

## STOP&GO. UNA VITTORIA SPORTIVA MA NON TROPPO

### SCHEDA DEL LIBRO



Vittoria ha diciassette anni. È una giovane pallavolista di talento, tirata di qua e di là da quel male necessario e inevitabile che è l'adolescenza. Vittoria si aggrappa alla professoressa Eva, la sua ex insegnante di educazione fisica, 'recuperandola' dentro un foglietto stropicciato; un vecchio appunto a matita; la nota di un indirizzo e-mail.

Comincia così un carteggio telematico affettuoso ed avvincente, fatto di adolescenze che si sostengono - i guizzi di entusiasmo e l'energia di Eva, la professoressa, a volte sembrano confondersi con quelli di Vittoria -, perché "ci sono adolescenze che si innescano a novanta anni" (Alda Merini)

Dalla prefazione al libro firmata da Mario de Benedictis, insegnante, allenatore di atletica leggera (mezzofondo e marcia), scrittore.

Margherita Sassi, psicoterapeuta cognitivo-comportamentale e psicologa esperta in psicologia dello sport.

Chiara Colagrande, disegnatrice, illustratrice per l'infanzia e insegnante all'Accademia del fumetto di Pescara



### Il Mio Profilo

"Margherita Sassi, psicologa e psicoterapeuta, opera nel settore della Psicologia dello Sport da oltre dieci anni. E' autrice di articoli scientifici e divulgativi, nella quotidianità del suo lavoro affronta le questioni maggiormente ricorrenti nel mondo dell'attività motoria e sportiva, dedicandosi all'informazione e alla formazione di tutti i settori che compongono la complessità del sistema sportivo. Ha giocato a pallavolo, ha fatto l'allenatrice ed ha avviato allo sport centinaia di bambini e giovani, anche grazie ad un enorme bagaglio di esperienze sul piano motorio e sportivo. Ha un'esperienza consolidata in ambito scolastico a livello progettuale e sta attivando sinergie locali, sempre più articolate, coinvolgendo enti sia pubblici che privati. Il suo scopo è quello di promuovere il gioco, il movimento e lo sport per proporre alle persone un'opportunità in più di godere appieno della loro vita". (tratto da Stop & Go)

[Per saperne di più](#)

## Descrizione del libro

“Con questo libro desidero scrivere di sport e arrivare dove, di solito, non si arriva. Vorrei raccontare di come lo sport insegna e aiuta a vivere, di come è difficile conciliare gli insegnamenti genitoriali e l'esigenza di armonizzare il proprio comportamento con quello delle proprie compagne di squadra. Desidero scrivere di come, alcune volte, è difficile godere dello sport per quello che semplicemente ti offre, di come i condizionamenti familiari e sociali, oltre che scolastici, inquinino la gioia pura di muovere ad arte il proprio corpo. Vorrei, quindi, tratteggiare la figura di una ragazza, come ce ne sono milioni, impegnata nella sua lotta personale con la paura di crescere e la rabbia di dover attendere alle aspettative altrui. Vorrei descrivere l'entusiasmo di assecondare una passione e l'ansia di vederla incagliarsi. Mi piacerebbe rappresentare l'alternarsi di mille pensieri, effetto delle sensazioni e delle emozioni più irregolari. Vorrei descrivere una vita naturale, fatta di amori ed incomprensioni, simpatie ed antipatie, legami e distacchi, uno squisito groviglio di variabili, accomunate dal piacere di vivere e dalla paura di incrociare la sofferenza, da un momento all'altro. È la storia di Vittoria, a cui il padre ha voluto dare un nome che pesa come un macigno e che, allo stesso tempo, può suonare come una favolosa melodia. La melodia dettata dalla convinzione che vincere vuol dire crescere, espandersi, e diventare amici delle opportunità. Anche quando si avvicendano, quasi con indiscrezione, allo scoccare dei minuti, delle ore, dei secondi ... sono attimi di sport, che nella loro incantevole precarietà hanno il potere di rimanere eterni. Le giornate di Vittoria sono giornate vissute all'insegna della forza di volontà e della consapevolezza, ingredienti che rendono, ognuno di noi, un vincente vero. Vittoria è una giovane che parte in velocità, convinta di trovare soddisfazione in un campo di gioco, e che invece, a sue spese, si accorge che lo sport non è il fine, ma il mezzo per sentirsi una “giovane di successo”. Il talento di Vittoria, sulle prime, sembra essere nel suo stile di gioco, ma presto viene fuori che risiede altrove. E ben oltre un campo di gara. Vittoria è una che vince al gioco della scoperta di se stessa e di quello di cui lei, nella sua vita, aveva davvero bisogno. Lo stop & go è lo scotto pagato per aver preso l'idea della vittoria dal suo lato perdente. Il mezzo per recuperare è lo sport. Il fine è la gioia ritrovata di una giovane “cotta” dello sport e, quindi, della vita. In fondo, Vittoria è un'aspirante pilota, come tutti i giovani della sua età. Vorrebbe correre, superare tutti e vincere, ma capisce che godere della gara è il primo passo, il più importante. E perché questo accada a tutti i giovani innamorati della vita, serve un lavoro di squadra all'insegna dell'armonia e della condivisione, che il mondo sportivo, anche alla luce di questa storia, dovrebbe finalmente rivendicare.” (tratto dall'Introduzione a STOP&GO)

## **Utilità/ricadute operative**

Il libro punta a favorire un naturale processo di identificazione sia con la protagonista (Vittoria) che con la sua interlocutrice (prof.ssa Eva) e questo potrebbe essere l'inizio di un cambiamento, da alimentare, successivamente, con altre iniziative, sia editoriali che di formazione.

## **Destinatari del libro**

Anzitutto i giovani delle scuole superiori (14-19 anni) e, poi, coloro che hanno interesse per lo sport giovanile: allenatori, maestri, genitori, istruttori, dirigenti sportivi, docenti di educazione fisica.

## **Punti di forza e principale novità**

La Psicologia dello Sport raccontata in chiave narrativa costituisce una novità.

È prevista una parte illustrata, frapposta al testo, che è stata calibrata per qualità e quantità. E c'è anche una parte interattiva, sotto forma di schede operative, che rende il lettore partecipe di quello che, man mano, scopre.

Il libro è stato concepito in vista dell'opportunità futura di creare una saga.

È un libro che si fa leggere, perché rappresenta un flusso nel quale poter entrare ed uscire a piacere, senza alcuna forzatura, e questa sensazione dovrebbe invogliare, soprattutto, i giovani, ma anche il mondo sportivo in generale. Il libro entra appieno nel mondo giovanile e lo racconta "da dentro".

## **Note**

Personalmente, sento il dovere di contribuire continuamente alla crescita e all'espansione del mondo sportivo. Con questo libro ho voluto trasformare il senso del dovere in senso di responsabilità ed ho tradotto il mio modo di vedere lo sport in una storia, che potrà diventare quella di qualunque giovane. Credo che si possa educare senza porsi palesemente il problema di farlo, ma soprattutto appassionando, stimolando ed alimentando l'unicità di ciascun giovane.

[Per saperne di più](#)

Il libro è in vendita su [Amazon](#)