

## Talenti, impegno, disciplina: la lezione degli Azzurri agli Europei 2024 di atletica

Prof.ssa Alessandra Graziottin

Direttore del Centro di Ginecologia e Sessuologia Medica

H. San Raffaele Resnati, Milano

In 42 minuti, l'Italia sabato scorso ha conquistato 3 ori e 6 medaglie agli Europei di atletica: un tale concentrato record di successi non ha precedenti nella storia della nostra atletica. Gli ori di Marcell Jacobs nei 100, di Lorenzo Simonelli esplosivo nei 110 ostacoli, di Leonardo Fabbri nel peso, con gli argenti di Chituru Ali nei 100, di Mattia Furlani nel salto in lungo e il bronzo di Francesco Fortunato nella 20 km di marcia scintillano in discipline dove per eccellere e per vincere non ci sono scorciatoie: i talenti, fisici e mentali, vanno coltivati con impegno quotidiano, passione, costanza e tanta disciplina.

Anche sul fronte del tennis gli esempi luminosi sono in crescita. Jannik Sinner, oltre a essere esemplare per talento, determinazione e impegno, sa perdere o subire un errore, come dal raccattapalle distratto che lo ha danneggiato al Roland Garros, senza recriminare, senza aggredire, senza umiliare. Un esempio di rara educazione interiore, di sensibilità e di stile. Il suo obiettivo? «Essere una persona (sic) e un giocatore migliore»: la qualità dell'uomo prima ancora dell'eccellenza tennistica. Complimenti anche ai genitori!

Jasmine Paolini, "Pollicina" coraggiosa contro la potente e ingiocabile polacca Iga Swiatek (che vince il suo quarto Roland Garros in 5 anni, in un curriculum di 22 titoli WTA), sorride simpatica e felice, anche dopo la sconfitta, congratulata da Martina Navratilova e Chris Evert: «Qui nessuno ti regala niente: se non progredisco a ogni livello, di gioco, di fisico e di testa, rimanere nelle top 10 non sarà facile». E intanto festeggia con sorrisi luminosissimi "i giorni più belli della mia vita". Sulla scia di Jannik e Jasmine, il tennis italiano vola con giovani talenti sulla rampa di lancio mondiale.

Perché mi soffermo, con grande gusto, sui nostri sportivi che seguo con passione? Oltre a darmi gioia, e impennate di orgoglio italiano, mi stimolano a riflettere sulla clamorosa polarizzazione in corso nel nostro Paese, e non solo. Da un lato, giovani che sanno impegnarsi e soffrire, rinunciare a piccole soddisfazioni per perseguire obiettivi immensi, che imparano dalle sconfitte analizzandole e mettendosi in discussione, che superano con coraggio infortuni diversi e tornano in campo. Dall'altro, il numero crescente di bambini, adolescenti e giovani adulti che sono incapaci di affrontare perfino semplici prove durante l'anno scolastico. Di fatto iperprotetti, sono privati del più elementare allenamento a saper camminare con le proprie gambe usando coraggio e testa, con cervelli disabilitati in molte aree critiche, appesi ai social e inetti a vivere nella vita reale.

Che cosa possiamo apprendere da queste due realtà? Anzitutto, il positivissimo effetto emulazione: con giovani campioni che scintillano su copertine, televisione e web, ecco il netto aumento dei giovani che praticano il tennis, per esempio, con ambizioni agonistiche. Secondo, l'effetto integrazione per i giovani immigrati, o figli di immigrati: lo sport come magnifico strumento per coltivare talenti ed esprimerli al meglio, come per Lorenzo Simonelli (la mamma è tanzaniana) o Chituru Ali, di madre nigeriana e padre ghanese, affidato e ben cresciuto dalla

famiglia Mottin, di Como. Terzo, l'effetto "educazione a saper vivere", su cui meriterebbe soffermarsi a lungo.

Quali sono i fattori tossici che oggi riducono la capacità di vivere giovinezze appassionanti, fino ad amputarle? L'iperprotettività di molti genitori è un veleno sottile e pervadente. La mancanza di regole e di disciplina nella vita familiare è un altro tossico pericoloso, perché trasforma i figli in viziati tiranni, egoisti ed egocentrici. La possibilità di avere tutto e subito, senza doversi conquistare niente, con la complicità di denaro e regali che derivano dall'essere l'unico figlio e nipote per troppi adulti (nonni e zii, oltre ai genitori), amputa ulteriormente lo stimolo a essere se stessi, a fare, a ottenere qualche cosa con le proprie forze, il proprio impegno, il proprio sacrificio.

La scarsissima attenzione a educare al senso di responsabilità personale nella gestione della propria vita è un altro fattore di distruzione di talenti e opportunità, tanto più quanto lo stile familiare e sociale è "dare sempre la colpa agli altri". Non ultimo, l'eccesso di vita virtuale, a scapito della vita reale, lascia i cervelli disabilitati e le vite private di un centro di gravità permanente, solidamente fisico, emotivo e affettivo. Invece di continuare a togliere prove ed esami, e ad abbassare lo standard scolastico, mettiamo più gioco e sport nella vita reale, fin da piccoli, cominciando proprio dalla scuola. Stimoliamo i figli all'autonomia responsabile. Limitiamo i social. E diamo il buon esempio, con sani stili di vita e una limpida assunzione di responsabilità personale, in ogni ambito della nostra vita.