



## **Lo sport e l'abbandono giovanile: ricerche, analisi e proposte**

Ascoli Piceno - 22/3/2014

# **Sostenere la motivazione nello sport giovanile**

Laura Bortoli





# Comprendere le motivazioni



# MOTIVAZIONI PER LA PRATICA SPORTIVA

(Gould e Petlichkoff, 1988, modificato)

## Spiegazioni di superficie

### Personalì

#### Psicologiche

- \* Divertimento
- \* Amicizie
- \* Successo
- \* Approvazione familiari
- \* Ecc.

#### Fisiche

- \* Incremento abilità
- \* Forma fisica
- \* Apprendimento nuove abilità

### Situazionali

- \* Opportunità di gioco
- \* Viaggi
- \* Relazione positiva con allenatore
- \* Atmosfera di squadra
- \* Premi
- \* Ecc.

# RAGIONI PER L'ABBANDONO DELLA PRATICA SPORTIVA

(Gould e Petlichkoff, 1988, modificato)

## Spiegazioni di superficie

### Personalì

#### Psicologiche

- \* Interesse altre attività
- \* Mancanza divertimento
- \* Noia
- \* Stress
- \* Ecc.

#### Fisiche

- \* Capacità non sufficienti
- \* Assenza miglioramenti

### Situazionali

- \* Mancanza opportunità di gioco
- \* Allenamenti troppo impegnativi
- \* Scarsa comunicazione
- \* Scarso senso appartenenza Al gruppo

## Importante 1

La motivazione è un processo interno alla persona, ma il contesto ambientale è rilevante poiché ha un impatto critico sulle valutazioni personali.

(Roberts, 2001)



## Importante 2

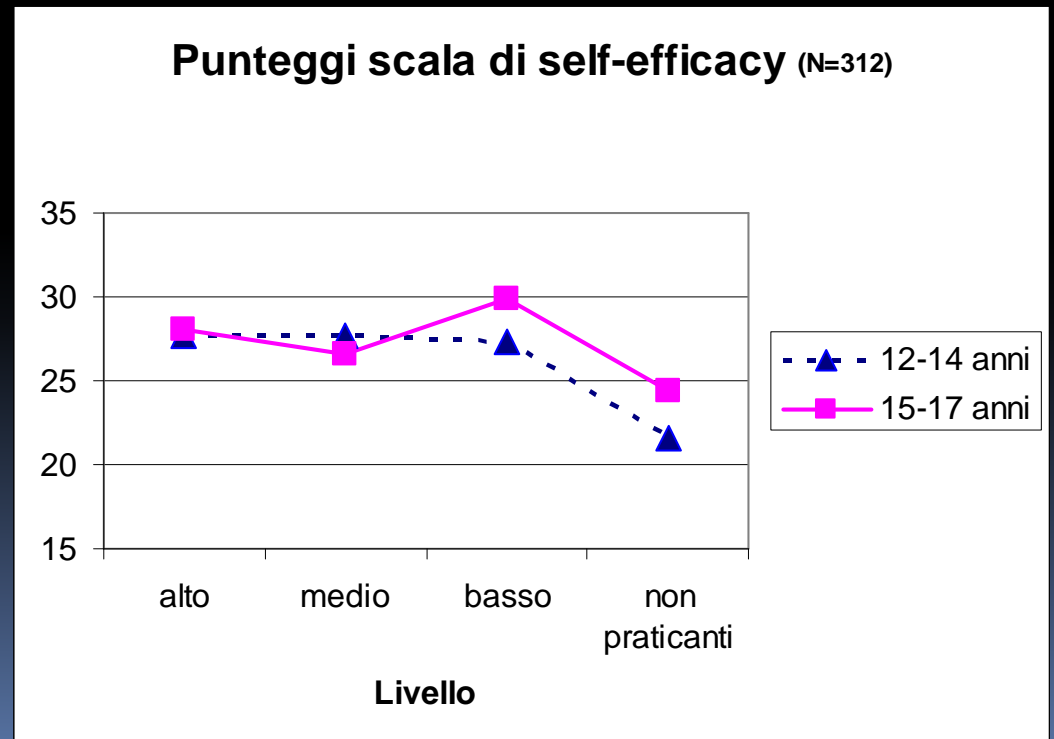
Tutti gli approcci teorici considerano  
come aspetto fondamentale la  
percezione di **competenza**



### Importante 3

Nella percezione di competenza è rilevante non la competenza oggettiva ma la percezione **SOGGETTIVA**

Percezione di competenza in giovani calciatori e in ragazzi non praticanti (Gotti, Bortoli, Robazza, 1997)



# Principali approcci teorici alla motivazione applicati nell'ambito dello sport:

- ⇒ **Self-efficacy** (Bandura, 1977)
- ⇒ **attribuzione di causalità** (Weiner, 1986)
- ⇒ **motivazione intrinseca** (Ryan e Deci, 2000)  
(*Self Determination Theory*)
- ⇒ **orientamento motivazionale** (Nicholls, 1984)  
(*Achievement Goal Theory*)



# Teoria della *self-efficacy*

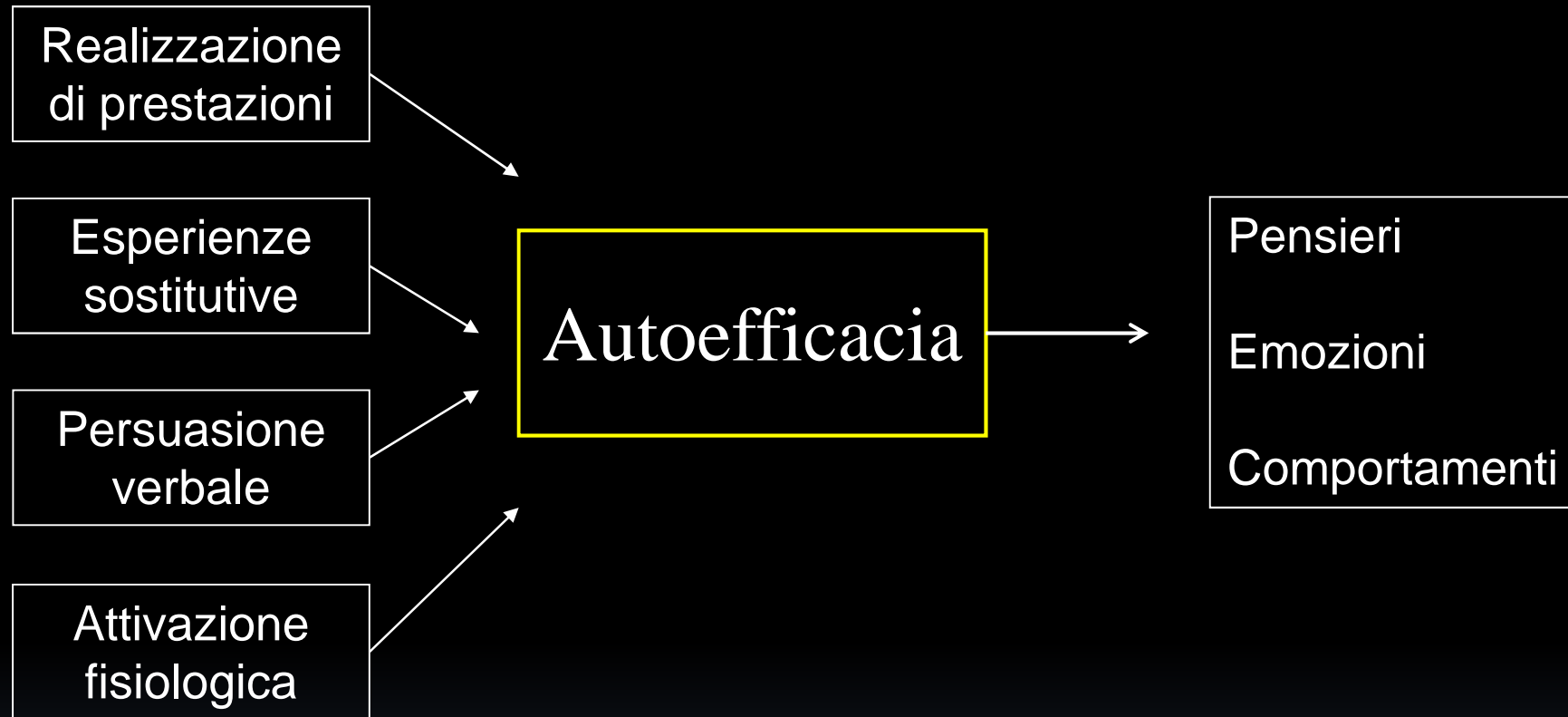
(Bandura, 1977)

## Autoefficacia

Convinzione di essere o meno capaci di mettere in atto uno specifico comportamento (es. eseguire correttamente un gesto tecnico) (Bandura, 1977) o di realizzare il processo necessario per ottenere il comportamento atteso (es. riuscire ad allenarsi in diverse condizioni)

Si riferisce a cosa si pensa di poter fare

## *Fonti di informazione*



## Ricadute applicative



# Teoria dell'attribuzione di causalità

(Weiner, 1986)


Importanza, dal punto di vista motivazionale, della causa a cui si attribuisce il successo o il fallimento e soprattutto delle caratteristiche sottostanti.



Interna/esterna

Stabile/instabile

Controllabile/non controllabile

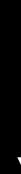
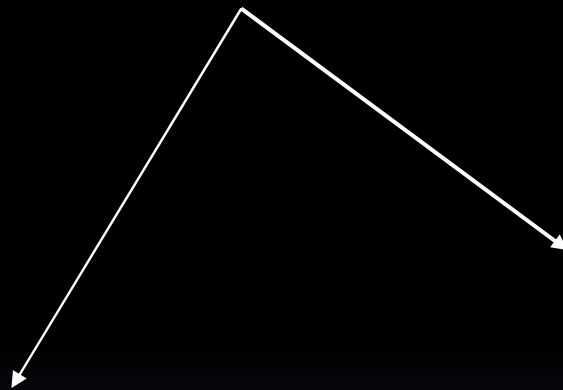
A vibrant purple and blue comet streaks diagonally across a dark, starry night sky. The comet's head is a bright, glowing blue-white orb, and its long, wispy tail extends from the bottom left towards the top right. The background is filled with numerous small, distant stars.

**Perché ho smesso  
di dire  
“in bocca al lupo”  
e dico  
“buon divertimento” ?**

## Ricadute applicative

**Allenatori**

**Genitori**



Consapevolezza delle  
proprie attribuzioni

Individuazione cause tecniche degli  
errori, programmazione di interventi  
su obiettivi individualizzati



# Self-determination theory

(Ryan & Deci , 2000)

## Motivazione

Intrinseca



Pratica sportiva per  
proprio interesse  
e piacere

Estrinseca



Coinvolgimento  
sportivo per qualche  
ragione esterna



# ***Motivazione intrinseca*** (senza rinforzi o pressioni esterne)



condizionata da

## **COMPETENZA**

sentimenti di efficacia e  
controllo personale su  
azioni ed eventi

## **AUTONOMIA**

possibilità di scelta delle  
proprie azioni

## **BUONA QUALITÀ DELLE RELAZIONI INTERPERSONALI**

(anche senso di appartenenza e legami affettivi)

(Ryan & Deci , 2000)



*Competitively contingent rewards and intrinsic motivation: can losers remain motivated?*

(Vansteenkiste e Deci, 2003)

Possono i perdenti rimanere motivati?

Un feedback positivo aiuta a contrastare  
il feedback negativo implicito in una  
sconfitta nella competizione

# Teoria dell'orientamento motivazionale

(Nicholls, 1984; Ames, 1992)

## COMPETENZA

Rispetto a se stessi  
(migliorare)

Orientamento  
sul compito



- favorito l'impegno, anche di fronte alle difficoltà,
- adozione di strategie e comportamenti funzionali,
- maggior coinvolgimento ed investimento emotivo,
- emozioni e sentimenti positivi.

Rispetto agli altri  
(vincere)

Orientamento  
sull'io



# Orientamento motivazionale individuale



## Percezione del clima motivazionale degli ambienti prestativi



Adulti significativi: genitori - allenatori -  
insegnanti

# Clima motivazionale

(Ames, 1992)

## Orientato sulla competenza

Accento su miglioramenti  
personali e apprendimento  
di abilità

Riconoscimento impegno

Valorizzazione progressi  
individuali

## Orientato sulla prestazione

Valorizzazione dei più abili

Accento sul confronto  
interpersonale e sulla  
competizione



# Studi sul clima motivazionale

⇒ effetti a lungo termine sull'orientamento individuale

Nei bambini è l'elemento più influente, che maggiormente condiziona le risposte cognitive, affettive e comportamentali e tende a fissare nel tempo la predisposizione individuale (Roberts e Treasure, 1992)

⇒ effetti della percezione del clima di uno specifico contesto sportivo su vari aspetti motivazionali

Percezione di clima orientato sulla competenza correlata a risposte cognitive ed affettive funzionali (più divertimento e soddisfazione, minor tensione, motivazione intrinseca, impegno ritenuto determinante per il successo)

(Liukkonen, Telata e Biddle, 1998; Ntoumanis e Biddle, 1999)

*Dispositional Goal Orientations, Motivational Climate, and Psychobiosocial States in Youth Sport.*  
(Bortoli, Bertollo, & Robazza, 2009)

Obiettivo: analizzare le relazioni fra orientamento individuale, percezione del clima motivazionale e stati emozionali nello sport giovanile

Partecipanti: 256 ragazzi e 217 ragazze di 13-14 anni



## Risultati

- ⇒ Orientamento sul compito e percezione di clima sulla competenza correlati a stati emozionali piacevoli;
- ⇒ percezione di clima sulla prestazione correlato a stati emozionali spiacevoli.

*The relationship between motivational climate, perceived ability and sources of distress among elite athletes.*

(Pensgaard & Roberts, 2000).

Studio su 69 atleti norvegesi partecipanti alle olimpiadi invernali del 1994

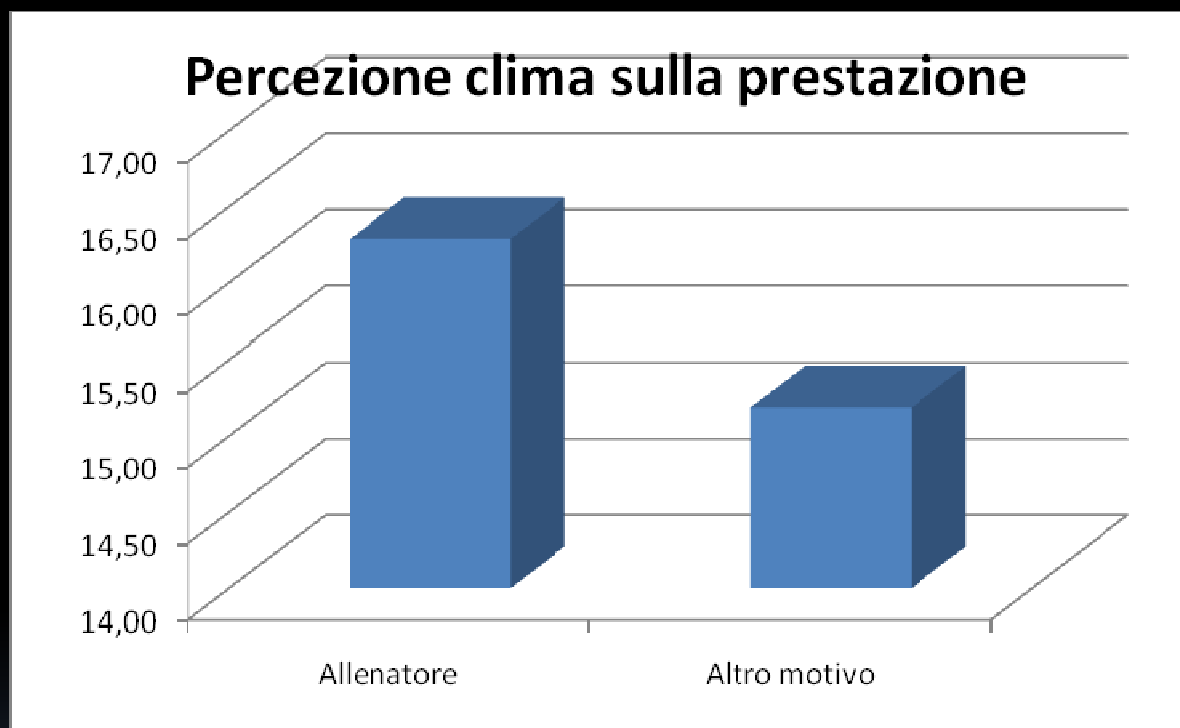
Obiettivo: valutare gli effetti della percezione del clima psicologico di uno specifico contesto sportivo

Risultati: La percezione di un clima centrato sulla prestazione era l'elemento significativo come determinante di stress.



Allenatore

# «Ho smesso perché...»



Chi ha abbandonato indicando motivi riferibili all'allenatore percepiva un clima sulla prestazione maggiore di chi ha abbandonato per altri motivi



## Ricadute applicative



Determinare un clima motivazionale orientato sulla competenza.

**T**ask

Compito

**A**uthority

Presa di decisioni

**R**ecognition

Riconoscimenti

**G**rouping

Organizzazione in gruppi

**E**valuation

Valutazione

**T**ime

Tempo

(Epstein, 1988)

# IL GENITORE

## Clima orientato sulla competenza

Riconosce e valorizza lo sforzo.

Reagisce con fair-play ad un  
insuccesso.

Si dimostra soddisfatto per l'impegno  
dimostrato.

Mette l'attenzione sullo sviluppo delle  
capacità e sull'apprendimento di abilità.

Valuta i successi in termini di progressi  
individuali.

“ ... Ti sei divertito ... ?

## Clima orientato sulla prestazione

Stimola la rivalità con compagni/e.

Fa ripetuti confronti con gli atleti più abili.

Reagisce bruscamente ad un insuccesso

Rimprovera per una sconfitta o per una  
prestazione scadente.

Mette l'attenzione sul dimostrare agli altri  
le proprie capacità o sull'evitare di  
dimostrare scarse capacità.

Valuta i successi in base al confronto con  
gli altri.

“ ... Allora .... Hai vinto ... ?

Nel gioco e nello sport:

VITTORIA ↔ SCONFITTA



SUCCESSO ↔ INSUCCESSO



IMPEGNO



## Sintesi risultati ricerche su confronto fra atleti di livello internazionale e nazionale (Vaeyens, Güllich, Warr, & Philippaert, 2009)

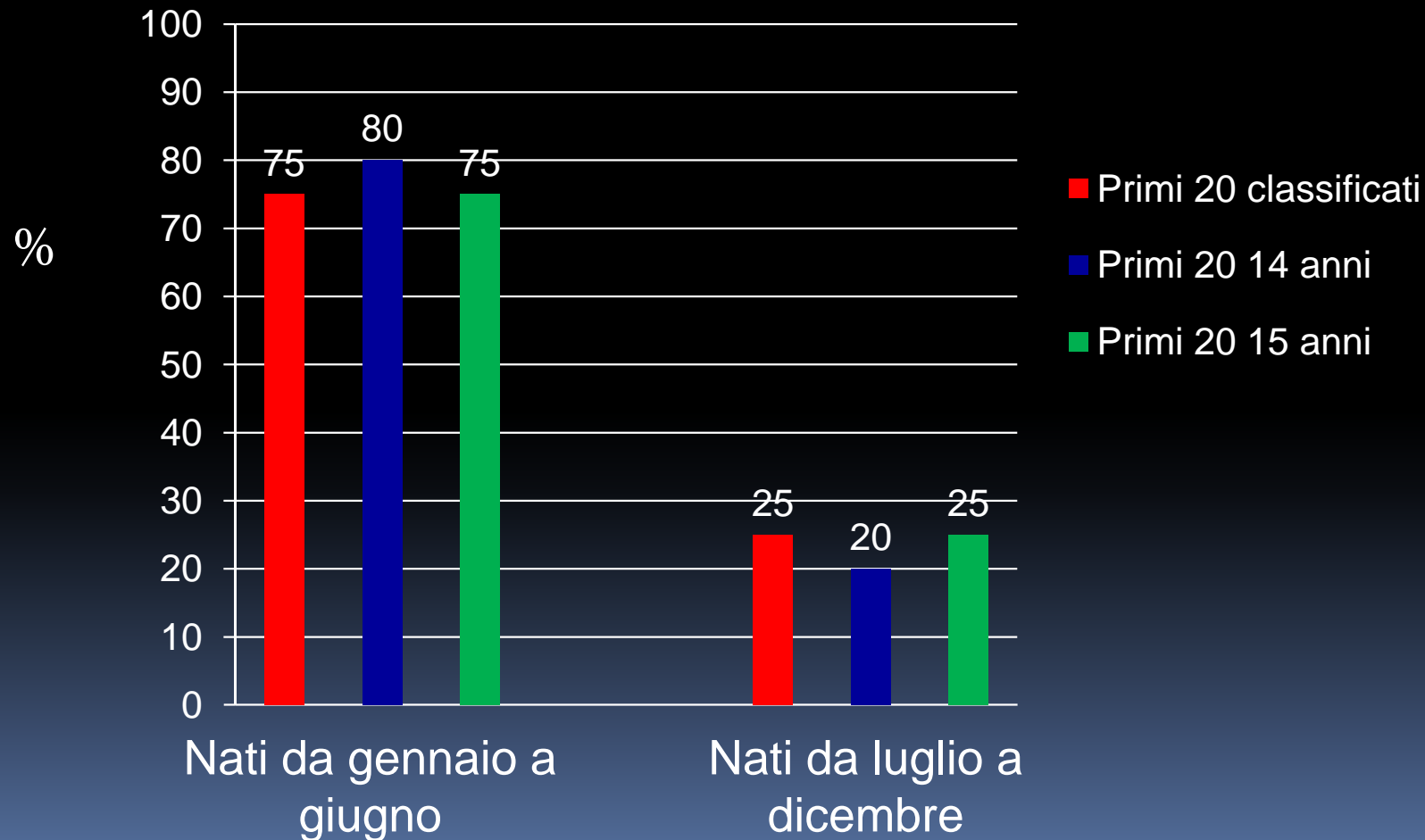
1. Non vi sono differenze di età inizio allenamenti/gare e intensità allenamento
2. Atleti livello int: inizio gare importanti più tardi
3. Atleti livello int: hanno praticato maggior numero di sport
4. Atleti livello int: coinvolti in programmi di promozione del talento in età più avanzata
5. Successo ottenuto da giovani non contribuisce significativamente a spiegare o predire il successo da senior

# Sport giovanile e prestazione

“Essere vecchi da giovani attualmente conviene”

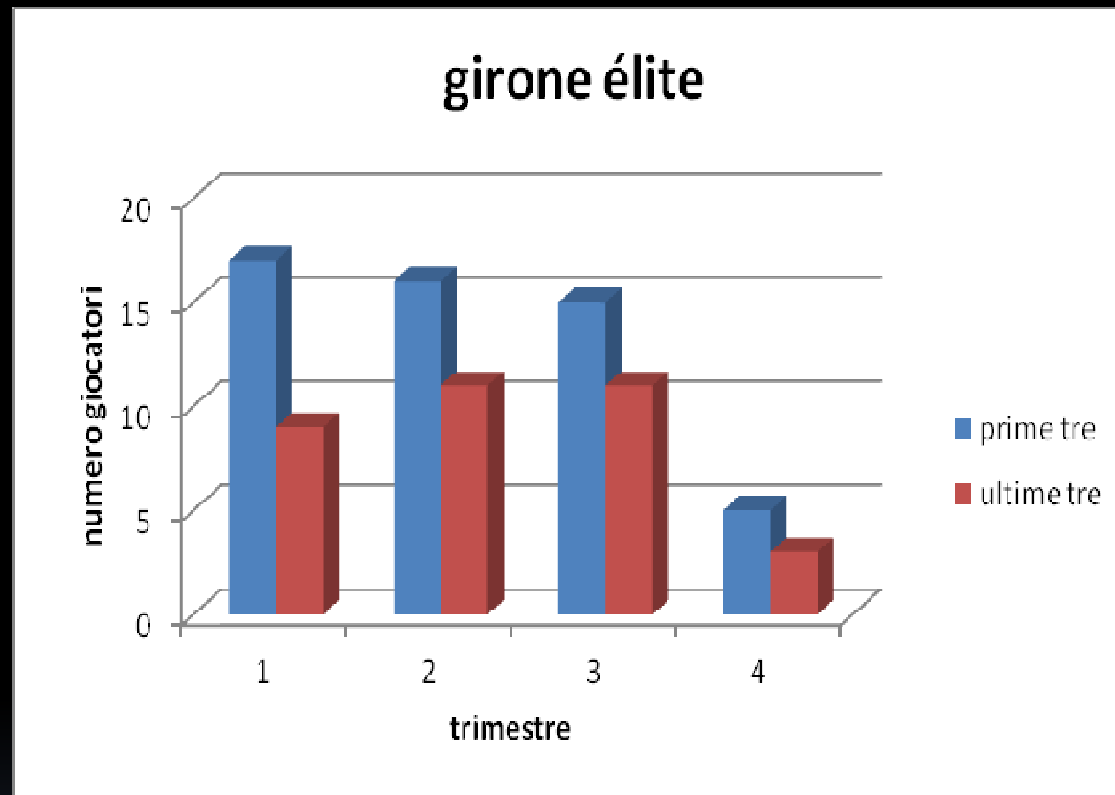
(Campaci, R. , Sci Fondo, Nov. 2010)

## Maschi



FISI Campionati Italiani 5 Km 2010

## Giovanissimi (662) del Friuli Venezia Giulia



Distribuzioni delle date di nascita dei giocatori del girone elite delle squadre classificate ai primi 3 posti e delle squadre classificate agli ultimi 3 posti.

*(Messina, Petrichiutto, Moras, Bortoli, D'Ottavio , 2012)*

# Abbandono

## Ricerche sui talenti

Giovani talenti  
in attività

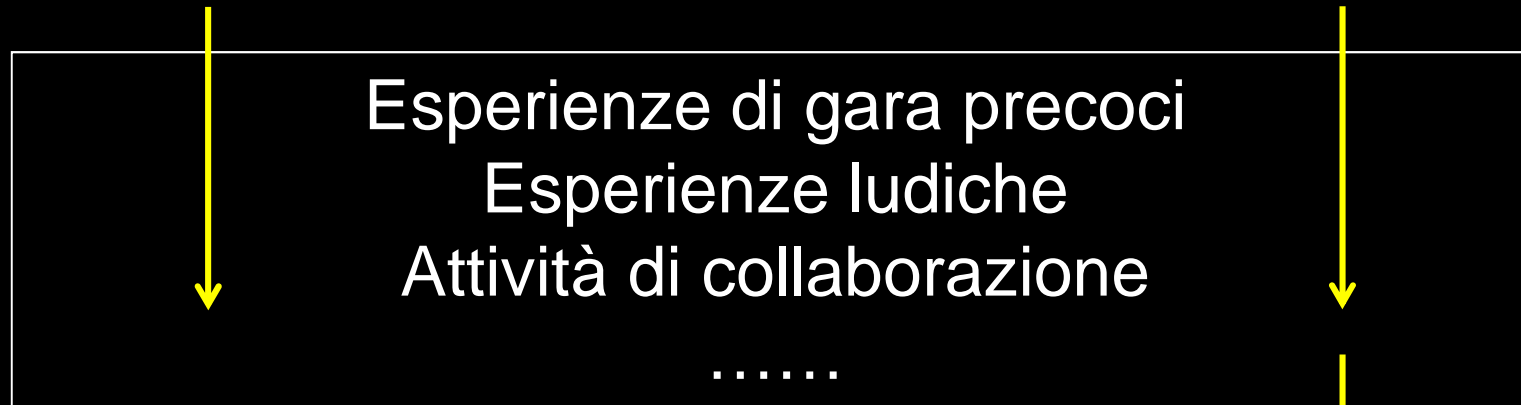
Giovani talenti  
con abbandono



Differenze ricorrenti  
nell'esperienza sportiva

Giovani talenti  
in attività

Giovani talenti  
con abbandono

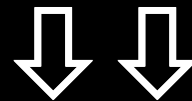


Pratica di meno attività  
Inizio precoce specializzazione  
Successo raggiunto prima  
Non migliore amico nello sport  
Genitori ex-atleti  
Competitività fra fratelli

(Côté, Baker, & Abernethy, 2007)



# FINALITÀ PRINCIPALE A LUNGO TERMINE DELL'EDUCAZIONE SPORTIVA



Suscitare interesse e aumentare la **motivazione** verso la pratica motorio-sportiva in un quadro di formazione permanente



**Atteggiamento positivo verso la pratica regolare  
di attività motorie, sportive e ricreative**

GLI ADULTI (GENITORI, ALLENATORI, DIRIGENTI)  
DOVREBBERO COLLABORARE PER TRASFORMARE  
UN'ESPERIENZA SPORTIVA SIGNIFICATIVA IN UN  
FATTORE DI CRESCITA E MATURAZIONE  
PERSONALE

