



Progetto per un corso di psicomotricità ed avviamento ai tuffi per circa 90 ragazzi con disabilità mentale

Il progetto è destinato ai giovani con disabilità mentale e disturbo dello spettro autistico residenti nella Regione Lazio che dopo aver acquisito nozioni base di acquaticità/nuoto possono essere inseriti in corsi di scuola tuffi. Si tratta di un'iniziativa nata dalla collaborazione tra la M.R. Sport dei fratelli Marconi con A.n.p.et. (Ass.ne naz. Pet e Terapia), associazione di psicoterapeuti, medici ed operatori del settore Disabilità fisica e/o mentale che segue i principi guida terapeutici dell'Istituto di Ortofonologia di Roma (Direttore scientifico dott. Federico Bianchi di Castelbianco e Responsabile scientifico dott.ssa Magda Di Renzo), che privilegiano l'importanza, lo sviluppo e l'adeguamento del concetto di relazionalità fisica e psichica con e tra il gruppo dei pari, per una evoluzione e prognosi positiva del disturbo autistico.

L'attività clinica dell'ANPeT si è concretizzata in progetti attuati in diversi contesti, istituzionali e non, per il trattamento di più patologie, dai disturbi psicosomatici al ritardo mentale, alle patologie psichiche di maggiore complessità. Accanto alla pratica della psicoterapia, l'associazione è stata sempre molto attiva nel campo della ricerca scientifica, fornendo il proprio contributo a diversi studi sulla validità terapeutica delle terapie complementari e impegnandosi in attività di formazione di psicologi e operatori, in Italia e all'estero.

Nel corso del tempo ha sviluppato un approccio a tutto campo verso i disturbi della comunicazione e della relazione e proprio da una collaborazione decennale con L'istituto di Ortofonologia di Roma(4 sedi su Roma, e 1000 piccoli pazienti dai 4 anni in su), con le famiglie di bambini e ragazzi con autismo, e con l'A.S.D. M.R. Sport dei Fratelli Marconi nasce nel 2011 il progetto "Tuffi Adapted"

In esso terapeuti, atleti/allenatori/preparatori atletici e Ragazzi con disabilità condividono la convinzione che difficoltà psichiche anche gravi vadano affrontate con un intervento che si estenda orizzontalmente, a coinvolgere lo sport adatto, il ragazzo, la scuola, le altre associazioni sportive ed onlus, nella finalità di garantire agli adolescenti con disturbi dello spettro autistico e disabili (sordità, sindrome X Fragile, non vedenti, sindrome Down) quante più opportunità possibili per il miglioramento della loro vita sociale, affettivo relazionale, cognitiva.

La collaborazione parte dal presupposto che i disturbi dello spettro autistico e le disabilità in genere non vadano considerate in negativo, come collezione di lati deficitari: bisogna invece enfatizzarne le positività, intese come potenzialità. Per farle emergere, e per fronteggiare le difficoltà, è necessario utilizzare tutte le Risorse disponibili nella Persona, nel suo ambiente e nel setting terapeutico e sportivo più adatto.

La mobilitazione delle risorse non deve avere come unica finalità il superamento del sintomo. Come terapeuti e come Atleti/preparatori atletici/allenatori non siamo interessati a una

riabilitazione basata sull'addestramento e sulla ripetizione di pattern, ma alla progressiva attribuzione di significato all'esperienza dei nostri pazienti, attraverso un percorso che faccia leva sulla loro motivazione e li veda progressivamente sempre più protagonisti attivi della loro Vita (da qui il senso dell'introdurli anche al "circuito gare").

Crediamo che la complessità, l'unicità di ogni persona non possano identificarsi con la sua patologia, riducendosi a essa. Tutte le iniziative non sono rivolte agli "autistici" o ai "disabili", ma a Persone con autismo e/o con Disabilità. La precisazione terminologica non deriva dalle ipocrisie del politically correct forzato, ma sottende una considerazione del tutto diversa dei pazienti, rispettosa delle loro personalità, di bisogni e interessi individuali. Come atleti e allenatori sportivi e come terapeuti, non ci interessano le categorizzazioni semplicistiche in cui le Persone rischiano di divenire sintomi e/o aneddoti viventi.

Siamo per il riconoscimento, al giovane con autismo/disabilità, del diritto alla libera espressione di sé: cerchiamo sempre di non "imporre interventi standardizzati", ma di fornirgli uno spazio suo in cui possa pensare e liberare le proprie potenzialità. La nostra funzione sarà allora quella di garantirgli l'accesso agli strumenti fisici, affettivi e cognitivi, che gli permettano di dargli progressivamente forma.

Pensiamo che le famiglie di persone con autismo/disabilità che troppo spesso sperimentano un vissuto di solitudine e impotenza, vadano sostenute attraverso una rete d'interventi che permettano una condivisione delle esperienze (sport in primis) e delle difficoltà proprie della Vita "normale". Il coinvolgimento dei Ragazzi con disabilità permette di ridurre il senso di isolamento, di vuoto, di mancanza di senso, di depressione, spesso sperimentato da loro ed anche da coloro che si prendono cura di loro.

Crediamo che lavorare in gruppo rappresenti un'efficace strategia per il raggiungimento degli obiettivi. Questo è vero per il gruppo terapeutico o di lavoro con i pazienti, per l'équipe curante, per il clima di collaborazione e scambio continui con il/i gruppi sportivi. E' attraverso il confronto continuo che rinforziamo un atteggiamento di coerenza che si contrapponga al caos e alla frammentazione del mondo interno della persona con autismo/disabilità.

Pensiamo anche che la Relazione con le persone autistiche/disabili sfidi tutti noi operatori, tecnici, terapeuti, a mettere in gioco le nostre qualità migliori: competenza, professionalità, empatia, buona volontà, ma anche creatività e Sportività.

FINALITÀ

L'A.S.D. M.R. Sport dei Fratelli Marconi, con questo progetto intende seguire le persone con autismo/disabilità nella fase di crescita della loro esistenza, dalla prima adolescenza all'età adulta, mettendo in atto una serie di iniziative sportive volte a incidere sugli aspetti che definiscono la qualità della vita della persona, come la salute fisica e mentale, la socializzazione, il grado di benessere personale.



M.R. Sport DEI FRATELLI MARCONI a.s.d. - CONI - FIN
www.tuffimrsport.it

VIALE DELLE MEDAGLIE D'ORO, 119/A - 00136 ROMA - TEL 0635502253 - FAX 0694367947
CODICE FISCALE E PARTITA IVA 10998561004



Vogliamo offrire alle persone con disturbi autistici e disabilità varie i mezzi per individuare e affinare competenze, conoscenze e abilità che possano permettere loro l' inserimento sociale e affettivo, compatibilmente con le proprie capacità. La possibilità di una posizione sociale non appartiene alle concessioni caritative, è piuttosto un mezzo di espressione di sé che rientra nei diritti della Persona, anche di quella con autismo e disabilità diversa. Per questo, dal 2011, codata di avvio della collaborazione, le nostre associazioni Anpet e A.S.D. M.R. Sport dei Fratelli Marconi promuovono attività di avviamento allo sport e di vera e propria pratica sportiva dirette ai ragazzi con problemi di autismo e disabilità psico-fisica, in modo da garantire loro l'acquisizione di nuove abilità, non solo di tipo motorio, ma soprattutto empatiche, comunicative e sociali.

Studi recenti hanno dimostrato infatti che l'insegnamento della tecnica tuffistica a giovani affetti da disturbi del comportamento e della socializzazione ne aumentano il livello di attenzione nell'80% dei casi, nel 40% dei giovani partecipanti si è riscontrato una miglior conoscenza e padronanza del proprio corpo, mentre con un 30-35% di atleti si è raggiunto un livello di destrezza tale da poter inserire questi giovani nei corsi di scuola tuffi per atleti privi di disabilità.

Questi progetti pilota vengono diffusi attraverso le scuole, i servizi sociali, le associazioni interessate a questo tipo di disabilità e le stesse famiglie, per questo i corsi iniziati come progetto pilota nel 2011 hanno visto una notevole crescita nelle richieste di partecipazione.

Purtroppo l'unica struttura della Regione che attualmente ospita tutto l'anno questo tipo di iniziativa è l'impianto sportivo del Foro Italoico di Roma. Fino al 2011 nel periodo invernale era utilizzabile anche la piscina comunale di Rieti che, in seguito alla ristrutturazione è stata privata dei trampolini.

A nostre spese abbiamo ripristinato l'impianto di tuffi dello stabilimento "Kursaal" di Ostia dove riusciamo a svolgere attività estiva per gli utenti disabili e non dell'area tra Fiumicino, Torvaianica, Acilia e Roma sud.

È auspicabile una maggior diffusione sul territorio, visti gli ottimi risultati terapeutici riscontrati ed il notevole aumento della richiesta.

I corsi per i bambini con disabilità mentale e/o disturbi dello spettro autistico, iniziano a ottobre terminano a luglio, sono bisettimanali per circa 18/20 ore mensili e si prefiggono come obiettivo primo, dopo circa 9/10 mesi, l'inserimento dei giovani partecipanti, nei corsi riservati ad atleti privi di disabilità. Inoltre le nozioni acquisite danno la possibilità di partecipare ad un campionato a loro riservato che prevede l'esecuzione di 3 tuffi codificati ad hoc dal regolamento. L'esecuzione del tuffo è sottoposta al giudizio di tre arbitri e la cui votazione permette di stilare una classifica. Attraverso la disciplina dei tuffi cercheremo di potenziare le seguenti aree:

- la coordinazione motoria;
- il livello di socializzazione e l'essere in relazione con l'altro;
- la qualità dell'attenzione.

L'obiettivo finale è quello di migliorare la qualità della vita del disabile e favorirne una maggiore

integrazione attraverso una disciplina sportiva impegnativa ma anche divertente.

I corsi avranno inizio ad ottobre e saranno così articolati:

Fase 1 – Prove di selezione. Istruttori di tuffi, insegnanti di ginnastica e volontari tirocinanti coadiuvati da psicologi/psicoterapeuti sottopongono i giovani che ne avessero fatto richiesta a test di valutazione.

Attraverso la somministrazione di test specifici, l'osservazione diretta dei soggetti e con l'aiuto dei dati raccolti in precedenti incontri avvenuti con le famiglie, cercheremo di costruire un'anamnesi dell'evoluzione del disturbo e il grado di compromissione attuale della sfera motoria ed interattiva del soggetto, verranno così valutate: l'acquaticità del soggetto, il livello di coordinazione motoria, il grado di interazione con l'altro, la qualità dell'attenzione e la ritrosia nei confronti della disciplina. Grazie ai dati raccolti, verranno elaborati dalla nostra équipe, dei percorsi formativi che permettano di creare gruppi di attività il più possibile omogenei per abilità ed età, per favorire il potenziamento delle aree deficitarie attraverso lo sport e stando in relazione con l'altro.

Fase 2 – Preparazione. Per rendere l'approccio con l'acqua il più propedeutico possibile nei primi due incontri i partecipanti svolgeranno attività acquatiche da noi definite "Piacere io mi chiamo BLU", dove il gioco verrà utilizzato come strumento di avvicinamento all'acqua per quietare eventuali ansie e timori dei partecipanti ma anche delle famiglie. I primi due mesi di corso prevedono 45 minuti di allenamenti di ginnastica "a secco" per la preparazione fisico-motoria propedeutica allo sport dei tuffi (tecnica del salto, capriole in avanti ed in dietro con l'uso di tappetoni) e per migliorare la conoscenza corporea dei singoli, e circa 50 minuti di esercizi di base di tuffi dal bordo; il tutto verrà costantemente monitorato dai nostri allenatori e dai nostri psicologi per valutare l'efficacia dell'intervento e superare i gap evolutivi in modo più funzionale possibile alle esigenze del soggetto. Oltre al lavoro nelle piscine abbiamo ritenuto importante fissare delle riunioni mensili con le famiglie per raccogliere feed-back riguardanti il miglioramento della qualità della vita e delle competenze motorie e interattive durante e dopo il nostro operato.

Fase 3 – Didattica. Seguono tre mesi di lavoro in palestra ed in piscina destinate a perfezionare i movimenti giusti, l'attenzione ai piccoli particolari, la consapevolezza del proprio corpo ma soprattutto l'abitudine al confronto con "l'altro", il compagno di corso, come momento di socializzazione e di stimolo, oltre a migliorare il senso di appartenenza ad un gruppo ovvero "la mia squadra". A questo punto del corso è previsto l'uso del mini-trampolino in acqua e del mini tappeto elastico in palestra.

Fase 4 – Inserimento. Finalmente, in questa fase dell'iniziativa è previsto l'inserimento dei ragazzi con disabilità, a gruppi di tre, nei corsi per atleti senza disabilità. Inizia l'uso del trampolino regolamentare da 1 metro con l'assistenza, se ritenuta necessaria e la ginnastica diventa più mirata. Gli istruttori pretenderanno da parte degli atleti la massima attenzione, tale da permettere loro di eseguire gli stessi esercizi dei loro coetanei senza disabilità. Questo permetterà ai partecipanti di sperimentarsi in un contesto più ampio e meno protetto, a questo punto verranno anche valutati i miglioramenti riguardanti la socializzazione e lo stare in relazione con l'altro.



M.R. Sport DEI FRATELLI MARCONI a.s.d. - CONI - FIN
www.tuffimrsport.it

VIALE DELLE MEDAGLIE D'ORO, 119/A - 00136 ROMA - TEL 0635502253 - FAX 0694367947
CODICE FISCALE E PARTITA IVA 10998561004



Durante il percorso i giovani partecipanti saranno sempre affiancati da psicologi, istruttori ginnici, tecnici di tuffi e volontari tirocinanti che vogliono specializzarsi nell'istruzione tecnica dello sport dei tuffi rivolta a ragazzi con questo tipo di disabilità. Questi istruttori faranno quindi un percorso di crescita e potranno accompagnare i loro giovani atleti fino all'evento finale: la gara. Imparando a conoscere ogni lato del carattere dei loro allievi, il loro modo di approcciarsi agli altri e le difficoltà che incontrano nella preparazione fisica.

Potranno alla fine terminare il percorso con un importante bagaglio di informazioni tale da consentirgli di riconoscere e risolvere le problematiche legate al disturbo comportamentale nei momenti di stress.

Fase 5 – La GARA. Il progetto oltre a proporsi come obiettivo quello di migliorare le capacità psico-motorie dei singoli partecipanti, favorire l'integrazione del disabile all'interno dei gruppi di atleti privi di disabilità e migliorare il grado di socializzazione e l'essere in relazione con l'altro, è finalizzato a un momento agonistico: il **Trofeo TUFFI ADAPTED**. Questo evento avrà luogo presso la struttura del Foro Italico durante il mese di luglio e permetterà ai giovani partecipanti di mostrare le abilità acquisite, confrontarsi con i loro coetanei provenienti da tutta Italia, ma soprattutto unirà nella prova sportiva giovani più o meno preparati ma molto motivati e determinati.

Anche per coloro che non prenderanno parte al trofeo da atleti è previsto un ruolo nell'organizzazione dell'evento: tutti avranno un incarico perché il disabile non si senta solo spettatore ma una parte attiva dell'evento.

Gli atleti partecipanti e gli accompagnatori provenienti da altre città saranno ospitati presso le famiglie degli atleti romani, per migliorare la loro socializzazione e permettere altri scambi in futuro.

Fase 6 – FEED-BACK. Il progetto si chiuderà con un incontro valutativo che coinvolgerà anche la famiglia del disabile. Si richiederà un feed-back dell'esperienza vissuta e sui cambiamenti che quest'ultima ha portato nella vita di tutti i giorni sia dal punto di vista del disabile che dal punto di vista della famiglia. Verrà inoltre somministrato un questionario volto a valutare l'efficacia dell'intervento ed le eventuali aree da migliorare questo per permetterci di correggere e di dare maggiore spazio a particolari che possono essere sfuggiti durante il percorso.

Dott.ssa Elisa Tontini

Psicologa Evolutiva e Psicoterapeuta relazionale in formazione

Responsabile del progetto: Barbara Bonferraro 3356388219- barbara tuffi @hotmail.it