

ESERCITAZIONE SESTA LEZIONE

Presenterò una esperienza personale realizzata in ambito di Psicologia dello Sport con ragazzi diversamente abili.

Si tratta di una ricerca sulla motivazione alla pratica sportiva.

In qualsiasi approccio educativo-riabilitativo risulta essenziale non sottovalutare la motivazione, perché se essa risulta carente si rischia di invalidare tutto il lavoro programmato. Dunque, nel selezionare le proposte operative relative alla pratica sportiva di un gruppo di ragazzi diversamente abili, abbiamo posto particolare attenzione agli interessi ed alle inclinazioni dei nostri atleti. Precisiamo che si tratta di “pratica sportiva effettuata con regolarità”, inserita in una organizzazione ufficialmente riconosciuta dal CIP e caratterizzata da continuità temporale, da regolarità negli allenamenti e da competizione agonistica.

Per il protocollo di studio proposto è stato individuato come punto di partenza e di riferimento, una precedente ricerca scientifica svolta nel 1993, su un vasto campione (2589 atleti) da R. Buonanno, A. Cei e A. Mussino, la quale valutava le motivazioni e gli atteggiamenti verso lo sport dei giovani atleti italiani. Da quest'ultima era emerso un insieme di fattori motivazionali che raggruppano le principali ragioni per le quali ci si avvia alla pratica sportiva.

E' stato riproposto agli atleti diversamente abili una versione adattata di tale ricerca per la verifica dei fattori motivazionali già individuati nei giovani atleti italiani ed in particolare per verificare la presenza dei seguenti bisogni che risultano essere spinte motivazionali:

- ° Successo
- ° Status sociale
- ° Forma fisica
- ° Abilità
- ° Rinforzi estrinseci
- ° Appartenenza ad un gruppo (squadra)
- ° Divertimento
- ° Amicizia
- ° Scarica di energia.

Successo-Status:

Le caratteristiche della situazione sportiva stimolano in modo diretto la competitività nei giovani, e certamente in modo più elevato rispetto a quanto questa sia sollecitata in altre situazioni della loro vita quotidiana. Scanlan (1982), evidenzia come il confronto sociale sia implicito nella natura del gioco sportivo, sia giovanile che adulto. Il fattore “successo” ed il fattore “status” discriminano tra i giovani coloro che attribuiscono importanza agli aspetti tipici della situazione competitiva, fra i quali

emergono in modo esplicito, il desiderio di riuscita nello sport e, spesso come naturale conseguenza, quello di acquisire un valido riconoscimento sociale.

Le risposte che tipicamente permettono di evidenziare la presenza di questo bisogno sono: “Mi piace sentirmi importante”, “Voglio essere famoso”, “Mi piace vincere”; “Mi piace ricevere premi e medaglie”; “mi piace fare qualcosa in cui mi sento bravo”...

Forma fisica – abilità:

Le scelte motivazionali evidenziano come il desiderio di competenza sportiva si manifesti a due livelli: la percezione soggettiva di sentirsi in forma; ed il desiderio di acquisire e migliorare le proprie abilità. Tali livelli si fondono in un unico fattore, probabilmente perché i giovani hanno imparato, con l’allenamento quotidiano, a percepirla come fortemente interdipendenti: il desiderio di manifestare padronanza delle abilità sportive richieste dalla disciplina praticata.

“Mi piace essere attivo fisicamente”; “Voglio stare in forma”; “Voglio imparare nuove abilità”...

Rinforzi estrinseci:

Questo fattore fa esplicito riferimento all’influenza esercitata dall’ambiente sociale e specialmente dalle persone più significative (amici, genitori, allenatore), nel favorire la partecipazione alla pratica sportiva; particolare importanza riveste anche la speciale attrazione per il materiale sportivo.

“i miei genitori vogliono che io faccia sport”; “Mi piace fare contento l’allenatore”...

Squadra:

Questo fattore sottolinea gli aspetti dello sport più strettamente correlati con il desiderio di avere obiettivi comuni e di collaborare con gli altri nel raggiungimento di un fine sportivo.

“Mi piace lo spirito di squadra”; “Mi piace far parte di un gruppo sportivo”;

Amici-Divertimento:

Questa dimensione evidenzia gli aspetti più tipicamente ludici dello sport, riguardanti le opportunità di socializzazione, di divertimento e di vita in un ambiente diverso da quello familiare, situazioni che vengono offerte dal contesto sportivo.

“Mi piace incontrare nuovi amici”; “Mi piace viaggiare con gli amici”...

Scaricare energia:

Questo fattore raccoglie motivi che descrivono il bisogno di eccitamento e di entusiasmo che lo sport deve soddisfare, elemento necessario per mantenere elevato l'interesse verso l'attività praticata. Può rappresentare la motivazione biologica allo sport (Butt 1976) come il bisogno di movimento agito con il corpo o con un mezzo (es. bicicletta):

“Voglio scaricare il nervosismo”; “Mi piace stare in azione”; “Mi piace scaricare l'energia”.....

Lo studio condotto ha permesso di confermare che non esiste un unico fattore motivazionale che determini il coinvolgimento in uno sport, e nello stesso ragazzo possono essere presenti più motivazioni, le quali non sono in “contrapposizione” fra loro. L'interesse nasce e viene stimolato dai fattori proposti, che sono presenti in tutti i ragazzi, anche se con pesi differenti e con sistemi di relazione diversi a seconda del sesso e dell'età.

IL LAVORO CON I DIVERSAMENTE ABILI

Ho voluto verificare la presenza di tali motivazioni in un gruppo di pazienti affetti da ritardo mentale e frequentanti un centro diurno di riabilitazione.

Sono stati studiati 22 atleti di cui 19 maschi e 3 femmine, di età compresa tra i 16 e i 30 anni che praticano atletica leggera).

Essendo disabili mentali non è stato possibile applicare la medesima metodologia di ricerca applicata da Buonanni, Cei e Mussino, pertanto si è optato per la scelta di un'intervista sul tema sport e partecipazione a gare ed allenamenti.

Dopo qualche mese dall'avvio dell'attività sportiva è stata fatta una sorta di intervista guidata, ponendo come base la seguente domanda: “PERCHE' TI PIACE FARE SPORT?” e sono state registrate tutte le risposte; successivamente le risposte sono state selezionate secondo il modello di fattori motivazionali proposto dal gruppo di ricerca in psicologia dello sport del Coni.

Riporto , titolo esemplificativo alcune risposte:

Successo-status:

- Divento importante
- Voglio vincere
- Nello sport mi sento forte come il portiere del Napoli

Forma fisica – abilità:

- Quando faccio le gare divento bella
- L'allenamento è faticoso, ma dobbiamo farlo per le gare
- Quello che facciamo fa bene ai muscoli

Rinforzi estrinseci:

- Sono belle le tute
- Mia madre è contenta che io faccio sport
- Come sono belle le scarpe dello sport

Squadra:

- Se Michela si ferma... poi noi perdiamo
- Vado d'accordo con i compagni e non litigo
- Devo correre come gli altri nel gruppo, non devo perdere il ritmo

Amici- divertimento:

- Mi piace stare con gli amici dello sport
- Mi piace correre con i compagni
- Mi piacciono le gare di corsa

Scaricare energia:

- Mi piace perché corro
- Quando faccio sport sono più calma
- Adesso mi sento bene anche se un poco stanco

Da un'iniziale lettura dei dati raccolti possiamo affermare che per gli atleti diversamente abili valgono gli stessi fattori motivazionali riconosciuti nella popolazione di atleti italiani normodotati sul piano cognitivo. La modalità di raccolta dei dati non permette un'analisi statistica, tuttavia si valuta che i fattori motivazionali percentualmente più rappresentati sono Forma fisica- abilità (32%) e Rinforzi Estrinseci (18%). Ovviamente queste percentuali hanno un valore puramente indicativo e probabilmente sono l'indice di una volontà di autoaffermazione veicolata da rinforzi estrinseci, e possono rappresentare la necessità di sentirsi bene con se stessi per cui vi è una particolare attenzione a quei fattori ambientali che fungono da garanzia a questa esigenza.

I ragazzi, nella maggioranza dei casi, vengono spinti verso lo sport dal desiderio di socializzare, di divertirsi e di imparare nuove abilità, e in tal modo le difficoltà nei rapporti con i compagni e con l'allenatore, la noia e la ripetitività degli allenamenti, vengono superate grazie ai fattori motivazionali che acquistano un rilievo fondamentale nella eventuale decisione di cambiare sport, o peggio ancora, di abbandonarlo.