

L'albero è cresciuto e dà buoni frutti!

di Mattia Piffaretti*

Preambolo

Sul numero 303 di "Scuola ticinese" (marzo-aprile 2011) intitolavamo un'ampia presentazione della scolarizzazione dei talenti (nelle scuole medie e nelle scuole medie superiori) "Le medaglie non crescono sugli alberi". Nel frattempo, approfittando di un'esperienza pilota di monitoraggio della salute psicofisica degli studenti ammessi al programma SMS per talenti sportivi e artisti, abbiamo pensato di fare una prima valutazione del "Programma talenti in ambito sportivo e artistico SMS" (www.ti.ch/talentiSMS) iniziato nel 2006.

Con l'appoggio della Direzione della Divisione della scuola ci siamo quindi rivolti a Mattia Piffaretti, Dr. psicologo specialista in psicologia dello sport FSP; dopo due anni la collaborazione ha permesso di allestire un rapporto¹ che viene qui di seguito riassunto.

Due brevi considerazioni:

- Una prima analisi del rapporto ci permette di affermare che "l'albero è cresciuto e dà buoni frutti", cioè che alcuni obiettivi/risultati sportivi e artistici di alto livello sono stati raggiunti.
- Esistono comunque spazi di miglioramento. Saranno ora i responsabili del progetto (Ufficio insegnamento medio superiore, Ufficio educazione fisica scolastica, Direzioni e tutor delle sei scuole medie superiori cantonali) che potranno utilizzare al meglio i suggerimenti contenuti nell'analisi di Mattia Piffaretti.

Amedeo Rondelli, Delegato alla scolarizzazione dei talenti fino al 31 agosto 2013

Introduzione: perché uno studio di monitoraggio della salute dei talenti?

Attraverso il Programma talenti in ambito sportivo ed artistico nelle scuole medie superiori («Programma talenti SMS»), il Dipartimento dell'educazione, della cultura e dello sport del Cantone Ticino (DECS) si è dotato di un importante strumento affinché atleti ed artisti possano riuscire, sempre più, a far convivere due realtà a priori inconciliabili, come lo sport agonistico o l'attività artistica d'alto livello e le esigenze scolastiche (scuola medio-superiore). La letteratura scientifica dimostra chiaramente che senza questo tipo di provvedimenti, molti giovani sarebbero costretti a rinunciare all'uno dei due percorsi. È sempre pur vero che la coordinazione fra sport/arte e studi resta una sfida molto esigente alla luce dell'evoluzione dello sport moderno e delle dinamiche sempre più complesse di una formazione d'alto livello. A questo proposito è lecito domandarsi che ne è della salute a livello fisico, psichico e sociale della popolazione che, oggi in Ticino, persegue un doppio curriculum. La Direzione della Divisione della scuola ha dunque reputato necessario "fotografare" una serie di pa-

rametri psicologici negli studenti sportivi ed artisti, per cogliere tempestivamente eventuali squilibri (affaticamento, stress, gestione inadeguata del tempo, (de)motivazione) e intervenire stroncando così sul nascere le conseguenze negative e nefaste, ostacolo alla coniugazione fra sport/arte e studi. Nello specifico, il DECS ha commissionato una struttura di ricerca e consulenza esterna e neutra, AC&T Sport Consulting, per effettuare un monitoraggio scientifico², con tre principali finalità:

- 1) valutare il rischio di sovraccarico psicologico dei giovani talenti sportivi ed artisti;
- 2) valutare l'efficacia di un intervento volto a sostenere gli stessi talenti nell'importante sfida riguardante la conciliazione fra sport/arte e studi;
- 3) indicare i margini di miglioramento del programma per talenti SMS³.

La costruzione del programma di monitoraggio della salute psicofisica dei talenti

Per raggiungere questi obiettivi, durante il biennio scolastico 2011-2013, 151 giovani talenti sportivi e artisti dei Licei di Locarno, Mendrisio, Lugano 1,

Lugano 2, Bellinzona e della Scuola cantonale di commercio di Bellinzona hanno partecipato a uno studio di monitoraggio della propria salute psicofisica. Più precisamente, di questi, 51 sono di sesso femminile, 100 di sesso maschile; praticano 22 attività sportive o artistiche diverse. La suddivisione per classe frequentata è la seguente: 52 studenti in prima, 30 in seconda, 36 in terza e 28 in quarta.

Il monitoraggio, proposto in forma anonimizzata e confidenziale, ha utilizzato dei questionari d'autovalutazione, somministrati ai talenti in entrata d'intervento (mese di settembre) ed in uscita (mese di maggio). I dati quantitativi e qualitativi scaturiti dall'indagine sono stati analizzati dall'Ufficio del monitoraggio e dello sviluppo scolastico del DECS, facilitandone la giusta interpretazione. In aggiunta, unicamente durante il secondo anno di sperimentazione (2012-2013), il numero di insufficienze relativo ai voti scolastici alla fine del primo semestre è stato considerato come un indicatore dell'andamento scolastico del talento sportivo ed artistico. L'obiettivo di questa misura era di verificare in che modo il sovraccarico psicologico relativo alla conciliazione sport/musica e studi fosse associato all'andamento scolastico (misurato, appunto, attraverso i voti intermedi).

Non da ultimo, il monitoraggio comprendeva la possibilità per i talenti interessati di inserirsi in un programma di discussioni di gruppo, che consisteva in cinque riunioni sull'arco dell'anno scolastico, animate dallo psicologo dello sport, attorno a temi quali la gestione dello stress, le motivazioni scolastiche e sportive/artistiche, la gestione delle relazioni con gli adulti, o ancora le scelte per una carriera nello sport, nell'arte o in una formazione professionale superiore. In tutto, 28 talenti, ripartiti in 4 gruppi di dimensione variabile (fra i 5 e gli 8 giovani), hanno aderito ai gruppi di discussione, malgrado il già elevato carico del loro programma settimanale.

Risultati del monitoraggio

Innanzitutto, le risposte date dai giovani talenti hanno permesso di mettere in luce un primo dato positivo, relativo all'utilità delle misure proposte nell'am-

bito del programma SMS per talenti. Il grafico 1 consente di farsi un'idea precisa sulla specifica questione. In effetti, la misura più frequentemente utilizzata è risultata essere la "possibilità di eventuali dispense dalla frequenza di determinate lezioni" (72.7% dei talenti affermano di averne approfittato). Non solo la possibilità di dispense è stata una misura utilizzata in maniera frequente, ma è stata pure apprezzata. Interrogati sull'utilità delle misure, risulta in effetti che le dispense dalla frequenza di determinate lezioni sono state considerate molto o abbastanza utili da pressoché l'89% dei talenti.

Lo stesso grafico mette in luce che non tutte le possibilità di alleggerimento sono state utilizzate con la medesima frequenza. Va detto a questo proposito che il cambiamento di sede e/o lo sdoppiamento di un anno scolastico sono misure che comportano esigenze organizzative e amministrative che le rendono meno facilmente attuabili. Malgrado i talenti ad averne usufruito siano stati pochi, entrambe le misure sono state comunque alquanto apprezzate.

Un secondo risultato, sicuramente positivo, riguarda la questione del numero d'insufficienze registrato dai talenti sportivi ed artistici. Se a metà anno è apparso chiaramente che i talenti con più di 3 insufficienze (ciò che di regola comporterebbe la non promozione) erano il 35.2% rispetto all'insieme dei talenti, alla fine dell'anno scolastico la



Foto TiPress/G.P.

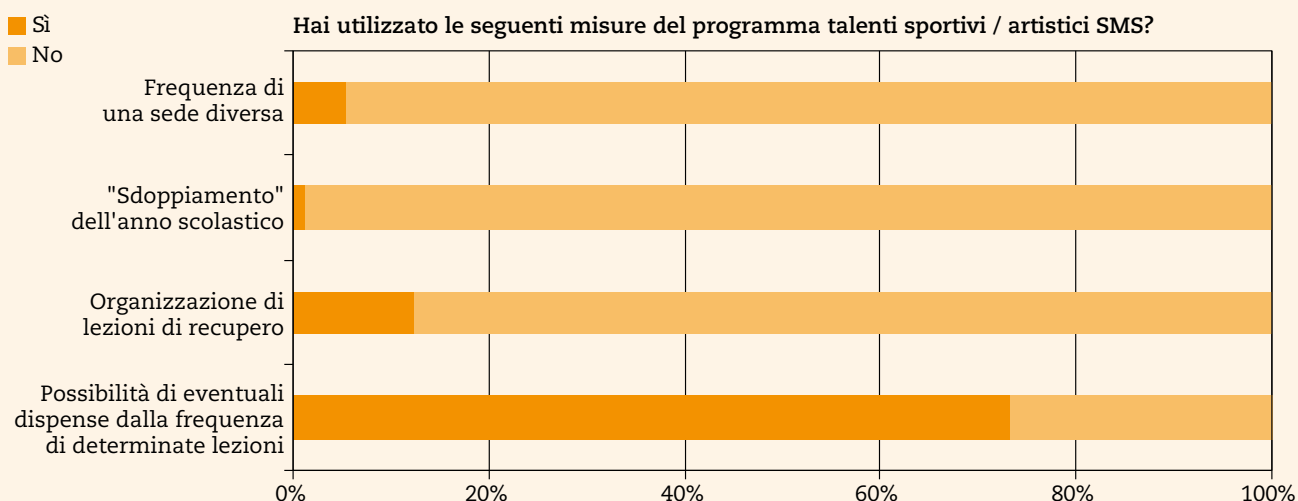
percentuale di non promossi era pari a circa il 7%. Il risultato è interessante per due motivi: da una parte si denota una notevole capacità del talento sportivo o artistico a recuperare situazioni scolastiche difficili, ciò che può essere messo sul conto di una facoltà di adattamento importante (si ipotizza che questa possa essere proprio incoraggiata dalle esperienze vissute in ambito sportivo o artistico-musicale); d'altro canto il tasso finale di bocciature di questa specifica frangia di studenti corrisponde alla metà circa del tasso di bocciature globale riscontrato a livello cantonale⁴. I talenti sportivi ed artistici sarebbero dunque, alla luce di questi dati, degli studenti non necessariamente migliori degli altri, ma senz'altro "efficaci".

Specificamente alle misure di tipo psicologico, l'esperienza biennale di monitoraggio ha permesso di portare alla luce ulteriori interessanti riscontri.

Il 55% dei giovani talenti percepisce un sovraccarico psicologico

Grazie alla valutazione d'entrata, il monitoraggio ha permesso di stimare a 55% la percentuale di giovani che hanno lasciato emergere un certo rischio di sovraccarico psicologico. Seppure a differenti gradi d'intensità, il rischio di sovraccarico si caratterizza da un profilo di talento sportivo abbastanza coerente, composto da un tasso più elevato d'an-

Grafico 1: Misure utilizzate per favorire la conciliazione dei talenti SMS



sia legata all'attività sportiva/artistica e d'ansia scolastica, con conseguente stato di stanchezza mentale, di percezione di non essere all'altezza, di aver perso il significato della pratica sportiva o musicale, nonché una marcata difficoltà di conciliazione fra sport e studi, in altre parole, la chiara presenza di un conflitto d'interessi (cfr. grafico 2).

D'altro canto, il monitoraggio ha permesso di far emergere chiaramente il rapporto stretto esistente fra ansia scolastica e numero di insufficienze a scuola. Questo dato ha permesso di identificare un fattore psicologico al quale andrebbe prestata un'attenzione particolare dall'inizio dell'anno scolastico, poiché potrebbe essere associato ad un rischio di bocciatura significativamente più elevato. Questo rischio accresce la probabilità che il talento diminuisca il suo impegno sportivo, con conseguente calo di qualità se non addirittura d'abbandono della pratica sportiva o artistica.

I gruppi di discussione aiutano il giovane talento nella gestione della sua doppia carriera

I dati quantitativi hanno mostrato che la partecipazione ai gruppi di discussione ha un effetto statisticamente significativo sulla diminuzione del conflitto d'interessi fra scuola e sport/musica. Per i giovani che vi hanno preso parte

(ossia il 26.5% dell'insieme dei talenti considerati inizialmente a rischio), in effetti, la percezione del conflitto fra sport/arte e scuola è evoluta in maniera positiva dalla valutazione d'entrata a quella d'uscita, contrariamente a quelli che non vi hanno partecipato. Inoltre, attraverso la discussione di gruppo i talenti sono riusciti a chiarire nuovamente il senso della loro pratica extra-scolastica. Indicazioni positive sono pure state osservate sui dati di motivazione intrinseca a livello scolastico, che è aumentata in seguito alle discussioni di gruppo. In generale, i gruppi di discussione hanno favorito, secondo le testimonianze raccolte, l'emergere di un sentimento d'identità attorno al concetto di talento sportivo/artistico, promuovendo lo scambio di strategie e soluzioni fra studenti, e aumentando la loro determinazione nel proseguire l'esigente conciliazione fra sport/musica e formazione di qualità. Insomma, i gruppi di discussione sono stati una misura salutata in maniera molto positiva da coloro che vi hanno preso parte, riducendo la sensazione d'isolamento che caratterizza il loro statuto speciale.

Il programma per talenti SMS può essere ottimizzato

Nonostante le valutazioni globalmente positive che gli studenti hanno dato nei confronti del Programma per talenti SMS, esiste agli occhi di

questi ultimi ancora un margine d'ottimizzazione, che consentirebbe a tale Programma di rispondere in maniera maggiormente precisa alle loro aspettative. Il grafico 3 permette di quantificare tale margine di miglioramento su alcune specifiche componenti di sostegno. Il grafico mostra in particolare una chiara aspettativa dei talenti riguardo a una flessibilità oraria potenziata, nonché una maggior comprensione da parte degli insegnanti.

Fra le "altre misure" annoverate dai talenti, appare abbastanza frequente la richiesta da parte di molti talenti, in particolare sportivi, di diminuire le "zone buche", evitando di prolungare la giornata scolastica e quindi di acuitizzare un conflitto orario con l'inizio degli allenamenti. Inoltre, alcuni talenti hanno suggerito – tra l'altro si tratta di una proposta interessante – la possibilità di seguire corsi su tecniche d'apprendimento efficace e di gestione del tempo.

Il monitoraggio permette di sottolineare pure il ruolo centrale del tutor di sede. Come ben definito nell'articolo di Rondelli e Robbiani (2011), il tutor è un docente, scelto dalla direzione dell'istituto scolastico, cui compete, d'intesa con i dirigenti scolastici e mantenendo i contatti col coordinatore cantonale, il compito di seguire regolarmente e da vicino ogni singolo studente ammesso al Programma⁵. Le valutazioni qualita-

Grafico 2: Tassi di sovraccarico psicologico (scala da 1 a 7)

- Conflitto sport e scuola
- Usura mentale
- Percezione negativa di competenza
- Perdita di significato
- × Difficoltà sport-studi

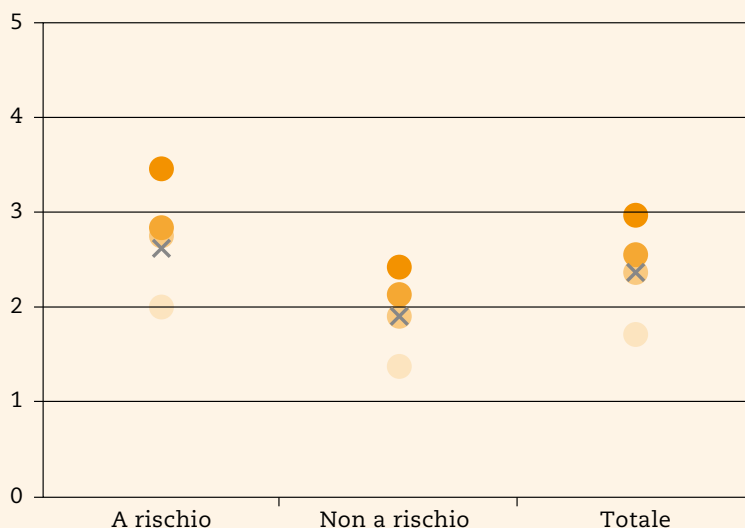
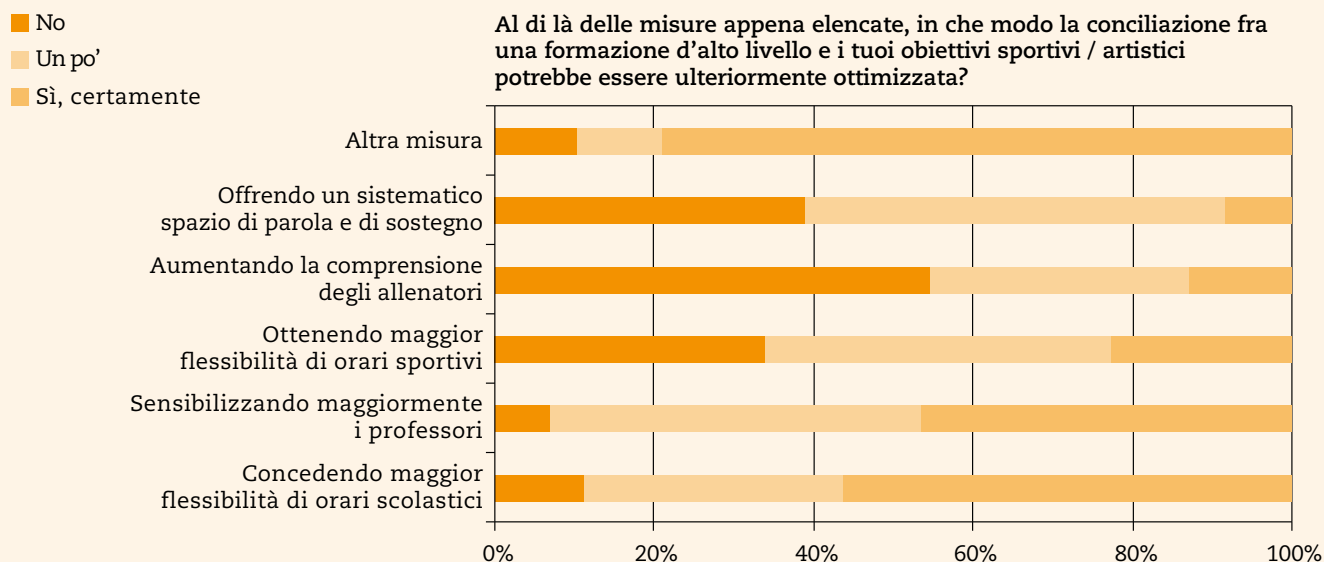


Grafico 3: Lista delle misure d'ottimizzazione ritenute necessarie da parte dei talenti



tive permettono di rilevare che il tutor viene percepito dai talenti come ambasciatore attento e piattaforma di coordinazione fondamentale all'interno dell'istituto fra i mondi dello sport/musica e della scuola.

Non da ultimo, alcune voci critiche sono state mosse in direzione non tanto della scuola, quanto piuttosto verso un certo ambito sportivo⁶, non sempre disposto a incoraggiare talenti meritevoli che desiderano proseguire il loro percorso di formazione invece di consacrarsi in maniera esclusiva allo sviluppo delle loro potenzialità sportive. Un discorso che andrà senz'altro affrontato con la dovuta pazienza in un possibile seguito del progetto, allo scopo di perfezionare la collaborazione fra scuola ed istanze sportive, nell'interesse degli stessi talenti.

Conclusioni: quali misure da immaginare per il futuro?

Il progetto di monitoraggio presentato in quest'articolo è riuscito a mostrare che il Programma in generale è valutato positivamente. Molti dei ragazzi inseriti nel Programma riescono a gestire il doppio impegno con le misure già attualmente a disposizione, grazie alle loro risorse e capacità per-

sonali, nonché all'impegno delle loro famiglie. Il programma è già oggi un aiuto concreto e prezioso per questi giovani e dunque, come evocato nel titolo del presente articolo, "l'albero è cresciuto e dà buoni frutti"¹! Questo però non significa che il Programma non possa essere migliorato; le testimonianze e i dati quantitativi raccolti in questo biennio possono dare una prima indicazione, certo parziale, ma essenziale, su alcune riflessioni che il DECS potrà intraprendere in futuro in vista di un'ottimizzazione di questo Programma. Un dato appare chiaramente: per diminuire ulteriormente il rischio di sovraccarico, offrendo maggiore flessibilità, continuando a monitorare la salute dei giovani e offrendo opportunità di discussione, una futura struttura di conciliazione dovrà poter contare sull'apporto delle diverse componenti coinvolte nel Programma: si pensa evidentemente alle Federazioni sportive, ma pure agli insegnanti, alle direzioni e alle famiglie degli stessi giovani. Tutti hanno infatti interesse a partecipare all'elaborazione di un concetto per i talenti SMS efficace nel rispondere alle aspettative dei giovani sportivi ed artisti. Verrebbe in definitiva a beneficiarne non solo la loro salute, ma pure la già elevata reputazione del Can-

tone Ticino in materia di conciliazione fra scuola, sport ed arte.

* Dottore in psicologia,
Psicologo specialista in psicologia
dello sport FSP

Note

1 Mattia Piffaretti. *Monitoraggio della salute psicofisica dei talenti in ambito sportivo ed artistico: rapporto finale 2011-2013*, Bellinzona, agosto 2013.

2 Si tratta di una sperimentazione della durata di due anni.

3 Nel progetto sono stati coinvolti unicamente gli studenti ammessi al Programma per talenti SMS. Docenti, direttori d'istituto, tutor, famiglie e società sportive non sono stati coinvolti.

4 Questo confronto vale unicamente per i licei.

5 Il tutor aiuta ogni studente in particolare nell'organizzazione della propria attività di studio, ad esempio nella definizione del calendario degli impegni, nella verifica della tipologia delle difficoltà eventualmente incontrate, con consigli per acquisire un metodo di lavoro efficace, nei contatti con i colleghi docenti per scambi reciproci d'informazioni.

6 Si tratta di una tendenza rilevata in ambito sportivo, che non è invece emersa dai dati relativi ai talenti musicali.