,8).

Anche in questo caso l'aspetto socio-relazionale è considerato fondamentale. I dati relativi al QBT sono riassunti nelle sottostanti tabelle, inserendo le scelte alle prime tre posizioni:

Tabella 2. PREFERENZE QBT sul campione totale

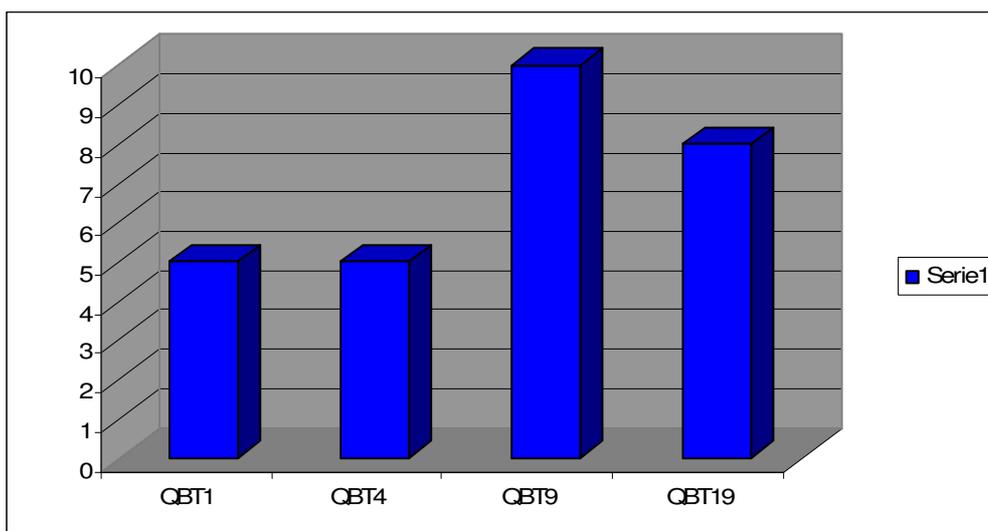


Tabella 3. PREFERENZE QBT Under 15

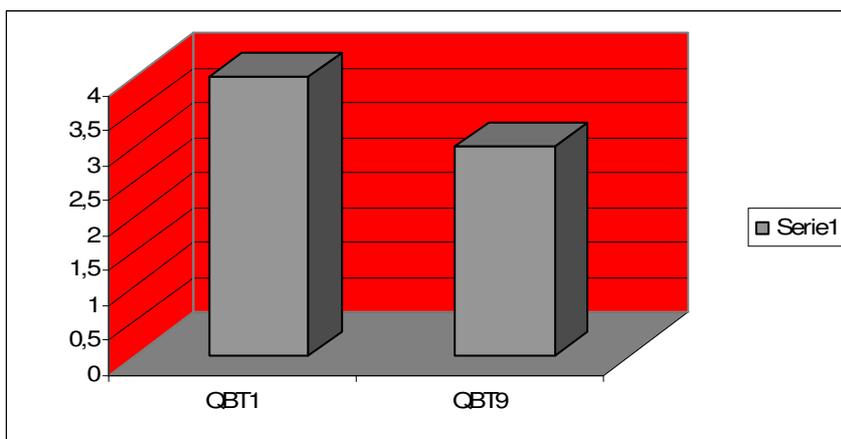


Tabella 4. PREFERENZE QBT Over 16

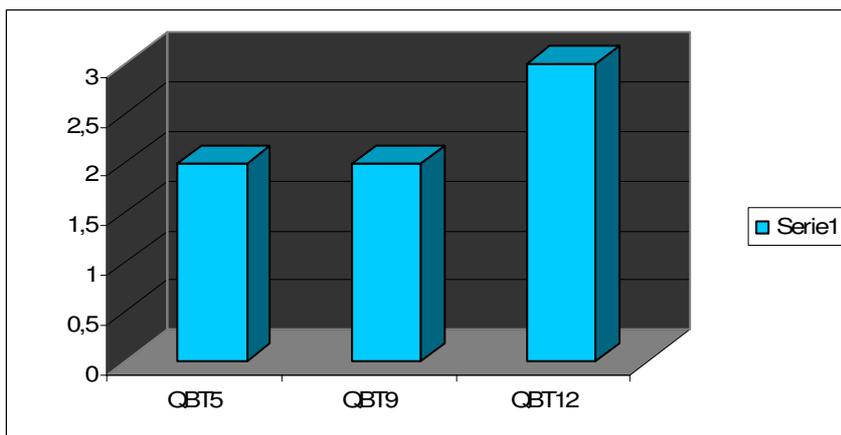
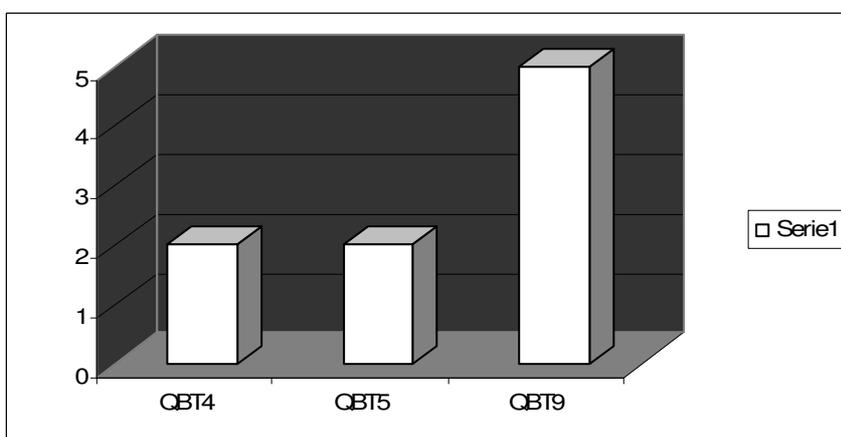


Tabella 5. PREFERENZE QBT Over 35



Con il QBT si valutano le caratteristiche generiche di un buon team ma non è possibile trarre conclusioni riguardo un caso specifico perché gli elenchi ordinati di item che hanno fornito i soggetti si riferiscono alle proprietà che i ballerini considerano importanti per un buon team, ma non dicono alcunché della loro squadra in particolare.

I dati relativi al compito e alle relazioni sociali che caratterizzano la coesione nei team, Under 15, Over 16 e Over 35 sono stati misurati con il GEQ (Group Environment Questionnaire).

GEQ (GROUP ENVIRONMENT QUESTIONNAIRE)

Dall'analisi dei dati avvenuta sommando i punteggi ottenuti dai singoli atleti nelle quattro sottocategorie, in seguito sommati per ottenere i totali per soggetto e confrontati ai valori norma forniti dagli stessi autori dopo aver somministrato il GEQ a 498 atleti di ambo i sessi praticanti 23 diverse discipline sportive di tutti i livelli, è emerso che la squadra dei più piccoli, l'Under 15 possiede un coesione sociale nella norma ($M= 30.5$; $d.s.=6.0$) così come la coesione relativa al compito soprattutto per quanto riguarda l'integrazione del team ($M = 29.5$; $d.s= 8.02$) mentre si osserva un allontanamento dai valori norma per quel che riguarda l'attrazione al compito ($M=21.4$; $d.s=4.9$).

Nella squadra composta da atleti dai 16 ai 35 anni, l'Over 16, si osserva una coesione sociale inferiore ai valori norma (attrazione: $M=26.08$; $d.s.=5.4$; integrazione: $M = 15.6$; $d.s= 5.7$) mentre la coesione relativa al compito risulta vicina ad essi soprattutto per quanto riguarda l'integrazione ($M = 29.5$; $d.s= 8.02$).

Gli atleti più adulti che compongono il team Over 35, risulta che abbiano una coesione relativa al compito sulla linea dei valori norma (attrazione:

M = 26.17; d.s= 2,7; integrazione: M = 34.2); per quanto riguarda la coesione sociale, invece, si riscontrano valori superiori alla media (attrazione: M=33.64; d.s= 4.1; integrazione: M = 27.7; d.s= 5.9).

A dimostrazione dell'unità del gruppo, tra le percezioni dei singoli atleti c'è meno variabilità interna.

Per poter osservare in un secondo momento l'esistenza di differenze significative tra le squadre è stata effettuata un'analisi della varianza univariata (ANOVA).

A livello dei sottogruppi, ovvero, dal confronto tra le squadre è apparso che esistono delle differenze tra i team per quanto riguarda il livello della coesione sociale [$F(2,42)= 18.30$; $p= .000$] e il post hoc mostra come il team degli Over 35 (M=61.35; d.s= 7.9) si differenzi dagli altri due gruppi, team Over 16 (M=41.75; d.s= 8.09) e team Under 15 (M=51.87; d.s= 9.6) , inoltre quest'ultimo possiede una coesione sociale superiore all'Over 16 (M=41.75; d.s= 8.09).

Anche per quanto riguarda la coesione relativa al compito emergono delle differenze significative [$F(2,42)= 10.53$; $p=.000$] tra le squadre; in particolare l' Over 35 ha un valore di coesione relativo al compito (M=60.47; d.s= 6.35) maggiore, anche in questo caso, sia del team Over 16 (M=49.66; d.s=4.49) che del team Under 15 (M=50.93; d.s= 9.29). A differenza della coesione sociale, qui, non sono emerse differenze significative tra le squadre Over 16 e Under 15.

Tabella 6. Relativa ai valori del GEQ delle tre squadre

		Coesione sociale		Coesione relativa al compito	
		Attrazione	Integrazione	Attrazione	Integrazione
Under 15	Media	30.5	21.37	21.4	29.5
	d.s	6	6.3	4.9	8.02
Over 16	Media	26.08	15.6	20.75	28.9
	d.s	5.4	5.7	4.5	5.2
Over 35	Media	33.64	27.7	26.17	34.2
	d.s	4.1	5.9	2.7	4.6
Norma	Media	31.1	20.9	26.5	31.9
	d.s	6.8	6.4	6.6	7.0

Tabella 7. GEQ

Analisi della varianza della coesione relativa al compito						
(I) squadra di appartenenza	(J) squadra di appartenenza	Differenza fra medie (I-J)	Errore std	Sig.	Limite inf.	Limite sup.
1,00 under 15	2,00 over 16	1,2708	2,74105	,645	-4,2608	-6,8025
	3,00 over 35	-9,5331*	2,50012	,000	-14,5785	4,4876
2,00 over 16	1,00 under 15	-1,2707	2,74105	,645	-6,8025	-4,2608
	3,00 over 35	-10,8039*	2,70627	,000	-16,2654	5,3424
3,00 over 35	1,00 under 15	9,5331*	2,50012	,000	4,4876	-14,5785
	2,00 over 16	10,8039*	2,70627	,000	5,3424	-16,2654

Tabella 8. GEQ

Analisi della varianza della coesione relativa al compito						
(I) squadra di appartenenza	(J) squadra di appartenenza	Differenza fra medie (I-J)	Errore std	Sig.	Limite inf.	Limite sup.
1,00 under 15	2,00 over 16	10,1250*	3,29345	,004	3,4785	16,7715
	3,00 over 35	-9,4779*	3,00397	,003	-15,5402	-3,4157
2,00 over 16	1,00 under 15	-10,1250*	3,29345	,004	-16,7715	-3,4785
	3,00 over 35	-19,6029*	3,25167	,000	-26,1651	-13,0408
3,00 over 35	1,00 under 15	9,4779*	3,00397	,003	3,4157	15,5402
	2,00 over 16	19,6029*	3,25167	,000	13,0408	26,1651

QCS (QUESTIONARIO SUL CLIMA DI SQUADRA)

Questo terzo questionario in ordine di somministrazione, esplora aspetti più personali e prevede che i componenti dei team esprimano una valutazione sulla propria squadra.

Prima di effettuare l'analisi descrittiva sono stati creati degli indici totali sommando gli item positivi e sottraendo quelli negativi come fatto dagli autori. In generale, e quindi sulla totalità del campione, si osserva che all'interno delle squadre i componenti si sentono prima di tutto stimati ($M = 9.71$; $d.s = 4.08$), compresi ($M = 7.5$; $d.s = 3.98$) mentre l'autenticità viene al terzo posto ($M = 6.11$; $d.s = 3.68$) seguita in ultimo dall'accettazione ($M = 5.31$; $d.s = 3.65$).

In media il campione dà un giudizio complessivamente positivo (punteggio superiore a 5) del clima del gruppo all'interno del proprio team, in dettaglio, si osserva che il team composto dai più piccoli (under15) rispetta l'andamento generale con un giudizio positivo e abbastanza alto riguardo alla stima ($M = 8.56$; $d.s = 4.33$) e alla comprensione ($M = 6.68$; $d.s = 4.31$) seguita dall'autenticità ($M = 6.2$; $d.s = 2.4$) e in ultimo, i soggetti di questo team non si sentono particolarmente accettati ($M = 4.37$; $d.s = 4.1$) ma il livello alto di deviazione standard indica la presenza di variabilità interna.

Nella squadra Over 16 si osserva che il clima, per quanto riguarda stima ($M = 7.66$; $d.s = 3.6$) e la comprensione ($M = 6.33$; $d.s = 3.8$) rispecchia l'andamento generale del campione, mentre i valori di autenticità ($M = 3.5$; $d.s = 2.9$) e accettazione sono molto bassi ($M = 3.09$; $d.s = 2.54$).

Nell'ultimo team composto da atleti dai 35 anni in su, si evidenziano valori abbastanza alti in tutte e quattro le componenti del clima di squadra: stima ($M = 12.23$; $d.s = 2.84$), comprensione ($M = 9.23$; $d.s = 3.34$), autenticità ($M = 7.88$; $d.s = 4.12$), accettazione ($M = 7.64$; $d.s = 2.44$) ad indicare che il clima della squadra è molto positivo

I risultati sul clima di squadra sono riassunti nella tabella 9.

Tabella 9. Indici QCS

Indici di clima nelle diverse squadre					
		stima	comprensione	autenticità	accettazione
Under 15	Media	8.56	6.68	6.2	4.37
	d.s	4.33	4.31	2.4	4.1
Over 16	Media	7.66	6.33	3.5	3.09
	d.s	3.6	3.8	2.9	2.54
Over 35	Media	12.23	9.23	7.88	7.64
	d.s	2.84	3.34	4.12	2.44

Effettuando anche in questo caso un'analisi della varianza (ANOVA), i cui risultati verranno riassunti in tabella, emerge che anche in questo caso esiste una differenza significativa [$F(2,42)= 299$; $p= .000$] tra i punteggi totali della squadra composta da atleti Over 35 ($M = 37.0$; $d.s= 9.57$) e la squadra Over 16 ($M = 20.0$; $d.s= 9.23$) e tra l'Over 35 ($M = 37.0$; $d.s= 9.57$) e gli atleti del team Under 15 ($M = 27.0$; $d.s= 11.28$).

Non compaiono qui differenze significative tra i team Over 16 ($M = 20.0$; $d.s= 9.23$) e Under 15 ($M = 27.0$; $d.s= 11.28$).

Tabella 10. Differenze QCS tra i team

Analisi della varianza sul clima delle squadre						
(I) squadra di appartenenza	(J) squadra di appartenenza	Differenza fra medie(I-J)	Errore std.	Sig.	Limite inf.	Limite sup.
1,00 under 15	2,00 over 16	7,0000	4,01889	,089	-1,1225	15,1225
	3,00 over 35	-10,0000*	3,58647	,008	-17,2485	-2,7515
2,00 over 16	1,00 under 15	-7,0000	4,01889	,089	-15,1225	1,1225
	3,00 over 35	-17,0000*	3,91760	,000	-24,9178	-9,0822
3,00 over 35	1,00 under 15	10,0000*	3,58647	,008	2,7515	17,2485
	2,00 over 16	17,0000*	3,91760	,000	9,0822	24,9178

RSES e SWLS

Per quel che riguarda gli altri aspetti personali indagati, ovvero l'indice di autostima e di soddisfazione si osservano punteggi nella media, calcolati facendo la media delle risposte su scala Likert in base al grado di accordo dei soggetti, per entrambi i valori nella totalità del campione; più precisamente l'indice della scala sull'autostima ha una media di 7.77 e una deviazione standard pari a 4.2 mentre l'indice di soddisfazione della vita ha una media di 4.8 e una deviazione standard 1.2.

I soggetti dell'Over 35 hanno un indice di autostima positivo (M=8.35; d.s=4.1) e una soddisfazione legata agli aspetti della propria vita nella media (M=4.5; d.s=1.41) così come l'Over 16 (autostima M=8.5; d.s=3.4 e soddisfazione M=4.8; d.s=1.2) e l'Under 15 (autostima M=6.6; d.s=4.8 e soddisfazione M=5.3; d.s=0.9).

Analizzando i dati riguardanti la variabile "autostima", non sono emersi dall'analisi della varianza (ANOVA) risultati significativi relativi alle differenze tra le tre squadre.

Tabella 11: Indice scala autostima totale

(I) squadra di appartenenza	(J) squadra di appartenenza	Differenza fra medie (I-J)	Errore std.	Sig	Limite inf.	Limite sup.
1,00 under 15	2,00 over 16	-1,8750	1,61657	,253	-5,1374	1,3874
	3,00 over 35	-1,7279	1,47448	,248	-4,7036	1,2477
2,00 over 16	1,00 under 15	1,8750	1,61657	,253	-1,3874	5,1374
	3,00 over 35	,1471	1,59607	,927	-3,0739	3,3680
3,00 over 35	1,00 under 15	1,7279	1,47448	,248	-1,2477	4,7036
	2,00 over 16	-,1471	1,59607	,927	-3,3680	3,0739

Tabella 12: Indice soddisfazione di vita

(I) squadra di appartenenza	(J) squadra di appartenenza	Differenza fra medie (I-J)	Errore std.	Sig.	Limite inf.	Limite sup.
1,00 under 15	2,00 over 16	,4792	,46897	,313	-,4672	1,4256
	3,00 over 35	,7831	,42775	,074	-,0801	1,6463
2,00 over 16	1,00 under 15	-,4792	,46897	,313	-1,4256	,4672
	3,00 over 35	,3039	,46302	,515	-,6305	1,2383
3,00 over 35	1,00 under 15	-,7831	,42775	,074	-1,6463	,0801
	2,00 over 16	-,3039	,46302	,515	-1,2383	,6305

AD HOC

Come anticipato nella descrizione degli strumenti, ai soggetti del campione sono stati esposti degli item ad hoc per comprendere alcune caratteristiche del funzionamento interno proprio di ogni squadra.

Calcolando una media sul grado di accordo dato da una scala Likert da 1 a 5 (da “per nulla” a “moltissimo”) ed effettuando il confronto tra i team attraverso l’analisi della varianza (ANOVA), è emerso che la squadra dei più piccoli, Under 15 (M= 3.8; d.s = 0.91) è abbastanza soddisfatta dell’impegno dei propri compagni così come l’Over 35 (M= 3.88; d.s= 0.78) mentre l’Over 16 (M= 2.33; d.s = 0.78) ha un punteggio basso.

Dall’ ANOVA e dal test post hoc emerge una differenza significativa [F(2.42)= 12.93; p= .000] per cui la squadra degli Over 35 (M= 3.88; d.s= 0.78) è maggiormente soddisfatta dell’impegno dei compagni rispetto all’Over 16 (M= 2.33; d.s = 0.78) e anche i più piccoli, l’Under 15 (M= 3.8; d.s = 0.91), sono più soddisfatti sempre rispetto all’over 16 (M= 2.33; d.s = 0.78).

Sugli item relativi all’accettazione dei ruoli e all’importanza dell’esistenza e del rispetto delle regole si osservano punteggi nella media per tutte e tre le squadre senza differenze significative tra esse.

Tabella 13. relativa all'item ad hoc numero 1: E' soddisfatto dell' impegno e della disponibilità dei suoi compagni di squadra ?

(I) squadra di appartenenza	(J) squadra di appartenenza	Differenza fra medie(I-J)	Errore std	Sig.	Limite int.	Limite sup.
1,00 under 15	2,00 over 16	1,4792*	,33783	,000	,7974	2,1609
	3,00 over 35	-,0699	,30813	,822	-,6917	,5520
2,00 over 16	1,00 under 15	-1,4792*	,33783	,000	-2,1609	-,7974
	3,00 over 35	-1,5490*	,33354	,000	-2,2221	-,8759
3,00 over 35	1,00 under 15	,0699	,30813	,822	-,5520	,6917
	2,00 over 16	1,5490*	,33354	,000	,8759	2,2221

Tabella 14. relativa all'item ad hoc numero 3 :Nella sua squadra, il suo ruolo e quello degli altri componenti sono generalmente accettati?

(I) squadra di appartenenza	(J) squadra di appartenenza	Differenza fra medie(I-J)	Errore std	Sig	Limite int.	Limite sup.
1,00 under 15	2,00 over 16	,0833	,31289	,791	-,5481	,7148
	3,00 over 35	-,4559	,28539	,118	-1,0318	,1201
2,00 over 16	1,00 under 15	-,0833	,31289	,791	-,7148	,5481
	3,00 over 35	-,5392	,30893	,088	-1,1627	,0842
3,00 over 35	1,00 under 15	,4559	,28539	,118	-,1201	1,0318
	2,00 over 16	,5392	,30893	,088	-,0842	1,1627

Tabella 15. relativa all'item ad hoc numero 4) Quanto è importante secondo Lei che in una squadra ci siano delle regole?

(I) squadra di appartenenza	(J) squadra di appartenenza	Differenza fra medie(I-J)	Errore std	Sig	Limite int.	Limite sup.
1,00 under 15	2,00 over 16	-,2500	,28583	,387	-,8268	,3268
	3,00 over 35	-,4559	,26071	,088	-,9820	,0702
2,00 over 16	1,00 under 15	,2500	,28583	,387	-,3268	,8268
	3,00 over 35	-,2059	,28221	,470	-,7754	,3636
3,00 over 35	1,00 under 15	,4559	,26071	,088	-,0702	,9820
	2,00 over 16	,2059	,28221	,470	-,3636	,7754

5.4.2

Correlazioni tra i costrutti

Dopo aver effettuato un'analisi descrittiva dei costrutti e come precedentemente accennato, i punteggi ottenuti sono stati sottoposti ad analisi correlative bivariate per verificare eventuali connessioni tra i costrutti in gioco in particolare tra gli indicatori di funzionamento grupitale (coesione e clima) e tra gli indicatori di benessere personale (soddisfazione e autostima).

Da tale analisi è emerso che esiste a livello del campione nel sua totalità una correlazione significativa ($r = .666$) tra l'indice di coesione sociale del GEQ e l'indice di coesione relativa al compito dello stesso abbastanza intuibile data la compresenza di tali indici in un unico strumento.

È presente inoltre una correlazione significativa ($r = .629$) tra la coesione relativa al compito e il clima di squadra e tra quest'ultimo e la coesione sociale, ciò sta ad indicare che all'aumentare del clima positivo del team si ha un aumento della coesione sia relativa al compito che sociale e viceversa. Esiste, poi, una correlazione significativa ($r = .370$) tra l'indice di autostima e la soddisfazione dei componenti dei team.

Contrariamente a quanto ipotizzato, non risultano correlazioni significative tra gli indici di coesione e clima di squadra con gli indicatori di benessere personale.

I risultati delle sopraccitate correlazioni effettuate sono riportate nella tabella numero 16.

Tabella 16. Correlazioni tra i costrutti

		GEQ compito	GEQ sociale	CLIMA di squadra	indice scala autostima	SWLS soddisfazione
GEQ compito	Correlazione di Pearson	1	,666**	,629**	-,001	-,178
	Sig. (2-code)	.	,000	,000	,993	,242
	N	45	45	43	45	45
GEQ sociale	Correlazione di Pearson	,666**	1	,652**	,087	-,059
	Sig. (2-code)	,000	.	,000	,572	,701
	N	45	45	43	45	45
CLIMA di squadra	Correlazione di Pearson	,629**	,652**	1	,204	,149
	Sig. (2-code)	,000	,000	.	,190	,339
	N	43	43	43	43	43
indice scala autostima	Correlazione di Pearson	-,001	,087	,204	1	,370*
	Sig. (2-code)	,993	,572	,190	.	,012
	N	45	45	43	45	45
SWLS soddisfazione	Correlazione di Pearson	-,178	-,059	,149	,370*	1
	Sig. (2-code)	,242	,701	,339	,012	.
	N	45	45	43	45	45

**La correlazione è significativa al livello 0,01

*La correlazione è significativa al livello 0,05

5.5

CONSIDERAZIONI CONCLUSIVE

I risultati di questo studio mettono in luce le caratteristiche di questi tre diversi team.

Dall'indagine relativa all'opinione dei soggetti riguardo un buon team sportivo risulta al primo posto il piacere di stare insieme caratteristica essenziale per l'esistenza di un gruppo in quanto ne può determinare l'esistenza o la disgregazione.

In questo caso, trattandosi di squadre sportive si trova al secondo posto per grado d'importanza che l'allenatore assuma le proprie funzioni ritenute essenziali: preparazione, strategia e risultato.

Successivamente per i soggetti del campione risulta utile per definire buono un team che la spontaneità ne sia una componente fondamentale, questo soprattutto per i più piccoli.

Assume importanza anche una sana competizione tra i membri che può rientrare nelle funzioni dell'allenatore; a metà classifica del campione generale si trova la preferenza per aspetti maggiormente tecnici come la risoluzione dei conflitti, il limite massimo di componenti e i ruoli che però assumono un'importanza rilevante per i componenti del team Over 16 che mettono al primo posto l'idea che tutti i componenti abbiano lo stesso livello di potere e quindi non esistano gerarchie o preferenze.

Il fatto che in questa squadra non si osservi una tendenza generale marcata come si osserva ad esempio nel team Over 35 fa capire che tra questi atleti esistano opinioni diverse e non unanimi ma una variabilità interna maggiore rispetto alle altre squadre del campione.

Le ultime posizioni della classifica sono riservate dal campione ad aspetti sociali ritenuti negativi per la coesione della squadra come ad esempio la formazione di sottogruppi, l'aggressività e il controllo reciproco.

La squadra dei più piccoli (Under 15) e quella dei più grandi (Over 35) sembra dare più importanza ai rapporti sociali quindi al piacere di stare insieme, ai rapporti aperti e spontanei e ad libero dialogo.

Naturalmente queste sono le opinioni che i soggetti hanno al fine di definire buono un team ma non dicono nulla sulla loro squadra di appartenenza in particolare.

Il livello di coesione dei team in questione è stato registrato attraverso il GEQ ed è emerso che l'Under 15 possiede una coesione sociale nella norma mentre la coesione relativa al compito risulta leggermente inferiore per ciò che riguarda l'integrazione a differenza dell'Over 16 che riscontra una coesione sociale sensibilmente inferiore alla tendenza dei valori norma ma un'integrazione al compito soddisfacente; tale differenza si può ipotizzare che sia dovuta alla giovane età del primo team, età adolescenziale già di per sé critica in cui evidentemente si ritengono più importanti i rapporti interpersonali più che il raggiungimento degli obiettivi.

Nei più piccoli dunque risulta, come abbiamo visto, che non per tutti gli obiettivi e le aspirazioni coincidano e abbiano la stessa importanza ma l'interesse è maggiormente rivolto ad aspetti legati allo stare insieme e al poter essere spontanei contrariamente al team Over 16 in cui nonostante possano esserci tensioni interne e quindi una coesione sociale inferiore alla norma ciò non intacca l'unione verso gli obiettivi e la riuscita.

A differenza dei più giovani, nel team composto da atleti dai 35 anni (Over 35) non esistono differenze tra coesione al compito e coesione sociale, per entrambe infatti questo team ha valori superiori alla norma che stanno ad

indicare non solo rapporti positivi e favorevoli tra i componenti ma anche la condivisione di obiettivi, di aspettative e di responsabilità.

Questa squadra dunque si considera più coesa rispetto all' Under 15 e all'Over 16 e la loro unione è dimostrata dalla poca variabilità interna.

Può essere interessante sapere che dalla somministrazione del questionario ad oggi il team Over 16 risultò il meno coeso tra i tre team componenti il campione, si è sciolto; si può dunque concordare con la letteratura sull'argomento che ritiene che la coesione sia un ottimo indice predittivo dei buoni risultati delle squadre.

Per quel che riguarda l'indagine sugli aspetti più personali e quindi una valutazione dei soggetti sulla propria squadra valutata attraverso il QCS, gli atleti del campione si sentono soprattutto stimati e compresi mentre l'autenticità si trova al terzo posto seguita in ultimo dall'accettazione, mentre nel team Over 35 i risultati indicano dei valori sempre alti nell'Under 15 il punteggio più basso è quello dell'accettazione da cui si deduce quindi che gli atleti di questa squadra non si sentono pienamente accettati dai compagni e il livello di deviazione standard abbastanza alto indica che la tendenza è generale.

Nell'Over 16 i componenti esprimono l'idea che nella squadra ci sia poca autenticità e anche in questo caso i membri non si sentono particolarmente accettati, a differenza dei più piccoli, però, è presente in questo caso un'evidente variabilità interna, ciò sembra ancora una volta confermare quanto in questo team ci fosse poca unità di gruppo.

Una tendenza generale del campione è data dall'idea che nelle squadre esistano delle regole e che vengano da tutti rispettate mentre si osserva un'ulteriore differenza tra essi sulla soddisfazione dell'impegno dei compagni di squadra da cui è emerso ancora una volta che tra tutti gli atleti, i meno soddisfatti anche da questo punto di vista sono i componenti dell'Over 16 e la

squadra degli adulti, l'Over 35 anche in questo caso è maggiormente soddisfatta, sarebbe interessante in questo caso osservare se tale soddisfazione sia associata anche ai risultati ottenuti dai team e quindi ad eventuali vittorie o sconfitte.

Nonostante le differenze tra i team e il legame tra gli indici di coesione e clima di squadra è importante notare che gli aspetti personali indagati, quali, autostima e soddisfazione non siano collegati alle dimensioni gruppali e si potrebbe ipotizzare dunque che per questi team, la realtà gruppal è una realtà a sé stante non particolarmente importante per l'identità personale; probabilmente ciò può essere attribuito al fatto che a differenza di sport più tradizionali, in cui esiste un appuntamento fisso quale, ad esempio, la partita ogni fine settimana, in quest'attività le gare, essendo facoltative, sono decise a discrezione degli allenatori e in base alla disponibilità del team.

Questo studio empirico di carattere osservativo ha permesso di analizzare dei gruppi e un'attività sportiva diversi dai soliti (pur seguendo ovviamente una linea sperimentale tipica degli studi in campo sportivo attraverso, per esempio, i classici strumenti) ma in un campo assolutamente ignoto rispetto alla disciplina illustrata.

Considerando i limiti della presente ricerca, si possono individuare alcune potenziali piste di ricerca che potrebbero colmare aspetti che non sono stati approfonditi, ad esempio, effettuando delle indagini sulle differenze di personalità dei soggetti che decidono di intraprendere una danza a squadre piuttosto che una di coppia, oppure di indagare quanto la gelosia e l'invidia possano influenzare il grado di coesione in queste squadre, o ancora effettuare dei confronti tra diverse scuole che potrebbero essere utili ad insegnanti ed allenatori per individuare metodi d'insegnamento atti ad evidenziare le caratteristiche salienti di ogni team.

RIFERIMENTI BIBLIOGRAFICI

ABRAMS, D. & HOGG, M.A. (1988), *Comments on the motivational status of self-esteem in social identity and intergroup discrimination*. European Journal of Social Psychology, 18, pp. 317-334.

AMERIO, P. (1995), *Fondamenti teorici di psicologia sociale*, Bologna, il Mulino.

ANDERSON, A. B. (1975), *Combined effects of interpersonal attraction and goal path clarity on the cohesiveness of task-oriented groups*. Journal of Personality and Social Psychology, 31, pp. 68-75.

ANDREAGGI, G., ROBAZZA, C. & BORTOLI, L. (2000), *Coesione sociale e sul compito negli sport di squadra: il "Group Environment Questionnaire"*. Giornale Italiano di Psicologia dello Sport, 2 (1), 19-23.

ANTONELLI, C. & DE LUCA, F. (2006), *Discoinferno. Storia del ballo in Italia 1946-2006*, Milano, Il Saggiatore.

ANTONELLI, F. (1958), *Psicologia sportiva e degli sportivi*. Bollettino Ufficiale delle Federazione Medico-Sportiva Italiana, Ed. Minerva Medica.

ANTONELLI, F. (1987), *Lecture di psicologia sportiva*. Ed. Luigi Pozzi.

ANTONELLI, F. & SALVINI, A. (1987), *Psicologia dello sport*, Roma, Lombardo.

ANTOLLOVICH, M. (1991a), *Aspetti psicologico-relazionali tra atleta-allenatore-psicologo e la metafora della vittoria*. Movimento, 6, 2, pp 118-119.

ANTOLLOVICH, M. (1991b), *Desiderio di vincere*. Movimento, 7, 2, pp. 116-117.

ASCH, S. E. (1968), *Psicologia sociale*, Torino, SEI (ed. orig. Social psychology, New York, Prentice Hall, 1952).

BAKERMAN, R. & HELMEREICH, R. (1975), *Cohesiveness and performance: Covariation and causality in an undersea environment*. Journal of Experimental Social Psychology, 11, pp. 478-489.

BARONI, M. R. & FALCHERO, S. (2003) (a cura di), *Psicologia ambientale e dintorni. Ricordo di Mimma Peron*. Padova, CLEUP.

BARROW, J.C. (1971), *The variables of leadership: a review and conceptual framework*. Academy of Management Review, 74, pp. 24-32.

BAUMANN, S. (1998), *Psychologie im Sport*. Meyer & Meyer, Aachen.

BAUMEISTER, R. F. & LEARY, M. R. (1995), *The need to belong: Desire for interpersonal attachments as a fundamental human motivation*. Psychological Bulletin, 117, pp. 497-529.

- BENELLI, B. (2001), *Avanzi di balera*. Bologna, Il Mulino.
- BENELLI, B., PADINO S., PERLI, M. & PAZZAGLIA, F., (2005), *Rotazione mentale ed effetto allineamento in ballerini di danze sportive*. Movimento, 23, pp. 1-8.
- BERKOWITZ, L. (1954), *Group Standards, cohesiveness and productivity*. Human Relations, 7, 509-519.
- BERTANI, B., MANETTI, M. & VENINI, L. (1998) (a cura di), *Psicologia dei gruppi. Teoria, contesti e metodologie d'intervento*. Milano, FrancoAngeli.
- BION, W. A. (1961), *Experiences in groups and other papers*. Tavistock Publications Ltd (tr. it. Esperienze nei gruppi. Roma, Armando, 1971).
- BIONDO, R. & GHIRELLI, G. (1988), *Stili e grado di coesione in squadre di Basket* In Guicciardini, M. e Salvini, A. (a cura di), *Psicologia dell'atleta*. Milano, Giuffrè.
- BLANCHARD, P. A., WEIGEL, R. H. & COOK, S. W. (1975), *The effect of relative competence of group members upon interpersonal attraction in cooperating interracial groups*. Journal of Personality and Social Psychology, 32, pp. 519-530.
- BORTOLI, L. & ROBAZZA, C. (1995), *La relazione allenatore - atleta nello sport giovanile*. Movimento 11,3.
- BOWLBY, J. (1969), *Attachment and loss*. Vol.1: Attachment. New York: Basic Book; trad. it. L'attaccamento alla madre. Torino, Boringhieri.
- BREWER, M. B. (1991), *The social self: On being the same and different at the same time*. Personality and Social Psychology Bulletin, 17, pp. 475-482.
- BROWN, R. (1990), *Psicologia sociale dei gruppi*, Bologna, il Mulino (ed. orig. Group Processes. Dynamics within and between groups, Oxford, Basil Blackwell, 1989).
- BUCCI, W. (1994), *I ballerini di Geriarock*. Movimento, 10, 3, pp.141-142.
- CAPOREAL, L. R. (1997), *The evolution of truly social cognition: the core configurations model*. Personality and Social Psychology Review, 1, pp. 276-298.
- CARRON, A.V. (1982), *Cohesiveness in sport group: interpretations and considerations*. Journal of Sport Psychology, pp. 123-128.
- CARRON, A. V., BRAWLEY, L. R. & WIDMEYER, W. N (1985), *The development of an instrument to asses cohesion in sport teams: the Group Environment Questionnaire*. Journal of Sport Psychology, 7, pp. 244.
- CARRON, A.V., BRAWLEY, L. R., BRAY, M. A. & DORSCH, P. A. (2004), *Using consensus as a criterion for groupness. Implications for the cohesion-group success relationship*. Small Group Research, 34, 4, pp. 466-491.

CARRON, A. V., BRAY, S. R. & EYS, M. A. (2002), *Team cohesion and team success in sport*. Journal of Sports Sciences, 20, pp.119-126.

CARRON, A. V., COLMAN, M., WHEELER, J. & STEVENS, D. (2002), *Cohesion and performance in sport: A meta Analysis*. Journal of Sport and Exercise Psychology, 24, 2, pp. 168-188.

CARRON, A. V., EYS, M., HARDY, J. (2005), *Exploring the potential disadvantages of high cohesion in sport teams*. Small Group Research, 36, 2, pp.166-187.

CARTWRIGHT, D. (1968), *The nature of group cohesiveness*. In D. Cartwright & A. Zander (a cura di), *Group Dynamics: Research and theory* (3rd ed., 91-109). Harper & Row, New York.

CEI, A. (1988), *Psicologia dello sport*. Bologna, Il Mulino.

CEI, A., BERGERONE, C., DERIDONO, D. & FORMICA, F. (1988), *Personalità e stile interpersonale dell'allenatore in uno sport di squadra*. In M. Giucciardi e A. Salvini (a cura di), *La Psicologia dell'Atleta: Studi e ricerche sulle differenze individuali*. Milano, Giuffrè.

CESA BIANCHI, M. et al. (1989), *Rapporto atleta-allenatore in diverse discipline sportive*. Movimento, 5, 1, pp. 58-61.

CHELLADURAI, P. (1990), *Leadership in Sports*. International Review of Sport Psychology, 21, pp. 328-354.

CHELLADURAI, P. & SALEH, S. D. (1978), *Preferred leadership in sports*. Canadian Journal of Applied Psychology, 3, pp. 85-92.

CONSOLINI, G. (1991), *Aggressività e sport*. Movimento, 7, 3, pp. 167-169.

COOLEY, C.H. (1970), *Concetto e significato dei gruppi primari*. (a cura di) Pagani, A., *Antologia delle ricerche sociali*. Bologna, Il Mulino.

COSTA, A. (2001), *Dinamica del gruppo-squadra*. In A. Cei e M. Pirritano (a cura di) *Studi e ricerche di Psicologia dello Sport*, CONI, Roma.

DE MOJA', C. A. (1987), *Metodologia della ricerca in psicologia dello sport*. Movimento, 3, 2, pp. 147-149.

DE MOJÀ, C.A. (1987), *Psicologia e Sport*. Padova, Piccin Nuova Libreria.

DE NICOLO', G., MOVILLA, S. & SEGALINI D. (1994), *Vita di gruppo. Manuale pratico-teorico di conduzione di gruppo*. Elle Di Ci, Leumann.

EISMAN, B. (1959), *Some Operational Measures of Cohesiveness and their interrelations*. Human Relations, 12, pp.183-189.

- EITZEN, S. (1973), *The effect of group structure on the success of athletic teams*. International Review of Sport Sociology, 8, pp. 7-16.
- EVANS, N.J. & JARVIS, P.A. (1980), *Group Cohesion: A review and reevaluation*. Small Group Behavior, 11, pp. 359-370.
- FESTINGER, L., SCHACHTER, S. & BACK, K. (1950), *Social Pressures in informal groups*. New York, Harper.
- FERESIN, C. & ZANUTTINI, L. (1998), *Variabili psicologiche del successo nello sport agonistico*. Movimento, 14, 3, pp. 91-94.
- FIEDLER, F. E. (1967), *A Theory leadership effectiveness*. McGraw- Hill, New York.
- FIZZOTTI, E. & CARELLI, R. (1989), *Gareggiare per un significato*. Movimento, 5, 3, pp. 175-177.
- FREUD, S. (1921), *Massenpsychologie und Ich-Analyse* (tr.it Psicologia delle masse e analisi dell'io, Opere, vol. 9, Boringhieri, Torino 1977).
- GABRIELE, L. (1994), *Il costrutto psicologico dell'impegno sportivo*. Movimento, 10, 1, pp. 9-11.
- GARDNER, D., SHIELDS, D. L., BOSTROM, A. (1996), *The relationship between perceived coaching behaviours and team cohesion among baseball and softball players*. Sport Psychologist, 10, pp. 367-381.
- GIOVANNINI, D. & SAVOIA, L. (2002), *Psicologia dello sport*, Roma, Carocci.
- GHIPELLI, G. (1989), *Il Gruppo Sportivo: Elementi di Psicologia Sociale*. C.O.N.I., Scuola dello Sport, Roma.
- GIUCCIARDI, M. & SALVINI, A. (1988), *La Psicologia dell'Atleta: Studi e ricerche sulle differenze individuali*. Milano, Giuffrè.
- GOMEZ, M. (1986), *Fattori Psicologici che creano Campioni*, Psicologia Contemporanea, 77, pp. 22-27.
- GORDON, S. (1988), *Decision-making styles and coaching effectiveness in university soccer*. Canadian Journal of Sport Sciences, 13, pp. 56-65.
- GROSS, N. & MARTIN, W.E. (1952), *On Group Cohesiveness*. Journal of Sociology, 57, pp. 546-564.
- GUICCIARDI, M., STAFFA, T. & MELEDDU, M. (2001), *La relazione tra coesione e prestazione in squadre femminili di pallavolo: un'indagine empirica*. Bollettino di Psicologia Applicata, 233, pp. 33-45.

GULINELLI, M. & MAGRINI, P. (1992), *Lo Psicologo ed il Team*. SdS - Rivista di cultura Sportiva, 26 9, pp. 15-21.

HARE, A.P. (1981), *Group size*. American Behavioral Scientist, 24, pp. 695-709.

HENDERSON, J. & BURGEON, A.E. (1998), *Group cohesiveness, mood disturbance, and stress in female basketball players*. Small Group Research, 29, 2, pp. 212-225

HOGG, M.A. (1992), *The Social Psychology of Group Cohesiveness: From Attraction to Social Identity*. Harvester Wheatsheaf, London.

HOGG, M. A. (1999), *Riscoprire il gruppo sociale: La teoria della categorizzazione di sé*. Bologna, Patron.

HOGG, M. A. & HARDIE, E. A. (1992), *Prototypically, conformity and depersonalized attraction: A self categorization analysis of group cohesiveness*. British Journal of Social Psychology, 31, pp. 41-56.

HØIGAARD, R., SAFVENBOM, R., TONNESSEN, F.E. (2006), *The Relationship Between Group Cohesion, Group Norms, and Perceived Social Loafing in Soccer Teams*. Small Group Research, 37, 3, pp. 217-232.

HOLT, N. L. & SPARKES, A. C. (2001), *An ethnographic study of cohesiveness in a college soccer team over season*. The Sport Psychologist, 15, pp. 237-259.

INTONTI, P.; VALDISSERRI, L. & PERSI, P. (2003), *Far eccellere il team, impresa e sport a confronto*, Milano, FrancoAngeli.

KAMPHOFF, C., GILL, D. & HUDDLESTON, S. (2005), *Jealousy in sport: Exploring jealousy's relationship to cohesion*. Journal of Applied Sport of Psychology, 17, 4, pp. 290-305.

KANEKLIN, C. (1993), *Il gruppo in teoria e in pratica. Uno strumento per il lavoro psicologico, clinico e sociale*. Milano, Raffaello Cortina Editore.

KARAU, S. J. & HART, J. W. (1988), *Group cohesiveness and social loafing: Effects of a social interaction manipulation on individual motivation within groups*. Group Dynamics, 2, pp. 185-191.

KLEIN, M., HEIMAN, P. & MONEY KYRLE, R. (1966) (a cura di), *Nuove vie della psicoanalisi*. Tr. It. Il Saggiatore, Milano.

LANDERS, D. M. & LUESCHEN G. (1974), *Team performance outcome and the cohesiveness of competitive coacting groups*. International Review of Sport Sociology, 9, pp. 57-71.

LE BON, G. (1895), *Psychologie des foules*. Paris, Alcan (tr. It. Psicologia delle folle. Longanesi, Milano 1980).

LEWIN, K. (1972), *Teoria e sperimentazione in psicologia sociale*, Bologna, il Mulino (ed. orig. Field Theory in Social Science, New York, Harper&Row Publishers, 1951).

LIBO, M. (1953), *Measuring group cohesiveness*. University of Michigan, Institute for Social Research, Ann Arbor, MI.

LORENZONI, M. C. (1998), *Lo sport di squadra: luogo educativo per lo sviluppo e la maturazione della personalità socio-relazionale dell'adolescente*. Movimento, 14, 1, pp. 26-31.

LOTT, A.J. & LOTT, B.E. (1961), *Group cohesiveness, communication level, and conformity*. Journal of Abnormal and Social Psychology, 62, pp. 408-412.

LOTT, A.J. & LOTT, B.E. (1965), *Group Cohesiveness as interpersonal attraction*. Psychological Bulletin, 64, pp. 259-309.

MARTENS, R. & PETERSON, J. A. (1971), *Group cohesiveness as a determinant of success and member satisfaction in team performance*. International Review of Sport Psychology, 6, pp. 49-61.

MAZZALI, S. (1995), *Lo spogliatoio. Le dinamiche di gruppo nei giochi di squadra*. Reggio Emilia, Koala Libri.

MENGERI, L. (1994), *Riflessioni sul Flow*. Movimento, 10, 1, pp. 5-8.

MINGUZZI, G. (1973), *Dinamica psicologica nei gruppi sociali*. Bologna, Il Mulino.

MORENO, J. L. (1953), *Who shall survive?* Beacon House, Beacon (tr. it. Principi di Sociometria. Milano, Etas Kompass 1964).

MUZIO, M. (1988), *Importanza della psicologia nello sport moderno*. Movimento, 4, 2, pp. 137-138.

MULLEN, B. & COPPER, C. (1994), *The relation between group cohesiveness and performance: an integration*. Psychological Bulletin, 115, pp. 210-227.

MYERS, N. D., FELTZ, D. L. & SHORT, S. E. (2004), *Collective efficacy and team performance: A longitudinal study of collegiate football teams*. Group Dynamics: Theory, Research and Practice, 8, pp. 126-138.

NIXON, H. L. (1977), *Cohesiveness and team success: a theoretical reformulation*. Review and Sport and Leisure, 2, pp. 36-57.

NOVELLI, P.M. (1986), *Adolescenza e sport. Influenza dell'attività sportiva sullo sviluppo della personalità*. Scuola dello Sport, 6, 7, 8, pp. 94-101.

PASTORE, L. (1997), *La psicologia dello sport in ambito sociale e agonistico*. Movimento, 13, 1.

- PLUTCHIK, R. (1981), *Group cohesion in psychorevolutionary context*. New York, Grune and Stratton.
- PRAPAVESSIS, H. (1997), *Sacrifice, cohesion, and conformity to norms in sport teams*. *Group Dynamics: Theory, Research, and Practice*, 1, 3, pp. 231-240.
- PRUNELLI, V. (2000), *I dieci comandamenti: 1°*, *pensa sempre ai compagni*. *Sport Week*, 18, p. 38.
- QUAGLINO, G.P. & CASAGRANDE, A.S. (1992), *Gruppo di lavoro, lavoro di gruppo*. Milano, Raffaello Cortina ed.
- REDA, M. A., CARIDI, A. & TOGNETTI, A. (1987), *Psicologia dello sport*. *Movimento*, 3, 2, pp. 123-125.
- REGAZZONI, G., ROSSI, M. & SFREGANO, P. (1997), *L'abc del ballo*. Milano, Mondadori.
- ROBAZZA, C., BORTOLI, L & GRAMACCIONI, G. (1996), *Le emozioni nello sport*. *Movimento*, 12, 3, pp. 77-80.
- SALAMELA, J. & CEI, A. (1988), *Alle fonti della psicologia sportiva*. *Movimento*, 4, 2, pp. 145-146.
- SCHACHTER, S., ELLERTSON, N., MC BRIDE, D. & GREGORY, D. (1951), *An experimental study of cohesiveness and productivity*. *Human Relations*, 4, pp. 229-238.
- SHERIF, M. & SHERIF C.W. (1953), *Groups in harmony and Tension: an Integration of studies on Intergroup Relations*. Octagon Books, New York.
- SHERIF, M., & SHERIF, C. W. (1969), *Social Psychology*, New York, Harper and Row.
- SMITH, E. R. & MACKIE, D. (1998), *Psicologia sociale*, Bologna, Zanichelli.
- SPALTRO, E. (1985), *Pluralità: manuale di psicologia di gruppo*. Bologna, Patron.
- SPINK, K. S. (1990), *Group cohesion and collective efficacy of volleyball teams*. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 12, pp. 301-311.
- STEINER, I. D. (1972), *Group process and productivity*. Academic Press, New York.
- SYER, J. (1986), *Teamspirit. The exclusive experience*. Kingswood, London.
- TAJFEL, H. (1985), *Gruppi umani e categorie sociali*, Bologna, il Mulino (ed. orig. *Human groups and social categories. Studies in social psychology*, Cambridge, Cambridge University Press, 1981).
- TASSI, F. (1993), *Scegli il tuo sport. Strumenti psicologici per capire gli sport, per rispondere ai problemi di chi si avvicina allo sport*. Firenze, Universale Sansoni.

- TAYLOR, D.M., DORIA, J. & TYLER, J.K. (1983), *Group performance and cohesiveness: an Attributional Analysis*. Journal of Social Psychology, 119, pp. 187-198.
- TERRENI, L. & OCCHINI, L. (1997), *Psicologia dello sport : aspetti sociali e psicopatologici : valutazione e programma di intervento*. Milano, Guerini scientifica .
- TERRY, P. C., CARRON, A. V., PINK, M. J., LANE, A. M., JONES, G., & HALL, M. (2000), *Perceptions of group cohesion and mood in sport teams*. Group Dynamics: Theory and Practice, 4, pp. 234-243.
- TUCCI, R., PINELLI, M. & PELOSI, A (2000), *Coesione di gruppo e dimensioni di personalità nella squadra di calcio*. Giornale Italiano di Psicologia dello Sport, 1 2, pp. 15-18.
- TURNER, J.C., (1987), *Riscoprire il gruppo sociale: La teoria della categorizzazione di sé*. Bologna, Patron.
- WIDMEYER, W.N., (1990), *The effects of group size in sport*. Journal of Sport and Exercise Psychology, 12, pp. 177-190.
- VOCI, A. (2003), *Procassi psicosociali nei gruppi*. Roma, Laterza.
- WIDMEYER, W. N., CARRON, A. V., BRAWLEY, L. R. (1993), *Group cohesion in sport and exercise in Handbook of research on sport psychology*, a cura di Singer, R. N., Murphey, M., Tennant, L. K., pp.672-694, New York, Macmillan.
- WILLIAMS, J.M., HACKER, C.M. (1982), *Casual relationship among cohesion, satisfaction and performance in women's intercollegiate field hockey teams*. Journal of Sport Psychology, 4, pp. 324-337.
- YUKELSON, D., WEINBERG, R., JACKESON, A. (1984), *A multidimensional group cohesion instrument for intercollegiate basketball teams*. Journal of Sport Psychology, 6, pp. 103- 117.
- ZAMMUNER, V. L. (1998), *Tecniche dell'intervista e del questionario*, Bologna, Il Mulino.

RINGRAZIAMENTI

Ed eccoci alla parte più problematica... come far rientrare tanti Grazie in così poco spazio...!

Inizierei dal lato tecnico e quindi un doveroso e sincero GRAZIE alla Prof.ssa Raffaella Iafrate e alla Dott.ssa Miriam Parise per la disponibilità e l'aiuto pratico e morale.

Un immenso GRAZIE Di CUORE va sicuramente ai miei genitori accompagnato da mille scuse per il prolungamento dei tempi e ad un Premio Nobel "simbolico", per la pazienza.

Il Grazie successivo è per tutti quelli che hanno creduto in me, l'elenco non è lunghissimo ma è comprensivo di persone di cui non potrei fare a meno neanche in un'altra vita (non me ne vogliano mamma e papà...è ovvio che anche voi facciate parte del gruppo!!!):

GRAZIE alla zia Kik, la mia madrina (che ora volentieri condivido) che da sempre e per sempre è la migliore!

GRAZIE alla mia "sorellina" Elena, prendi esempio dalla tua guida spirituale e non fare gli stessi errori!!

Un GRAZIE immenso e poco esprimibile a parole al mio Ale, artefice e compagno della mia passione per il ballo, per avermi sopportato e confortato nei (molti) momenti di abbattimento.

Inoltre, GRAZIE ai parenti vicini e lontani, non ve la prendete, ma siete in troppi per potervi elencare tutti...

GRAZIE ai miei amici, di vecchia e nuova data...

GRAZIE alla Dance New Team che ha contribuito direttamente al lavoro e in modo particolare alle mie "campionesse italiane"!

GRAZIE alle mie colleghe già Dottoresse e a quelle che lo saranno a breve.

E infine, GRAZIE a tutti quelli che mi sono stati vicino ma anche a quelli che non l'hanno fatto...!

