
La motivazione

Autore: Ezio Aceti

Fonte: Città Nuova

Sono un po' preoccupata per mio figlio. Frequenta la seconda elementare, e a scuola, mi dice la maestra, è spesso svogliato, non si impegna. Vorrei aiutarlo, ma come fare per motivarlo un po'?. A. L. - Torino

La sua domanda mi offre l'opportunità di parlare della motivazione. Essa è fortemente legata alla realizzazione personale. Rappresenta quella energia psichica utile per mantenere costante l'impegno con un certo comportamento: se una persona è motivata, sta attenta, si concentra, esplora, si impegna assiduamente ed è spinta a portare a termine gli obiettivi prefissati. Diversamente, si lascia andare, non investe in ciò che sta facendo e talvolta tende ad isolarsi e a ritirarsi dalla realtà. Gli studiosi si sono chiesti se la motivazione fosse innata oppure dipendesse dagli stimoli e dai sostegni ricevuti. Le ricerche hanno fatto comprendere che non esiste solo una predisposizione interiore alla motivazione, ma che essa è soprattutto il risultato di un'interazione fra le caratteristiche del soggetto ed il clima sociale e ambientale. Lo psicologo Kurt Lewin, uno dei maestri nello studio delle relazioni umane, ritiene che essa sia il frutto di un rapporto dinamico fra il soggetto e l'obiettivo che questi vuole raggiungere. Egli afferma, infatti, che una persona può scegliere i propri obiettivi, caricarli di interessi e fare di tutto per perseguirli, ma, anche un obiettivo ad alta valenza può rendere disponibile una persona ad impegnarsi. La motivazione alla auto-realizzazione rappresenta quella spinta a crescere in grado di sostenere nel soggetto la stima di sé e soprattutto un rapporto con la realtà positivo e sereno. Pare vi sia un fortissimo legame fra la motivazione e il senso di appartenenza. Quando un soggetto sente di appartenere ad un ambiente, ad una persona, il suo desiderio di fare aumenta e soprattutto migliora la stima di sé. Riguardo a suo figlio, mi sembra importante, dunque dedicargli tempo ed energie per incoraggiare e sostenere in lui il senso di appartenenza e mantenere vivo il desiderio di auto-realizzazione. Infatti, la motivazione alla auto-realizzazione non ha solo una origine interna, ma è spesso legata alle concrete opportunità che un bambino può fruire, sia al giudizio positivo e al sostegno degli educatori (genitori, insegnanti, ecc.). Pertanto, in concreto suggerirei di favorire esperienze dove possa ottenere successo e non fallimento; semplificarli i compiti che gli vengono assegnati in modo da permettere la portata a termine degli esercizi, con conseguente lode da parte delle maestre; favorire l'inserimento in un gruppo sportivo e sostenerlo anche di fronte ad eventuali insuccessi o difficoltà. È molto importante anche la figura del padre per sviluppare il sostegno. Anche solo raccontandosi quanto hanno fatto l'uno e l'altro durante la giornata e riservandosi dei momenti per loro può essere molto utile. Sono sicuro che così facendo pian piano suo figlio si sentirà non solo compreso, ma avrà la conferma che è in grado di fare cose importanti per sé e per gli altri.