

ARTICOLO NEWSLETTER OPL - NOVEMBRE 2017

PROGETTO OPL PSICOLOGIA DELLO SPORT: RISULTATI RAGGIUNTI E PROSPETTIVE FUTURE

DOTT. FLAVIO NASCIBENE, DR.SSA CATERINA GOZZOLI, DR.SSA STEFANIA ORTENS, DR.SSA PATRIZIA STECA;

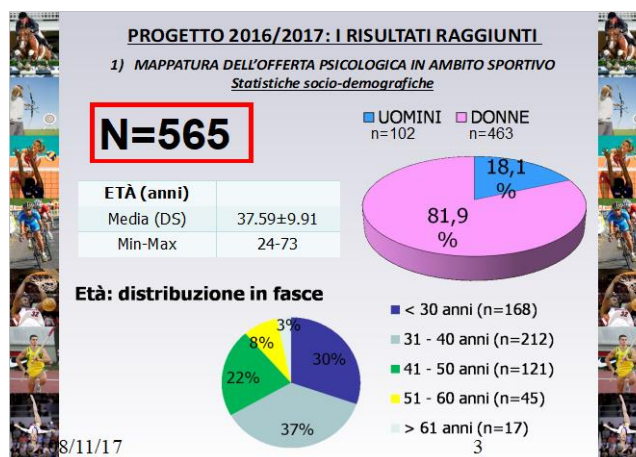
DR.SSA LUCIA BUONRIPOSI, DR.SSA CHIARA D'ANGELO, DOTT. ANDREA GRECO

Il Progetto OPL sulla Psicologia dello Sport ha concluso di recente un'annualità ricca di spunti di riflessione e di prospettive future. La Psicologia dello Sport (PdS) costituisce un ambito in evoluzione e crescente interesse in virtù delle caratteristiche peculiari del fenomeno sportivo nella nostra società e il suo evidente intreccio con la dimensione psicologica. Tale dinamicità professionale, la mancanza di un titolo specialistico legalmente riconosciuto e il fatto che possa essere tuttora considerata una disciplina "relativamente giovane" rendono la PdS un ambito professionale che necessita di definizioni sempre più mirate. Centrale è quindi la comprensione di quali competenze e strumenti sono necessari e/o auspicabili per intercettare la domanda psicologica espressa dai nostri *stakeholders*, ovvero le società sportive, le Federazioni e gli organismi olimpici e paralimpici, piuttosto che i singoli atleti. Altrettanto significativa è pertanto la conoscenza di quali tipologie e forme acquisisce la domanda di coloro che già usufruiscono delle competenze di uno psicologo dello sport o potrebbero in futuro formularne una richiesta.

Il Progetto 2016/2017 si è posto, in linea con tali obiettivi, due azioni prioritarie:

- (1) **una mappatura dell'offerta psicologica in ambito sportivo in Lombardia: quella che è a tutti gli effetti l'indagine quantitativa più ampia e articolata finora mai effettuata**, è stata svolta tramite un questionario *self-report*, appositamente sviluppato e a compilazione su piattaforma online, inviato agli iscritti OPL attraverso la *Newsletter OPL* e i canali social Facebook e Twitter di OPL; e
- (2) **un'indagine qualitativa sulla domanda presente e potenziale degli *stakeholders* (società sportive, Federazioni, CONI-CIP): esperienza-pilota nel settore**, è stata condotta tramite la realizzazione di 3 *focus-group* con referenti di tali realtà (dirigenti / tecnici / atleti) al fine di comprendere le loro rappresentazioni della Psicologia dello Sport e i bisogni ad essa connessi.

Rispetto alla prima azione del Progetto è stata registrata un'elevata adesione: **565 colleghi iscritti OPL hanno partecipato all'indagine.**



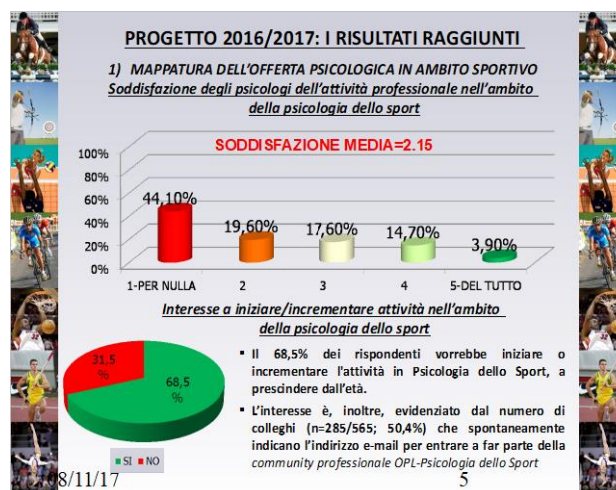
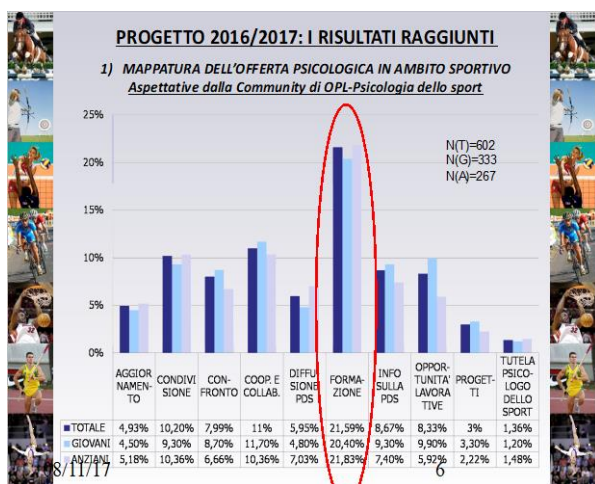
Riportiamo in seguito alcuni spunti degni di particolare attenzione.

Una differenza emersa tra chi svolge e chi non svolge attività in ambito sportivo riguarda la **formazione post-laurea**: i primi presentano una più elevata formazione, indipendentemente dall'età. I più giovani e chi svolge più spesso attività in ambito sportivo predilige una formazione post-laurea tramite Master, che risulta più specifica tra gli psicologi che svolgono attività in ambito sportivo (N= 120 svolge attività più di 7 volte l'anno, di cui 1/3 si occupa di sport per oltre il 50% del proprio lavoro), anche se **più del 50% non ha una formazione specifica in Psicologia dello Sport, segnale di una carenza in ambito formativo.**

I destinatari dell'azione psicologica sono prevalentemente atleti e allenatori, in larga misura in ambito calcistico, seguito dal volley, il basket e alcuni sport specifici come l'equitazione, il rugby e la ginnastica. Per chi svolge più frequentemente attività in ambito sportivo, si registra una maggiore diversificazione in termini di destinatari e di sport coinvolti.

Quello sportivo è considerato in generale un contesto difficile in cui iniziare a lavorare e risulta chiaro che non esiste una "strada maestra" per iniziare questa attività. Le competenze ritenute importanti per lavorare nel mondo dello sport spaziano dalla conoscenza teorica e pratica del mondo sportivo, al possesso di determinate caratteristiche di personalità (dinamismo, energia, proattività, ecc.), **dato che purtroppo denota una scarsa consapevolezza delle competenze specifiche necessarie ad operare in questo ambito professionale.** Le attività considerate più utili per avvicinarsi alla Psicologia dello Sport sono l'esperienza passata da atleta, la frequentazione di Master e la lettura di articoli scientifici, mentre quelle ritenute più utili per lo svolgimento e l'aumento delle attività in ambito sportivo sono relative alla conoscenza di altri psicologi che lavorano in ambito sportivo e la frequentazione di associazioni professionali, dato che mette in evidenza l'importanza della creazione di occasioni di confronto e iniziative comuni, come ad esempio delle **community professionali.**

Un dato che è parso in prospettiva futura molto interessante è il fatto che, nonostante le palesi difficoltà ad inserirsi in questo ambito (il 63% dei rispondenti dichiara di non svolgere attività in ambito sportivo e il 17% dichiara di svolgerci attività solo per il 10% dell'attività totale effettuata) e la conseguente bassa soddisfazione per l'attività svolta (il 44% si dichiara per nulla soddisfatto), il 68,5% dei colleghi OPL rispondenti al questionario vorrebbe iniziare o incrementare l'attività in Psicologia dello Sport e si è reso disponibile in numero consistente (n=285/565, il 50,40%) ad essere contattato via e-mail per un futuro coinvolgimento in una community professionale OPL dedicata al settore.



(2) Per quanto riguarda la seconda azione svolta nella scorsa annualità, l'indagine qualitativa è stata svolta tramite 3 **focus-group** costruiti in modo plurale ed equilibrato dagli interlocutori-chiave della figura psicologica (atleti, allenatori, dirigenti). Inoltre **focus-group** hanno coinvolto 12 **stakeholders** provenienti da associazioni dilettantistiche e professionistiche / enti sportivi.

Si riportano in seguito gli elementi emersi dai tre interlocutori-chiave sul fronte degli **stakeholders**.

* dal **punto di vista dei tecnici**, le aree di intervento su cui si può ipotizzare la collaborazione con uno psicologo dello sport sono:

- Miglioramento della prestazione sportiva
- Lavoro sul gruppo / squadra e sulla gestione individuale degli atleti (riserve / chi è meno motivato)
- Gestione del senso di efficacia (*self-efficacy*) degli atleti
- Controllo degli stati di attivazione (*arousal*) e di ansia degli atleti
- Gestione differenziata di atleti diversi per età, genere e ruolo

Tra le **aree da potenziare** i tecnici individuano **l'importanza che l'intervento psicologico sui gruppi o sugli atleti non siano impostati in un'ottica emergenziale ma come figura che partecipa alla progettazione continua all'interno dello staff tecnico (e non medico).**

Gli **atleti ed ex-atleti** hanno riportato **esperienze precedenti** di lavoro con psicologi di diverso tipo: clinico (rugby), di potenziamento della performance nella preparazione delle paraolimpiadi (canottaggio); infine sovrapposizioni di ruolo con un mental-coach (calcio). Tra le aree di azione gli atleti individuano:

- La gestione di relazioni entro il gruppo / società
- La gestione situazioni critiche (crisi / infortunio / relazione difficile col coach)
- Affiancamento del lavoro individuale con l'atleta al lavoro sul gruppo

Tra le **aree da potenziare** individuano **l'importanza del coinvolgimento degli atleti** nella progettazione del tipo di intervento e la necessità di **chiarire il mandato dello psicologo all'interno della società.**

I **dirigenti sportivi** hanno fatto riferimento a vari tipi di **esperienza** di collaborazione con psicologi dello sport in termini di supporto allo staff tecnico e di formazione degli allenatori. Tra le aree di azione cui si affiderebbero ad uno psicologo dello sport individuano:

- Consulenze personali ai tecnici di alto livello
- Formazione dei tecnici dei Settori Giovanili
- Formazione genitori (diffusione cultura sportiva e valori)
- Selezione dei tecnici

Infine i dirigenti individuano tra le aree da potenziare il **lavoro di rete con altre realtà del territorio** e la ricerca di fondi necessari per lo sviluppo della società.

Risultati raggiunti e prospettive future

Alla luce dei risultati ottenuti dal Progetto *OPL Psicologia dello Sport 2016/2017* si evidenzia un tipo di **domanda degli stakeholders di professionisti con competenze psicologiche specifiche e mirate, a fronte di una necessità di maggiore professionalizzazione del profilo dello psicologo dello sport**, in particolare rispetto alla formazione (specialistica e volta all'interdisciplinarietà tipica dell'ambito sportivo) e all'orientamento dei colleghi rispetto alle peculiari caratteristiche del contesto sportivo. Interessante è in tal senso il dato che la **bassa soddisfazione dei colleghi OPL** ricavata dal ruolo e la fatica ad inserirsi in questo ambito siano associati a un'**alta motivazione ad iniziare o incrementare l'attività in Psicologia dello Sport**, esprimendo una chiara disponibilità al coinvolgimento in azioni organizzate da OPL che possano contribuire alla **promozione della figura psicologica in tale ambito.**

La discussione sui risultati raggiunti suggerisce da una parte l'opportunità di non disperdere il patrimonio di alta partecipazione e disponibilità espresso dai colleghi OPL verso l'ambito sportivo, dall'altra la consapevolezza di un **forte bisogno di formazione e di orientamento** degli stessi nei confronti delle domande formulate dagli *stakeholders*, pena il rischio di un ulteriore allargamento del *gap* attualmente esistente tra offerta psicologica e domanda espressa dal mondo dello sport.

Il Tavolo di Lavoro in Psicologia dello Sport OPL è pertanto in fase di progettazione di azioni di tipo formativo e orientativo volte a fornire ai colleghi, oltre che degli strumenti specifici connessi alle aree tematiche emerse dall'indagine con gli *stakeholders*, delle forme organizzative -si ipotizza la formazione di **community professionali-** volte alla promozione di opportunità di collaborazione tra colleghi OPL e al potenziamento dei contatti con le realtà sportive presenti sul territorio Lombardo.