

## PEDAGOGIA DEL CORPO – Ivano Gamelli

### Capitolo 1 IL CORPO IN GIOCO

#### *Tra terra e cielo*

Nei giorni successivi al concepimento l'embrione si trova nella forma indecifrabile di una struttura piena. Dopo una settimana si crea al suo interno un vuoto, rivestito da una sorta di pelle primitiva. Man mano che si sviluppa l'embrione si divide in una zona inferiore emisferica piena e una superiore cava: questa è detta cieloma, cioè cavità del cielo. È il primo cielo sulla terra. Sulla linea di confine fra le due zone prende forma l'abbozzo dell'embrione. Infatti i saggi cinesi dicevano che l'uomo sta tra il cielo e la terra.

Questa cavità che racchiude il cielo non comunica con l'esterno: non respira ancora. Respira e si alimenta grazie al sangue placentare materno. L'embrione dipende dal suo sangue e da quello della madre; il sangue già pulsa a distanza di pochi giorni dal concepimento e il suo cuore batte dopo alcune settimane.

Il bambino cresce nel grembo materno, mentre l'acqua intorno a lui diminuisce e l'esistenza del mondo esterno diventa sempre più evidente.

Lo spazio uterino diminuisce, ma il cieloma è sempre là. Si è dilatato, accumulando una depressione come se dall'esterno si fosse gonfiato un pallone elastico. Questo vuoto espando attira verso di sé le pareti che lo racchiudono, quelle dei polmoni che manifestano un incremento della loro tendenza dilatatoria.

Il vuoto vorrebbe ritornare alle origini per questo induce le pareti polmonari a dilatarsi verso il torace.

Quando l'acqua avrà esaurito il suo compito, la madre avrà nutrito il figlio il cielo all'esterno si farà sentire e premerà perché il bambino esca all'aria.

Il bambino nasce e vive grazie all'aria che respira da solo. Nel tempo scoprirà di potersi alimentare autonomamente, arriverà a dimenticarsi del vuoto che originariamente ha richiamato l'aria nei suoi polmoni; il vuoto che lo ha spinto a respirare e a nascere.

#### *Corpo a corpo*

Già prima di nascere il bambino non è un corpo invisibile nel corpo di lei: è un essere che esiste nel desiderio della madre, che lei attende e sogna. Nascendo fa esperienza di un mondo spiacevole, conosce la fame, la privazione, il caldo e il freddo, il movimento imbrigliato. Ma vive anche il piacere, la sollecitudine della sua amorevole mamma che provvede ai suoi bisogni. Conosce il benessere e il malessere.

Esiste una diffusa tendenza a identificare la bocca con il luogo dove maturano queste sensazioni, anche la pelle, i labirinti, tutti gli organi dell'apparato propriocettivo contribuiscono.

Ogni mamma parla con il suo bambino ben prima che egli acquisisca le proprietà di linguaggio. All'età di tre mesi gli occhi del bambino s'illuminano guardando la madre- lo sviluppo emotivo del bambino è legato al riflesso di sé che coglie sul volto della madre. Questo specchio non perde il proprio potere con l'avanzamento degli anni.

Attraverso l'osservazione e l'imitazione il bambino impara a riconoscere e a esprimere le proprie emozioni. Comunica attraverso la globalità del corpo.

Quello del bambino (fino a 2 anni secondo Piaget) è un universo magico, animato dall'attività del sistema sensorio globale; le funzioni più mature e regolari risultano essere quelle cinestesiche, riconducibili a categorie come l'equilibrio, il tono, la posizione, la temperatura, il contatto, il ritmo, la durata, la durata del suono, la risonanza.... La percezione è di natura estensiva, neurologicamente governata dall'attiva del sistema nervoso autonomo.

La madre imita l'intensità e il ritmo dell'espressione, del movimento del corpo. Il contrappunto verbale dell'adulto quando si relaziona al piccolo si fa più lento, le parole sono più scandite ed enfatizzate. L'adulto si rende conto che il bambino deve muovere i primi passi nella danza comunicativa e quindi si mette il gioco con il proprio corpo.

Il bambino che dispone di una precoce capacità (amodale) di trasferire informazione da un canale sensoriale all'altro allo scopo di discriminare voci, parole, suoni, gusti, reagisce all'adulto che gli parla con dei movimenti, delle contrazioni muscolari. Una volta acquistata la lallazione, egli persisterà in tali movimenti accompagnandoli alla pronuncia di vocali e consonanti-

Stern afferma che attraverso il processo della selezione l'adulto finisce per restituirgli soprattutto l'imitazione di certe emozioni e non di altre. Per esempio basta prendere due polarità di stati d'animo diffuse: allegria e rabbia, tristezza e depressione. I genitori tendono a entrare in relazione con il bambino quando comunica allegria e rabbia piuttosto che quando esprime tristezza e depressione. I bambini sviluppano con maggior facilità gli scemi motori connessi all'allegria e alla rabbia.

Le radici delle emozioni sono nel corpo e sono legate al dialogo tonico, al gioco espressivo e comunicativo sotteso all'alternanza di contrazioni e decontrazioni muscolari. La forma che in ognuno di noi ha assunto il rapporto con le proprie emozioni discende dal tipo di dialogo tonico-corporeo instaurato dai genitori fin dai primi giorni di vita.

Stern postula la presenza di un alfabeto emotivo primario, degli "affetti vitali"; un alfabeto modulato sull'esperienza cinetica di tutte le percezioni della vita fetale e metaforicamente associabili a sensazioni quali lo scorrere, il fluttuare, l'esplosione, il gonfiarsi. Il carattere di ciascuno di noi dipenderebbe da come queste dinamiche sono state introiettate: dal modo in cui siamo stati coccolati, cullati, accuditi nella prima infanzia da qualcuno che nel frattempo si muoveva nello spazio.

Una piena sintonizzazione corporea produce degli importanti risultati a livello dei processi di apprendimento, ancor più decisive se ci si riferisce a un'idea dello sviluppo secondo una rappresentazione non stadiale, ma stratificata, come una conchiglia → non si perde nulla delle esperienze pregresse, ogni esperienza si sovrappone alla precedente.

È attraverso la sintonizzazione corporea che noi tutti abbiamo imparato che gli altri individui possiedono differenti stati interiori e modi di comunicarli, esiste un vissuto interno e uno esterno, la comunicazione è resa possibile dal delicato lavoro sulla distanza da porre fra noi e gli altri senza che si smarrisca la relazione.

In ogni attività ritroviamo l'immagine del corpo. I modi di esprimerci a ogni livello, la scelte delle persone attorno a noi, la disposizione del nostro appartamento, come ci abbigliamo, tutto questo racconta anche di quell'immagine e contribuisce a compensare la perdita del piacere originario.

Per le scuole di pensiero comportamentiste, da questa immagine discende la nozione storica di schema corpo, la maturazione delle "capacità prassiche" (l'integrazione delle diverse parti del

corpo), che si consolida parallelamente allo sviluppo neurofisiologico, intorno ai 12 anni. Per altri teorici tale diretta associazione risulta riduttiva, non è semplicemente stimolando e educando il movimento che si facilita o si ristabilisce la comunicazione. È la comunicazione che deve essere tematizzata, secondo itinerari poco programmabili, quale stimolo del movimento.

### *Psicomotricità: una breve storia*

Alla fine del XIX secolo un medico francese, Tissié, tratta un caso di instabilità mentale attraverso una nuova disciplina denominata ginnastica medica. Il malato è un giovane adolescente con idee ossessive, collerico, rifiuta la compagnia dei suoi compagni di scuola, cammina molto nel giardino di casa, nella sua camera, nei corridoi, nella strada e soprattutto dopo il riposo. Tissié decide di sottoporlo all'esecuzione di movimenti elementari di coordinazione, di flessione, di equilibrio, di salto al trampolino, al trapezio volante e alla corda, di corsa a piedi, di boxe, di passeggiata in bici. A intervalli regolari lo costringe a docce fredde. La paura abbandona il giovane, la pressione deambulatoria diviene rara, tutto questo perché la ginnastica medica gli ha permesso di integrare a forza che prima utilizzava nella fuga.

Da quale assunto è partito Tissié? Da un modello energetico: l'uomo visto come riserva di forza e di energia. Poi perfeziona la sua teoria completandola con l'azione psicodinamica della ginnastica respiratoria in grado di stimolare "i centri psico-motori e la suggestione". La ginnastica medica insieme al controllo della respirazione sviluppa il controllo di se e sollecita a livello cerebrale l'incontro tra il pensiero e il movimento. A questo livello nasce la volontà, un legame tra ipotetici centri psicomotori e il movimento. Tissié costruisce un nuovo spazio di oggetti e di concetti che colloca tra la fisiologia e la psicologia.

Nell'ospizio parigino della Salpêtrière, la più importante scuola europea post-universitaria di psichiatria, Charcot utilizzava l'ipnosi per studiare i sintomi dei pazienti. Per esempio davanti ai pazienti diagnosticati come paralizzati isterici, mostrava i movimenti dopo averli messi sotto ipnosi; gli mobilizzava poi manualmente l'arto danneggiato, domandando al malato di fare uno sforzo per percepirne i movimenti attraverso tutti i sensi, a occhi chiusi. Chiedeva di descriverli a parole e di riprodurli con l'arto simmetrico sano, per arrivare a trasferire con uno sforzo di attenzione quelle sensazioni all'arto paralizzato per provare a ottenere qualche leggero miglioramento. Per Charcot doveva esistere una complicità, una relazione attiva tra il movimento e la sua rappresentazione.

Fauché vede l'inizio dell'avventura di impronta francese della psicomotricità.

Aucouturier e altri tratteranno le produzioni aggressive esteriorizzate nel corso di una lezione di psicomotricità a partire dall'accettazione dell'aggressività dei bambini, inserendola in uno spazio ludico organizzato, introducendo la legge attraverso l'uso del corpo e dei gesti al fine di promuovere una gestualità simbolica.

Ajuriaguerra, psichiatra spagnolo, lavora per cercare l'origine del disturbo del linguaggio, della scrittura e del calcolo, li mette in relazione con la motricità. Pensa alla rieducazione della abilità di base come un processo che deve soprattutto rimediare ai deficit d'ordine maturativo del tono muscolare. Ciò avviene attraverso il rilassamento, insegna ai bambini a conoscere il proprio corpo e a trasferire tali conoscenze percettive nel lavoro della lettura, della scrittura e del calcolo.

Sul versante educativo la psicomotricità fa il suo ingresso ufficiale nell'educazione francese attraverso quelle che allora erano le "scuole speciali". Gli insegnanti educazione fisica specializzati erano insoddisfatti dei metodi tradizionali di impronta militare della ginnastica, trovarono nella proposta psicomotoria un terreno nuovo e stimolante. Questo avviò un conflitto con gli insegnanti

sportivi, ai quali veniva rimproverato di costringere gli allievi a gesti ripetitivi e stereotipati per ottenere il successo a tutti i costi. Gli educatori fisici specializzati contribuirono a diffondere e a sviluppare una psicomotricità educativa nella scuola.

La psicomotricità è da considerarsi una tecnica di rieducazione o un autentico progetto educativo? La prima è fissata alla visione psichiatrica quale garanzia scientifica. La seconda insorgerà cercando nella psicomotricità una pedagogia per evitare agli studenti in difficoltà l'inclusione in una logica curativa.

Tra gli anni Settanta e gli anni Ottanta la psicomotricità rimette in discussione la convinzione di poter modificare la psiche attraverso dei semplici esercizi. Dall'esercizio l'attenzione si sposta al processo. Compare un interesse vivo per gli aspetti simbolici e inconsci del movimento. Il concetto di anormalità sfuma per lasciare il posto a quello di bambino che soffre. I suoi disagi psicologici nascono in stretta connessione con il mal d'essere dell'adulto. È il gioco libero, l'espressione corporea in tutte le sue forme, l'attitudine permissiva dell'educatore e del rieducatore capaci di rimuovere i blocchi generatori dei sintomi.

Non si caldeggiano più gli esercizi di rilassamento, piuttosto una nozione generale di rilassamento applicabile a tutta l'attività corporea: non più una tecnica a se, ma un approccio olistico all'educazione e alla rieducazione.

Le stesse alterazioni del movimento diventano manifestazioni del conflitto del corpo con il mondo, e il ruolo dell'educatore è quello di andare oltre il punto di vista dell'esercizio per disporsi a decifrare il linguaggio del proprio corpo.

La psicomotricità diventerà uno strumento e una competenza diffusa nella scuola materna ed elementare, trovando nella scuola media spazio nella ridefinizione dei programmi e delle attitudini dell'insegnante di educazione fisica.

#### *La psicomotricità naturale del bambino*

Il termine psicomotricità nasce negli anni Sessanta, in un campo di intervento rivolto alla crescita e all'apprendimento del bambino dalla nascita fino ai 6-8 anni di età. La sua affermazione ha influenzato la visione e la conseguente organizzazione delle iniziative didattiche dominanti allora nel mondo educativo. Nelle coscienze degli educatori e delle istituzioni sono diffuse nuove sensibilità e atteggiamenti. La pratica psicomotoria è diventata una condizione indispensabile per chiunque si trovi a operare a livello non verbale con l'infanzia, nei vari ambiti dell'educazione.

La psicomotricità si riconosce per il suo essere un'esperienza naturale, la forma originale del bambino di stare al mondo, di rappresentarlo e di conoscerlo.

Nei primi anni di vita il bambino vive la globalità dell'essere, il suo linguaggio è fondato sull'unità di azione e il pensiero è alimentato dalle sensazioni muscolari e viscerali. A questo livello tonico-emozionale il bambino incontra se stesso e l'altro; si manifesta la differenza con il mondo dell'adulto.

Il bambino è un corpo prima di averne la consapevolezza: un corpo che sente e conosce sperimentandosi all'interno di polarità, di contrasti rintracciabili in tutti i suoi giochi.

La psicomotricità costituisce la sua ricerca su questa consapevolezza che è tesa a mettere in luce i rapporti tra il mondo delle sensazioni e delle emozioni e la vita psichica del bambino.

L'assunto sincretico della rielaborazione psicomotoria è al contempo il suo limite e la sua risorsa; molteplici linguaggio della sua pratica permettono di avvicinare al meglio la complessità dell'esperienza infantile, ma tale complessità costringe a rifarsi su modelli psicologici.

Con la psicomotricità si inaugura una nuova attenzione alla crescita e allo sviluppo del bambino all'insegna del "copro vissuto": una tematizzazione e una enfattizzazione educativa dell'empatia materna e del dialogo corporeo preverbale. Si assiste anche a un rinnovato interesse per la cultura del parto, volto alla riscoperta dei saperi perduti. Molte donne avvertono l'esigenza di riappropriarsi della relazione e della comunicazione con i figli. Si gettano i semi su pratiche alternative di parto fondate sulla valorizzazione di una dimensione psicomotoria delle relazioni primarie.

Lo psicomotricista si concentra su tutto quello positivo del soggetto, su ciò che il bambino sa fare. Nel setting psicomotorio si dismette l'abitudine di agire direttamente e si adotta un diverso approccio al contesto educativo volto ad accompagnare e a favorire l'esperienza apprenditiva. Questo consente allo psicomotricista di aprirsi a nuove scoperte; dall'osservazione del bambino che usa gli oggetti, si muove nello spazio, si relaziona con gli altri e con se stesso.

Il coinvolgimento del bambino nel proprio gioco non gli consente di vedersi in azione: nell'educatore psicomotorio egli trova un partner simbolico in grado di restituirgli la sua immagine mentre gioca.

La psicomotricità a orientamento globale non si limita a una semplice azione comportamentista, ma costringe a una nuova interpretazione del processo di formazione che rimette in discussione molto di ciò che le buone intenzioni dell'educatore sottendono. L'educazione di un no adulto da un adulto è asimmetrica, non è mai veramente democratica. L'osservazione e l'ascolto del bambino da parte dell'adulto avvengono sempre attraverso una logica di potere: è sempre l'adulto a imporre la modalità di scambio.

Educare un fanciullo significa forzarlo. La funzione dell'osservazione e dell'ascolto è quella d'entrare in contatto con il mondo del bambino in modo da orientare efficacemente la formazione. L'educatore e l'insegnante che ascoltano e conversano con gli studenti si confrontano apertamente sui più disparati argomenti e sono disponibili a perdere tempo per l'istanza di un clima più sereno: l'educatore che ascolta è l'educatore che educa.

Nella vita di tutti i bambini sono presenti dei fantasmi, ma non è sufficiente offrire al bambino la possibilità di esprimere i suoi fantasmi perché se ne liberi: il meccanismo della coalizione a ripetere è costantemente in agguato.

La psicomotricità in quanto campo specifico del sapere sul corpo e su movimento del bambino reclama una precisa formazione dell'adulto, una sincera messa in discussione dei modelli educativi e richiede un processo lento e impegnativo che passa attraverso l'esperienza emozionale del vissuto psicomotorio. Tale esperienza parte dalla consapevolezza di quanto la relazione educativa con un bambino si misuri con una mancanza, dovuta alla rottura della completezza esclusiva del periodo prenatale. La nascita provoca la perdita di tutte le sensazioni simbiotiche, il processo educativo degli esordi non può non prevedere uno spazio e un tempo capaci di dare a questa separazione il senso della conquista di identità. Il setting psicomotorio chiede all'educatore di operare a livello del corpo, affinché il bambino possa percorrere tutte le tappe che dal piacere-dispiacere sensomotorio iniziale conducono all'autonomia propria del pensiero operatorio piagetiano.

### *La pedagogia dei luoghi psicomotori di Bernard Aucouturier*

Il lavoro educativo dello psicomotricista non può essere avvicinato senza un'attenta considerazione del suo setting della sala di psicomotricità. Questa è un'ampia sala accogliente rivestita di legno o moquette in cui sono presenti sia oggetti tradizionali di una normale palestra (spalliera, materassi, scale...), che assumono un'utilizzo più creativo, ma anche cuscini di tessuto colorati, parallelepipedi in gommapiuma, palle di differenti dimensioni, tessuti e teli, mattoni di legno, plastilina, lavagna, un ampio specchio a muro.... Il bambino ripercorre dimensioni qualificanti dell'esperienza ludica infantile.

Secondo Lapiere e Aucouturier questa esperienza avviene grazie alla delimitazione e alla strutturazione del setting psicomotorio in tre luoghi principali: il luogo del gioco sensomotorio, il luogo del gioco simbolico, il luogo del gioco di rappresentazione.

I piani di esperienza potenziali del gioco sono stati rielaborati da Cartacci in sei progressive aree:

area del gioco tonico-emozionale → interessa il tono muscolare, veicolo di espressione e relazione, e la sensibilità vestibolare che implica giochi di equilibrio e squilibrio, rotolamenti, dondolii, scivolamenti e cadute: tutto riconduce all'esperienze originarie, al primo dialogo tonico fatto di contatti, accudimento e manipolazione del bambino da parte della madre. Il bambino ritrova tutto questo e lo sperimenta in una dinamica continua di contrasti, proposte mirate a fargli vivere una relazione affettiva qualitativamente buona, in grado di stimolare il suo potere di iniziativa e di libera elaborazione.

Area del gioco pre-simbolico → presenza di immagini interne, sedimenti delle sensazioni vissute che contribuiscono a costituire l'esperienza di sé del bambino, le ritrova a diversi stadi successivi nei giochi, come nascondersi, costruire e distruggere. Compaiono gli oggetti sostitutivi dell'adulto.

Area del gioco sensomotorio → ai afferma dai 2-3 anni, grazie alla parallela e adeguata maturazione neurologica che contribuisce ad assicurare al bambino la percezione di non essere solo corpo, ma di avere un corpo. Si procura il piacere da sé: salta, si tuffa, gira su se stesso, si arrampica; lo spazio intorno a lui si dilata e si anima. Tutto è occasione per sperimentare i propri confini corporei, la capacità di orientamento di abbandono.

Area del gioco simbolico → è il gioco finzione, "far finta di": personaggi, relazioni, fantasie messe in scena attraverso l'azione, spaziando dalla quotidianità fino alla realtà fantastica ed emozionale.

Area del gioco coordinamento → il bambino manifesta di privilegiare il ricorso a un uso efficace del movimento, centrato sull'abilità, sulle funzioni proprie della coordinazione più fine. Si accentua l'interesse in lui verso la dimensione biomeccanica del suo corpo. Cerca la misura, la competizione, il risultato, sia individualmente sia attraverso la collaborazione tipica dei giochi di squadra.

Area del gioco di rappresentazione astratta → trova espressione la tendenza del bambino a rappresentare contenuti reali o immaginari, in assenza di azione, tramite strumenti e linguaggi quali manipolare, disegnare, costruire, scrivere. Il bambino prende distanza dall'oggetto e accede ai processi di simbolizzazione e di astrazione.

Le forme che assume il gioco infantile sono rivelatrici di forme di esperienza di sé del bambino. L'educatore deve mostrare la capacità di saper cogliere le ripetizioni significative del bambino che manifesta attraverso il gioco, individuando gli schemi motori ad esso collegati, che si esprimono sotto forma di contrasti come riempire-svuotare, salire-scendere, costruire-distruggere....

La ripetizione è il tentativo di superare l'angoscia collegata a tali esperienze. Il compito sta nel permettergli di inserire quello schema in una logica di piacere. Se lo schema dazione prende la forma dello sputare o respingere, lo psicomotricista deve avere la capacità d'accettare di essere respinto e trasformare il vissuto emozionale ad esso collegato.

L'educatore deve saper fare da cassa di risonanza tonico-emozionale di fronte a questi schemi, specie quelli negativi, che non a caso il bambino ripete compulsivamente nel tentativo di trovare una via per superare l'angoscia a essi legata.

### *Realtà e simbolo dell'oggetto psicomotorio*

Nel setting psicomotorio un ruolo fondamentale è affidato agli oggetti a disposizione del bambino. Si preferisce parlare di oggetti e non di giocattoli per la differenza che intercorre tra i due: un giocattolo un oggetto preciso. Un bastone della mani di un bambino può diventare qualsiasi cosa. L'oggetto psicomotorio non è strutturato, è preferito il giocattolo per la flessibilità dei significati che può assumere. La tradizione psicomotoria annovera una gamma notevole di oggetti. Ogni oggetto nella pratica psicomotoria può rappresentare qualsiasi cosa.

Cerchi di diverse dimensioni, materiali e colori → è possibile introdurre il proprio corpo, ciò che segna il fuori e il dentro. L'interno dall'esterno, ciò che protegge ciò che imprigiona.

Palloni di diverso diametro, forma, materiale, peso e colore → la madre buona, accogliente, il seno materno, il fratello che si ama, che si desidera, che non si ha mai avuto, che si rifiuta, che si è perduto.

Corde di diverse lunghezze e colorate → legame che unisce, cordone ombelicale, strangolamento, impiccagione, frusta.

Tubi di cartone e di gommapiuma → fucili, spade, il proprio pene, rapporto con il padre, il potere.

Cuscini → aggressione, seduzione.

Tessuti di differenti colori e dimensioni → placenta, avvolgimento materno, intimità, protezione dallo sguardo altrui, lenzuolo mortuario, travestimento.

Cartoni da imballaggio → casa, madre, dove si può penetrare, abitare, rifugiarsi, nascondersi, invitare l'altro.

Materassoni, spalliere, piani inclinati → spesso disposti al pavimento come ponti, strumenti di passaggio, specchi.

Corpo dell'educatore → sostituto del padre, la legge, la madre, affettività.

L'oggetto costituisce un mediatore della relazione del bambino con se stesso e con ciò che lo circonda. Dall'uso che spontaneamente esso ne fa nella sala è possibile ricavare utili tracce di osservazione e di interpretazione per l'educatore.

Il ricorso al giocattolo non deve essere un tabù nel setting.

La percezione del loro essere corpo in relazione allo sviluppo della dimensione è mutata. Le nuove tecnologie digitali rappresentano un dato imprescindibile della attuale consapevolezza di se e del mondo di bambini. Sembra prevalere la tendenza a contrapporre corpo naturale e corpo virtuale. Il computer è vissuto come strumento al quale ci si pone di fronte, passivizzante, che imbriglia il corpo e aliena il movimento. In prospettiva positiva si può immaginare una nuova alleanza tra naturalità e virtualità.

Orto delle arti di Enzo Guardalà e Diego Roveroni si impegna nelle proposte di teatro per ragazzi. I loro lavori si incentrano sull'esperienza corporea dei bambini dove è rintracciabile un'assunzione positiva del rapporto realtà/virtualità, dove la tecnologia diventa alleata di un teatro del corpo. La compagnia ha caratterizzato la propria cifra artistica attraverso l'allestimento di spazi relazionali ed espressivi per e con il pubblico bambino che vi partecipa, dove attraverso l'uso della scenografia e immersivo di video proiezione si sono costruiti dei contenitori che possono interagire con le azioni dello spettatore.

### *La fantasmatica corporea*

I fantasmi esistono, ma dentro di noi. Il concetto di fantasma come dimensione intrapsichica trova la sua prima formulazione in Freud. La vita interiore umana è modellata e condizionata, indipendentemente dall'esperienza individuale, da una fantasmatica inconscia, un patrimonio collettivo trasmesso filogeneticamente che si riattualizza sullo sfondo della fase intrauterina, attraverso le sensazioni del feto.

Per Jung, Lacan, Klein, Runk, Winnicott la fantasia conscia è alla base dello sviluppo della vita psichica, svolge un ruolo primario nella strutturazione degli oggetti interni.

Il bambino, che nel grembo della madre vive una condizione di benessere, alla nascita sperimenta il trauma legato alla scoperta dei contrasti. Il neonato gettato sulla scena della vita, si confronta giocoforza con la nostalgia del piacere funzionale perduto, che rappresenta la scaturigine di una serie di fantasmi a esso connessi. Si crea un vuoto una percezione del proprio corpo imperfetta, mesi del tutto risolta e risolvibile.

Assume una maggiore responsabilità verso dimensioni tutt'altro che acquisite, il parto fisiologico (naturale), il contatto pelle a pelle madre-bambino, l'allattamento esclusivo al seno nei primi sei mesi di vita.

Aucouturier dice che poiché il bambino si confronta con la sua vita intrapsichica ben prima dell'insorgenza del linguaggio verbale, in fantasma non può che avere la natura del corpo. La pratica psicomotoria si pone a livello simbolico dell'immaginario proprio per lavorare consapevolmente su tali fantasmi inconsci che ispirano il comportamento. I bambini nel setting psicomotorio devono consentire loro di vivere il ciclo fantasmico completo, fino a integrarne i diversi aspetti. Aucouturier parla di fantasmi d'azione, indicando la rappresentazione inconscia di un'azione. Il fantasma d'azione la prima forma di pensiero separato dalla realtà. Il fantasma non può compensare totalmente la perdita dell'oggetto, genera un certo grado di mancanza a livello psichico, un vuoto alla base della personalità, delle successive creazioni e delle relazioni affettive.

Per lavorare in psicomotoria sull'ambivalenza bisogna avere presente alcune angosce arcaiche secondo Aucouturier:

-l'angoscia di caduta, di essere lasciato cadere, di perdere il sostegno. Il bambino deve sperimentare di incontrare una possibilità di cadere e di lasciarsi andare mentre si è contenuti nella propria angoscia. Se rassicurati i bambini amano lasciarsi cadere dall'alto.

-l'angoscia di dissoluzione, di perdere i propri limiti. Ritrovarsi al momento del risveglio mattutino, a causa di una corretta postura del corpo nel sonno, con un arto invaso da una sensazione di formicolio che ne preclude la percezione. L'adulto sa che è una situazione momentanea, per il bambino può essere un dramma che coincide con la sensazione di perdita di una parte del corpo. Per contrastare questa angoscia il bambino deve svolgere una funzione di contenimento, di contrasto alla dissoluzione della propria immagine corporea.

-l'angoscia di divorazione, collegata all'intensità fantasmatica ed emozionale raggiungibile da un bambino durante la fase orale. Il lupo e i tre porcellini è una favola che aiuta a capire. I tre porcellini dopo essere minacciati non solo vengono mangiati, ma si fanno beffa del lupo. Amare significa per il lattante incorporare, "divorare" la madre.

-l'angoscia di castrazione. L'insegnante che simbolicamente castra gli allievi per paura di venire da essi castrato.

-l'angoscia di esplosione, di frattura, di amputazione, di scorticamento, di distruzione. Bisogna far vivere il piacere dell'abbattimento di una torre di cuscini.

I fantasmi motori si ritrovano ovunque nei giochi spontanei dei bambini. Si cogli con evidenza come sia possibile elaborare positivamente il fantasma rimettendo in gioco gli stessi processi sensori-emozionali che hanno presieduto all'insorgenza della dinamica fantasmatica.

Anche l'adulto cerca costantemente situazioni di rilassamento (abbraccio, massaggio...). È evidente il valore regressivo di simili esperienze, dietro alle quali si manifesta il bisogno di rimettersi insieme, di ripristinare l'unità perduta.

Dalla discoteca in adolescenza ai grandi concerti rock, il profondo significato fantasmatico del gruppo come sostituto materno. La musica rock corrisponde all'ambivalenza indotta dalla rottura fusionale: la batteria evoca il battito del cuore, il ritmo dei cori dello stadio, gli slogan dei cortei.

Tutto ciò rende evidente l'importanza che al processo regressivo, che pure caratterizza le fasi iniziali di una seduta psicomotoria, segua nel setting come nella vita, attraverso la reintroduzione dei mediatori, lo sviluppo della simbolizzazione e la costruzione della distanza.

#### *L'analisi corporea della relazione di André Lapierre*

Lapierre e sua figlia Anne hanno creato l'analisi corporea della relazione. È di finalità terapeutica rivolta agli adulti: l'osservazione e la decodificazione dei comportamenti corporei in grado di porre in evidenza le strategie adottate dal soggetto durante tutta la sua vita relazionale per risalire all'origine dei suoi comportamenti.

L'io è prima di tutto un io corporeo. L'analisi corporea delle relazioni si prefigge di integrare il corpo, di farlo vivere. Pur basandosi anch'essa sul recupero e la riattualizzazione, attraverso il transfert, dei ricordi rimossi nell'inconscio, tre sono le opzioni peculiari del metodo che lo differenziano e lo caratterizzano rispetto al tradizionale setting. L'utilizzo di oggetto costituisce una risorsa storica della psicomotricità nella loro valenza simbolica e in relazione ai vissuti che ne caratterizzano le sedute.

Le sedute non sono individuali ma di gruppo, l'analisi corporea si fonda sul dire corporeo, attraverso il gioco libero e il movimento considerati equivalenti, a livello dell'espressione corporea, dell'associazione libera verbale. Il gioco in sé è una terapia, nel caso dell'analisi corporea contiene la risorsa della regressione.

L'analista corporeo è implicato con il proprio corpo nella relazione terapeutica, prende parte attiva nei giochi che si determinano nel gruppo, incarna consapevolmente il ruolo del potere.

La sala dove si svolge la seduta si presenta strutturalmente simile a quella tradizionale della psicomotricità relazionale con i bambini, con la differenza che è completamente vuota.

L'analista invita a sedersi per terra. Non farà grandi discorsi, ma solo alcune raccomandazioni: agire spontaneamente, senza riflettere. Sarà possibile usare la voce per mettere suoni o gridare, è

vietato il linguaggio verbale. Un'ora e mezza/due di lavoro pratico e un'ora/un'ora e mezza di verbalizzazione interindividuale di gruppo per poi parlare del proprio vissuto.

L'analista corporeo deve essere consapevole dei propri messaggi corporei e tonici, saperne fare un uso chiaro, esente il più possibile da proiezioni personali. Il suo corpo nel setting non deve essere il suo corpo, ma un'immagine disponibile al transfert dei partecipanti, un'immagine buona o cattiva, amata o odiata a seconda dei casi.

La formazione per diventare analista corporeo è lunga e impegnativa, infatti sono pochi quelli che in Italia hanno ottenuto l'abilitazione.

Lavorando in un'ampia sala vuota, come nel setting freudiano classico, basandosi sul non verbale, la dimensione del contatto finisce per essere inevitabilmente liberata dal tradizionale tabù, trasgredita. Si considera importante l'opportunità di reinvestire l'immagine della madre non soltanto a livello d'immagine ma anche e soprattutto sul piano corporeo.

È sul modello della riflessività tattile che si costruiscono le altre riflessioni sensoriali e poi la riflessività del pensiero. Rimane la proibizione del passaggio all'atto sessuale, la regola di Freud, anche se ciò non impedisce che nelle attività di gioco spontaneo si possano vivere relazioni sessualizzate sul piano simbolico.

L'essenziale del lavoro di analisi corporea si compie a livello non verbale, a livello delle risonanze del corpo. Anche a questo livello si situa il gioco ambiente di potere e di dipendenza, il cui attraversamento costituisce uno degli obiettivi della proposta: la libertà è un fantasma, un mito. Nessuno vuole accettarla poiché il prezzo da pagare sarebbe la solitudine. Uno degli obiettivi dell'analisi è scoprire quali sono i nostri bisogni profondi. La sola libertà che possiamo conquistare è quella di scegliere le nostre dipendenze.

## Capitolo 2 NON SOLO PER SPORT

### *Lo sport tra antiche visioni e nuove emergenze*

La palla è sinonimo di gioco sportivo, di un immediato e intenso investimento emotivo. Nonostante il calo della popolazione giovanile, il numero dei ragazzi tesserati dalle società sportive è il doppio rispetto a 10 anni fa.

Il successo nello sport si spiega in età giovanile si spiega in quanto prolungamento naturale nel tempo di quella spontanea motricità propria dell'approccio globale del bambino al mondo.

Il bambino non arriva a comprendere la realtà che lo circonda, è maneggiando oggetti che scopre progressivamente i significati della relazione fra il suo corpo e le cose del mondo.

Degli aspetti sociali contraddittori e conflittuali di cui lo sport è simbolo sono gonfie le cronache quotidiane di dibattiti. Il senso comune persiste nel vedere nella pratica sportiva uno dei pochi luoghi di crescita e alternativa a tutti i mali della società.

Gli insegnanti di educazione fisica e motoria nella scuola, gli istruttori sportivi, i laureati in scienze motorie hanno più di una ragione per riflettere sul senso del proprio compito e sulla propria identità professionale. La dimensione educativa dello sport compete a loro, in virtù dei cambiamenti strutturali e organizzativi in atto, s'imponga la necessità di rivedere l'orizzonte epistemologico della disciplina, cominciando col chiedersi a quale immagine dello sport essa

intende far riferimento per costruire le proprie interpretazioni teoriche e le proprie opzioni applicative.

Che lo sport contenga uno specifico educativo ha consolidato nel tempo uno stretto rapporto di continuità fra gli assunti dell'educazione sportiva di base e quelli fissati da coloro che gestiscono il business legato alla diffusione dello sport-spettacolo. Oggi lo sport educativo condivide l'analogo orizzonte di senso dello sport caratterizzato da un agonismo sempre più esasperato e precoce.

Questo fenomeno è il principale ostacolo al costruirsi di una nuova professionalità educativa capace di dare vita a una più consapevole e moderna didattica della pratica sportiva. Lo sport genericamente inteso e l'educazione attraverso lo sport non sono equivalenti. Lo sport non è a priori definibile come un fatto educativo positivo: dipende dalle intenzioni, dalle modalità e dal contesto in cui si esprime.

La pratica sportiva non può riconsiderarsi in modo critico il proprio oggetto, sottraendo al senso comune, differenziandolo di un nuovo approccio, di nuove attitudini, metodi, contenuti. Una pedagogia dello sport deve sapersi interrogare sul valore simbolico dell'attività fisica, sulla dimensione rituale come potente occasione di elaborazione pedagogica dell'aggressività adolescenziale e, sulla necessità di una prospettiva didattica centrata su una presa di coscienza del corpo come luogo percettivo.

#### *La paura di giocare*

Cosa ci comunica il bambino che si nega l'opportunità di giocare? Quali difficoltà manifesta? Da cosa si tutela?

La capacità di giocare è direttamente proporzionale alla capacità di relazionarsi in uno spazio e in un tempo già determinati, dove si deve entrare e da cui si deve necessariamente poter e saper uscire. Gli educatori tendono spesso a diventare l'importanza di questi momenti, vivendo in una realtà didattica in cui anche dimensioni profonde, quali l'emotività e l'affettività, finiscono per essere trattate come variabili da classificare.

La modalità di difesa consiste in una vera e propria fuga dal gioco. Del gioco noi non siamo solo protagonisti: siamo anche strumenti allorché accettiamo, giocando, che la nostra esperienza si mostri nella sua parzialità per partecipare creativamente dei limiti dell'altro e viceversa. Sono le nostre identità definite a essere provocate, interrogate, minacciate e che il gioco, se veramente vissuto, ci restituirà inevitabilmente modificate per essere nuovamente messe in gioco.

L'ansia può essere controllata riuscendo a capire che l'immagine che abbiamo di noi può positivamente avvalersi di una riorganizzazione dinamica continua, che la nostra identità preesiste e persiste alla durata del gioco.

Esiste anche la fuga nel gioco: è il non poterne fare a meno. Il bambino che resiste, che non vuole partecipare sentendosi minacciato dall'interno da un sentimento di disgregazione di se associato all'idea della conclusione del gioco, lascia il posto al bambino che decide di adottare una differente modalità di difesa. Vuole competere per salvarsi, vincendo. Si assorbe in una soluzione estrema, di investimento assoluto. Desidera essere sopra gli altri, inseguendo ostinatamente la vittoria, per allontanare da se la paura di sostenere l'incontro con l'altro e la fine del gioco. La sua fantasia inconscia è quella dell'immortalità come unica fragile strategia di sopravvivenza.

Della lucidità infantile organizzata dagli adulti si parla sempre in termini enfatici, riferendosi esclusivamente alle sue innegabili istanze positive. Provare a guardare a questa dimensione da un

punto di osservazione interno può aiutare ad accorgersi di quanto complesso e ambivalente sia questo territorio, come alla positività faccia da contraltare un intrigo di tensioni aggressive, distruttive, di soluzioni tentate che nascondono problemi deviati e tutt'altro che risolti; luce e ombra sono costantemente presenti.

Siamo consapevoli che finalizzando alla competizione ciò che andiamo proponendo ai ragazzi mostriamo il fianco delle eventualità che si palesino senza controllo dinamiche compensatorie, profonde e delicate? Crediamo che la nostra passione e le nostre buone intenzioni garantiscano comunque la riuscita e la positività delle attività in cui li coinvolgiamo? Siamo attenti a ciò che gli allievi comunicano, agli ostacoli che incontrano e alle strategie che applicano? Fino a che punto appartengono a lui la sua vita e il suo successo? Se non troviamo l'onestà e il coraggio di porci queste domande non capiremo mai i fenomeni sempre più diffusi quali il doping e la violenza negli stadi: lo stordimento collettivo verso ciò che è o dovrebbe restare solo un gioco. Un gioco che però innalza le sue divinità e le espone alle vendette dei credenti.

Solo una rilettura critica della pratica sportiva intesa come raggiungimento della prestazione del limite proprio può aiutarci a fare emergere i suoi tanti aspetti positivi. Bisogna mettere a distanza un'idea malata di sport, che inneggia al gioco maschio e alla cattiveria in campo, alla furbizia e al raggiro. Nonostante tutto ciò lo sport continua a essere un grande dispositivo pedagogico.

### *L'aggressività necessaria*

I ragazzi nella pratica sportiva si coinvolgono si emozionano e accade anche che litighino. È un contesto che si presta facilmente alla messa in scena di manifestazioni aggressive. Grazie ai contributi dell'etologia di Lorenz ed Eibesfeldt, le principali scuole psicologiche, lacerano il mito dell'infanzia come puro periodo di felicità e di buoni sentimenti, concordano nel ritenere il comportamento aggressivo spontaneo e ineliminabile, connaturato allo sviluppo della personalità umana. La pulsione aggressiva è presente prima dell'integrazione della personalità; per Klein è una forma di attività che gioca un ruolo fondamentale nella prima infanzia e di cui il bambino ha bisogno per conseguire l'autonomia personale e l'affermazione di sé.

Nel suo cammino verso l'autonomia, il bambino deve disporre di uno spazio d'espressione e di una considerazione da parte dell'adulto liberi da ogni pregiudizio moralistico. In una società educativa diventa importante mettere in valore la dimensione del conflitto tra le generazioni come occasione di formazione per i più giovani.

Quasi sempre nel gioco sportivo dei più piccoli, quando si scatena un conflitto si demanda la soluzione a un arbitro, un adulto, perché dirima le questioni, applichi il regolamento, decida chi ha ragione e chi torto. Mai il litigio è considerato come occasione per apprendere nuove competenze, un'opportunità che l'educatore può cogliere per restituire il problema ai bambini, piuttosto che sottrarlo, risolvendolo per loro.

Persiste la diffusa confusione fra aggressività e violenza come se fossero sinonimi. La violenza è la manifestazione dell'incapacità di sostenere e affrontare il conflitto con la naturale carica aggressiva che esso comporta.

La scarica dell'aggressività attraverso la via muscolare rappresenta la modalità più primitiva. Piaget ha mostrato come un'espressione più evoluta e matura degli impulsi aggressivi richieda il passaggio dalle vie fisiche a quelle mentali, alla dimensione simbolica. Nel gioco simbolico è garantita una certa distanziamento e de-colpevolizzazione dai propri impulsi aggressivi, che diventano così controllabili, conoscibili, padroneggiabili. Nello sport inteso educativamente tutto ciò si può tradurre nell'invito ai ragazzi a esplicitare verbalmente la rabbia liberata dall'attività

sportiva che stanno svolgendo, piuttosto che mascherarla dissolvendola nella prestazione. Tale momento di verbalizzazione rappresenta uno stimolo a riflettere su di se attraverso il gioco, a nominare desideri e paure contendono la scarica impulsiva, per poi tornare al momento ludico.

Va sottolineata l'importanza della ritualizzazione dell'aggressività. Il rito favorisce l'espressione aggressiva, la controlla senza reprimerla, salvaguardandone le funzioni positive, ma bloccandone gli effetti distruttivi.

A questo si contrappone la tendenza a cedere alle logiche del mercato ricorrendo a una selezione sempre più precoce degli atleti. Negli stati uniti esistono centinaia di società sportive per bambini sotto i due anni con l'obiettivo di selezionare mini-atleti da mettere a disposizione del mercato professionistico futuro. Lo sport agonistico però non da praticare prima degli 8/i anni di età. Fanno da contraltare i dati concernenti l'abbandono precoce dell'attività motoria da parte di coloro che hanno subito l'imposizione in giovanissima età.

Agli insegnanti, agli educatori, agli istruttori dello sport spetta il compito di inserirsi in questa delicata problematica attraverso una sapiente mediazione educativa che sappia fornire una prospettiva e un senso al loro lavoro.

Ogni gioco sportivo contiene al suo interno un gioco più importante: il gioco delle dinamiche relazionali con cui si misura la crescita educativa. A questo gioco nel gioco che respira sotto la dimensione sportiva dobbiamo rivolgere il nostro sguardo, il nostro impegno, la nostra formazione.

#### *Oltre l'educazione fisica*

Educazione fisica è una denominazione che si commenta da sola, retaggio e reminiscenze di una nefasta ideologia che decenni fa ha così inteso relegare in un'esigua materia scolastica l'ignoranza e l'insensibilità culturale verso le componenti corporee dello sviluppo. Non pochi fra i migliori insegnanti di questa disciplina hanno provato a interrogarsi sul suo significato e i suoi contenuti.

All'inizio la designazione fisica equivaleva a ginnico-sportiva, interpretazione che pur ricimandosi a una sorta di ideale unità corpo-spirito polverizzava il corpo, riducendolo a parti funzionali da potenziare e addestrare.

A fine anni Sessanta si vede riconosciuto al corpo un valore diverso di tipo espressivo e conoscitivo. Il GREC (Groupe de Recherche en Expression Corporelle), composto da insegnanti di educazione fisica insoddisfatti dei metodi imposti dai modelli socioculturali dominanti reclamava:

- Una pedagogia e una didattica aperta, dove l'insegnante di educazione fisica e lo studente fossero messi nelle condizioni di sperimentare intorno al corpo, dove maschi e femmine potessero scoprire le differenze lavorando insieme;

- il riconoscimento dell'espressione corporea come linguaggio da esplorare e apprendere, da inserire nella programmazione della materia, affiancato dallo sviluppo di adeguate strategie contesti per la verbalizzazione dell'esperienza corporea onde evitare il rischio di un'enfatizzazione del corpo che riproponesse scenari analoghi a quelli determinati da una ipertecnizzazione priva di parole della contestata educazione fisica di matrice militare-addestrativa;

- un uso e un rapporto più lucidi e mobili de-funionalizzanti degli oggetti che da sempre qualificano il lavoro dell'insegnante in palestra e uno sdoganamento della sua immagine di colui che misura il corpo;

-la possibilità di valutare e valorizzare il contributo interdisciplinare e trasversale dell'educazione fisica all'acquisizione dei prerequisiti di abilità fondamentali quali il leggere e lo scrivere, alla strutturazione di nozioni spaziali e temporali, all'orientamento verso le forme più creative e artistiche.

Il movimento di espressione corporea alimentò la sua formazione di prestiti: assunse il piacere sensomotorio dei vissuti della psicomotricità; dall'arte del mimo recepì l'importanza dell'investimento dello spazio per raccontare con il gesto la propria presenza; dalla danza contemporanea ed etnica colse la necessità di ritrovare il corpo nel suo violento radicamento terreno.

L'espressione corporea incarnò in un certo senso il ritorno del rimosso dell'educazione fisica tradizionale: inaugurò nuove ipotesi di ridefinizione dello statuto epistemologico della disciplina e consentì di aprire inediti spazi nell'interpretazione dell'insegnamento della stessa pratica sportiva.

L'educatore fisico e sportivo non può non confrontarsi con le dimensioni simboliche, emotive e affettive del corpo. Non può non avvertire la coincidenza del sentire con il pensare.

Non è solo la fantasia dei bambini a ricordarci l'importanza di tenere aperto lo sguardo sulle potenzialità inesprese della dimensione corporea nei processi di apprendimento, la scienza vive nella crisi dell'idea lineare di corrispondenza, nel venir meno della continuità diretta fra realtà e rappresentazione. Una crisi di percezione che sposta il dibattito scientifico allo studio maniacale delle singole cose o parti all'interesse per le loro complesse relazioni di interdipendenza.

I dualismi mente/corpo, soggetto/oggetto se non adeguatamente problematizzati suonano alquanto sospetti. Questa trasformazione non può non comprendere anche l'immagine e il ruolo della corporeità.

Grazie allo psicologo americano Gardner sappiamo di doverci avvicinare all'intelligenza in quanto fenomeno declinabile solo al plurale. Esistono una pluralità di intelligenze, autonome e presenti in diversa misura in ogni individuo.

Gardner ha avanzato la tesi provocatoria secondo cui la responsabilità del consolidato predominio nei nostri sistemi di insegnamento delle intelligenze linguistiche e logico-matematiche andrebbe attribuita in gran parte a Piaget. Lo studioso svizzero ha avuto innumerevoli critiche per aver costruito le sue teorie sull'osservazione dei tre figli senza ricorrere a strumenti di registrazione.

Tra le diverse intelligenze ci sono quelle: linguistica, musicale, logico-matematica, spaziale, intra e interpersonale, emotiva, corporeo-cinestesica indetificata nella capacità di utilizzare il corpo in modi diversi attraverso le capacità di osservare, imitare e ricreare.

Un modo diverso di guardare il corpo è il punto fondamentale sul quale soffermarsi. Senza di esso non vi può essere nessuna vera innovazione nel modo di proporre il gioco, non basta affermare che quella dello sport è una dimensione formativamente importante se poi le proposte continuano a scaturire da un'immagine frammentaria e meccanicista del corpo.

#### *Lo sport educativo di Jean Le Boulch*

Le Boulch (medico ed educatore fisico francese) è andato a delineare un approccio pedagogico che segue fedelmente lo sviluppo psicomotorio del bambino. Egli vede nella tradizionale educazione fisica una via meccanicistica all'educazione al movimento basata sulla ripetizione di un modello da imitare fornito, responsabile dell'acquisizione di schemi motori stereotipati e rigidi.

L'apprendimento delle prassie (insieme di movimenti coordinati intenzionali) non può che

avvenire grazie a un procedimento capace di conferire agli apprendimenti motori caratteri di soggettività, plasticità e apertura.

Per la psicocinetica il tono muscolare non dipende dalla forza, ma mostra un'estrema sensibilità ai fattori emotivi, la messa in gioco dei riflessi attraverso delle procedure pedagogiche appropriate che permettano a questi riflessi di giocare liberamente senza un intervento esagerato del controllo corticale volontario.

Ciò avviò un conflitto con gli insegnanti sportivi ai quali veniva rimproverato di costringere gli allievi a gesti ripetitivi e stereotipati. Per Le Boulch un apprendimento che non passa attraverso la presa di coscienza del soggetto, ma che si limita all'acquisizione passiva di una tecnica, si riduce a mero addestramento. Educare attraverso il movimento.

Le Boulch suddivide il processo di insegnamento/apprendimento motorio e sportivo in tre fasi successive: esplorativa globale, di dissociazione, di stabilizzazione.

Nella prima fase l'educatore si deve limitare a creare le condizioni per motivare un a libera esplorazione globale, il soggetto a contatto con il problema motorio da risolvere, imponendogli un brancolamento sperimentale, sollecitandolo per prove ed errori a trovare intuitivamente la risposta motoria alla domanda sottesa all'apprendimento di quella situazione.

La fase esplorativa è una fase di messa in situazione. Costringe l'allievo alla ricerca, a costruire l'apprendimento per associazione, selezione, organizzazione, capacità che lo doteranno poi di caratteristiche flessibili e trasferibili a qualunque richiesta motoria. L'insegnante può osservare l'allievo mentre esplora e può scoprire i suoi limiti e le sue risorse.

La durata di questa prima fase è variabile. Il soggetto avvertirà naturalmente il bisogno di conoscere un modello efficace di risposta capace di consentirgli un certo dominio: potrà allora inserire la fase successiva di dissociazione, che consiste nell'offerta di schemi efficaci proposti dall'esterno per il tramite dei processi di interiorizzazione e di rappresentazione mentale. L'ultima fase, la ripetizione dei modelli ormai interiorizzati garantirà la stabilizzazione degli automatismi.

Il setting di Le Boulch si richiama alle teorie dello sviluppo di Piaget, secondo il quale l'apprendimento è conseguenza di un mutuo processo di adattamento e di azione del soggetto sull'ambiente, il soggetto è sottoposto a un'alternanza continua di situazioni di equilibrio e di disequilibrio, che comportano fasi di assimilazione e di accomodamento per potersi stabilizzare in categorie d'azione.

Le fasi dell'insegnamento motorio di Le Boulch sono: esplorativa globale (corpo vissuto, dai 0 a 3 anni), dove il bambino procede per prove ed errori; quella di discriminazione (discriminazione percettiva, fino ai 7 anni), dove il bambino è capace di portare alternativamente la sua attenzione sulla totalità del corpo e su singoli segmenti corporei; della stabilizzazione (corpo rappresentato), presa in carico piena e cosciente della propria motricità. Le tappe a loro volta ricalcano fedelmente gli stadi o periodi indicati dall'epistemologo svizzero.

Con questa teoria e metodologia d'apprendimento degli schemi motori, la tecnica, cioè l'insieme dei gesti peculiari di ogni sport, non viene più prima spiegata e mostrata per poi richiederne l'acquisizione attraverso l'esecuzione ripetuta fino all'adesione fedele del modello. Il modello addestrativo decade a favore di un percorso di apprendimento intelligente. Dalla tecnica non si parte: si scopre. A qualunque gesto sportivo si giunge lavorando sull'organizzazione ritmica sottesa al controllo dell'oggetto e del proprio movimento in relazione alle sue finalità; dell'alternanza di

contrazione e decontrazione; sul ruolo della respirazione quale riflesso fisico; sulle conseguenze dell'allargare o restringere il campo visivo.

Insegnare a un gruppo di bambini il palleggio della pallavolo → senza alcuna introduzione teorica, spiegazione e esemplificazione da parte dell'insegnante, i bambini troveranno distribuiti per la palestra palle e palloni di diverse forme, peso e grandezza. L'insegnante si limiterà a chiedere loro di cercare tutti i modi possibili per provare a tenere la palla in aria. Si avvia così la prima fase di esplorazione globale. Si assiste alla messa in scena di modalità consolidate di interpretazione della consegna: i maschietti tenderanno a calciare la palla, le femminucce giocheranno in cerchio lanciandosi con le mani. La postura non direttiva consentirà all'insegnante di osservare sia le soluzioni tentate sia le modalità relazionali di ogni bambino nel gruppo, di incoraggiare modalità altre di interpretazione del compito. Per la seconda fase sarà sufficiente che l'insegnante richiami l'attenzione del gruppo sull'attività di qualcuno, affinché dall'attività spontanea si passi senza soluzione di continuità a un'attività "discriminativa", permettendo ai bambini di scoprire in situazione le soluzioni più efficaci in funzione dell'obiettivo dato. Ci si ritroverà a sperimentare il controllo in volo della palla con le dita delle mani, a poterlo mettere a punto insieme, a nominarlo, quindi a perfezionarlo tecnicamente. La ripetizione che seguirà la presa di coscienza, la terza fase, garantirà l'automatizzazione dell'apprendimento del gesto.

Questo metodo introdotto dall'educatore bretone mostra un vero e proprio ribaltamento della prospettiva: scegliendo di non mostrare a priori essa propone l'apprendimento come un problema personale da risolvere e con come una tecnica da replicare. Si tutela la possibilità per l'educando di adattare a sé la tecnica, di plasmarla sulle proprie caratteristiche e non il contrario.

La psicocinetica di Le Boulch ha influenzato profondamente negli ultimi decenni le modalità di insegnamento di molte pratiche sportive. Dover partire da approcci globali e spontanei nell'avviamento allo sport soprattutto dei più piccoli produce risultati ben più visibili dei noiosi metodi improntati alla scomposizione analitica degli apprendimenti. Insegnare senza mostrare, mettere nelle condizioni di scoprire sperimentando, trovare la propria soluzione.

### Capitolo 3 PER UN'EDUCAZIONE SENSIBILE

#### *Un sapere incarnato*

L'omuncolo sensitivo è la trasposizione virale delle fattezze di un corpo umano della proporzionale ampiezza delle relative aree corticali sensoriali e motorie. Così appariremmo se le dimensioni delle parti del corpo dipendessero dal numero di recettori delle varie regioni percettive della corteccia cerebrale collegate agli organi di senso. Dagli studi neurofisiologici sulla percezione si sa che le parti del corpo più rappresentate (con più recettori) a livello mentale sono in periferia, meno sono quelle più prossimali al centro del corpo; è più facile sentire nei suoi elementi più fini il movimento delle dita della mano che l'azione basculante del bacino.

In tale asimmetria risiede, per chi educa attraverso il corpo quale luogo percettivo, la condizione che apre alla ricerca di significati, una stimolante e imprescindibile direzione di applicazione e di ricerca.

Il bacino può essere considerato il luogo di origine del movimento, è da lì che si libera il movimento trascinando con sé una catena lineare che si dispiega armoniosamente in tutto il corpo.

Allineare la colonna vertebrale implica il mettere "faccia a faccia" bacino e testa, che è la situazione di equilibrio. L'allineamento, presa di coscienza del movimento, non può essere che il frutto di un apprendimento che si realizza a partire dalla riconciliazione con la globalità naturale degli esordi, dell'azione di ciò che si chiama asse centrale del corpo: unità inscindibile costituita dal bacino e dalla testa e dalla colonna vertebrale grazie alla quale attraverso i movimenti è possibile il "dialogo".

Questo dialogo rinvia simbolicamente all'equilibrio dinamico tra le facoltà istintive del basso e le facoltà superiori situate nella testa.

Immaginando una sorta di albero della vita sull'asse centrale del nostro corpo questa visione costringe la nostra riflessione a partire dall'opposizione basilare che regola la presenza biologica: l'opposizione tra il nostro peso che ci porta in basso e la colonna vertebrale che ci mantiene eretti e ci porta in alto.

Ogni uomo assuma una postura in base alla cultura che lo caratterizza, questi inconsapevoli atteggiamenti sono il punto di partenza da cui le scuole di matrice pedagogica hanno attinto il loro pensiero.

#### *La consapevolezza attraverso il movimento di Moshe Feldenkrais*

Un uomo israeliano era affetto da problemi di lateralizzazione, non era in grado di distinguere la destra dalla sinistra, questo sfociava in una crisi con forti mal di testa e vertigini. Dopo delle terapie neurologiche decide di rivolgersi a un insegnante di pratica psicomotoria. Ripercorrendo la sua anamnesi il maestro dopo aver ascoltato in silenzio chiede all'uomo di togliersi le scarpe e le lanciò in aria chiedendo poi di calzarle senza pensare; da allora il suo problema scomparve.

Feldenkrais era un dottore in ingegneria meccanica e fisica che negli anni Quaranta si dedicò allo studio del movimento in seguito ad un infortunio. Da quella circostanza prese avvio il metodo Feldenkrais, basato su consapevolezza attraverso il movimento e integrazione funzionale.

La prima consiste in momenti esperienziali di gruppo durante i quali i partecipanti sperimentano sequenze strutturate e originali di movimento che replicano l'atteggiamento esplorativo dei bambini. Al proprio ritmo si mira a indurre la dismissione spontanea degli schemi stereotipati della vita di tutti i giorni a favore di nuovi modelli d'azione più organizzati e appropriati alle esigenze presenti.

Nell'integrazione funzionale l'insegnante conduce l'allievo durante una lezione individuale verso un approfondimento della consapevolezza e un ampliamento della gamma dei suoi schemi di movimento. Non vi è ricorso a tecniche di pressione o di manipolazione, ma solo una sorta di tocco, di leggero intervento facendo assumere all'allievo pose inedite, come a convincere parti contratte a rilasciare le proprie tensioni.

Gli assunti teorici risentono della sua iniziale formazione scientifica.

#### *Dal metodo Mezieres all'antiginastica di Thérèse Bertherat*

Dal periodo intrauterino fino al terzo mese la nostra colonna vertebrale è a forma di C. A sei mesi compare la curva cervicale, la curva lombare si sviluppa al nono mese, da quel momento la colonna vertebrale vista di profilo è a forma di S e offre capacità di resistenza dieci volte maggiore rispetto a una colonna di linea retta. Noi essere bipedi ci presentiamo al mondo con la parte anteriore del corpo.

Françoise Mezieres, fisioterapista parigina, in un piccolo opuscolo di una decina di pagine riferiva di osservazioni e conclusioni in aperto contrasto con la visione dominante della ginnastica medica. Nel corso degli anni il suo metodo ha incontrato un successo e sviluppo grazie all'allieva Thérèse Bertherat.

Nell'antiginnastica di Bertherat il nostro apparato muscolare risulta suddiviso in cinque insiemi funzionali chiamati catene muscolari, come se fossero grandi elastici. La catena posteriore comprende tutti i muscoli che partendo dalla nuca e correndo lungo il dorso e la parte posteriore delle gambe arrivano fino alla pianta dei piedi. Due catene muscolari nelle braccia, una catena anteriore nel collo e una catena inferiore composta da diaframma e dal muscolo che dalla colonna vertebrale raggiunge il femore.

Le catene sono interdipendenti: un'azione qualsiasi provoca un effetto in tutta la catena che si comporta come se fosse un'unità, una sola muscolatura, quello posteriore, il più grande e importante insieme ai muscoli addominali, si sono accanite le tecniche riabilitative.

La ragione di questa situazione risiede nella passaggio alla posizione eretta: la nostra condizione di bipedi imperfetti risentirebbe ancora della predominanza della catena dorsale dell'era rettiliana del nostro cervello: la memoria muscolare ne custodirebbe la reminiscenza.

Il riferimento d'obbligo è agli studi del neuroscienziato Mac Lean che postula l'attuale conformazione dell'uomo quale conseguenza della sovrapposizione nel lungo corso dell'evoluzione di tre tipi di cervelli successivi: rettiliano, limbico e neocorticale. In base alla legge enunciata da Haeckel i tre cervelli finiscono per riflettere il nostro rapporto ancestrale con i rettili, con i mammiferi primitivi e con quelli più recenti.

A quello più antico situato nella parte interna si riconducono quelle sequenze comportamentali come il riconoscimento dei simili, l'accettazione nel gruppo, assume un valore sulla funzione della sopravvivenza. Il cervello limbico, detto del piacere, è la componente affettivo-emotiva dei mammiferi, riceve anche le informazioni interne, viscerali e somatiche. Il cervello neocorticale è garante delle facoltà esclusive dell'uomo come il ragionamento logico-matematico e il pensiero astratto. Le tre formazioni costituiscono una gerarchia stratificata e integrata di cervelli in uno, che va sotto il nome di cervello tripartito.

La ricerca avviata da Mezieres sul funzionamento interconnesso dell'organizzazione muscolare non solo contrasta la fuga verso l'alto, ma determina una svolta radicale rispetto all'interpretazione prevalente degli approcci alle tensioni del corpo.

Secondo la ginnastica medica i problemi posturali sono da ricondurre a una mancanza di forza di un muscolo e quindi nell'irrobustimento risiede la soluzione o la compensazione del problema.

La ginnastica ortopedica ha perseguito l'obiettivo del raddrizzamento, limitandosi a riproporre nel suo ambito una diffusa convinzione che trovava sostegno nell'ambito più generale dell'intervento educativo.

Mezieres sosteneva che non solo fosse inutile lavorare su un singolo muscolo in funzione correttiva, ma che la accresciuta forza fosse la prima responsabile delle alterazioni che si volevano curare. Il principio del male che non è mai dove si manifesta è la base moderna della fisioterapia e osteopatia.

Bertherat estende alle pratiche sportive e motorie la critica verso un approccio analitico e segmentario dell'esercizio corporeo, sfatando molti luoghi comuni relativi alla possibilità di riferirsi al corpo come aggregato di parti da correggere e/sviluppare.

Per Bertherat l'equilibrio posturale non si ottiene sviluppando e potenziando i vari muscoli, ma richiede un progetto globale finalizzato a decontrarre e ad allungare consapevolmente l'apparato muscolare nella sua globalità.

In una seduta di antiginnastica l'insegnante propone all'allievo di assumere posizioni del corpo insolite, posture che riportano all'asana dell'hatha yoga, dove si possono percepire all'inizio le tensioni e produrre con calma e dolcezza l'allungamento di tutti i muscoli (riequilibrio delle catene) per ritrovare e ricevere l'emozione relativa alla situazione che ne aveva provocato l'accorciamento e la contrattura.

### *L'euritmica pedagogica di Rudolf Steiner*

Steiner era un filosofo austriaco visionario. Esistono delle scuole private che si ispirano ai suoi metodi e alla visione spiritualistica della vita propugnata dal suo fondatore.

Secondo l'impianto teorico antroposofico l'uomo è costituito da diversi principi e corpi oltre a quelli fisici, che implicano livelli eterici, astrali, spirituali; il suo destino è segnato dal ciclo di morte e rinascita fino alla realizzazione finale decretata dalla fusione, di matrice cristiana, con lo spirito puro.

Nel percorso scolastico steineriano, della durata di 13 anni, le discipline del corpo e della mente hanno pari dignità, non sono contemplate bocciature, dalla prima elementare fino alla terza media un'unica figura di maestro segue i bambini, che vengono educati al fare, all'esprimersi attraverso le manifestazioni artistiche e manuali: pitturano e coltivano l'orto, realizzano con materiali naturali oggetti didattici e suppellettili, cuciono e ricamano, fanno visita ai contadini, preparano il pranzo, cantano e pregano.

L'educazione fisica è sostituita dall'euritmia, una disciplina impiegata in medicina costituzionale indicata per integrare disposizioni delle varie parti del corpo. Nell'euritmia steineriana il corpo, la musica, la parola tendono a essere associate nell'intento di tradurre attraverso il movimento i principi armonici delle manifestazioni naturali universali, tradurre la parola in gesto, il ritmo poetico in movimento, la costruzione e l'architettura della poesia in forme spaziali. Un'arte del movimento che rende visibili musica e linguaggio.

Nei cori gli allievi concorrono a costruire attraverso il movimento figure geometriche dalle risonanze archetipiche, dalla più semplici alle più complesse; con la parola visibile il corpo diventa veicolo concreto di parole che esprime grazie alla decodificazione di vocali e consonanti in altrettanti atteggiamenti di risonanze simboliche.

### *Il corpo acquatico: lo watsu di Harold Dull*

Dull inizialmente si dedica inizialmente allo studio dello zen shiatsu, antica disciplina orientale basata sul principio di liberare l'energia vitale bloccata. La presenza delle acque termali, dove lavorava, suggerisce a Dull di provare a praticare gli stessi movimenti e stiramenti nelle acque tiepide. Nell'acqua calda il rilassamento muscolare, la flessibilità e la gamma di movimenti crescono: muovendo un braccio o una gamba mentre il corpo intero è sostenuto e cullato dall'acqua, tensioni e resistenze diminuiscono. È anche possibile il superamento di alcuni blocchi e limitazioni e l'apertura a nuove possibilità di espressione corporea.

Watsu è una via verso l'ascolto e la comunicazione, una via che ci consente di entrare in contatto con spazi dentro e fuori di noi. Ogni volta che si espira il corpo si immerge nell'acqua, quando si inspira il corpo emerge dall'acqua. Questa si chiama danza respiro, praticabile da soli in un'intima e profonda connessione con l'acqua o assieme alla persona con cui si scambia watsu.

Watsu si pratica in coppia: ci si abbandona rilassati ai dolci movimenti impressi al nostro corpo dall'azione del partner, che con il proprio movimento rende possibile il massaggio dell'acqua sull'altro.

Nelle sequenze di watsu c'è chi da e chi riceve, avviene per entrambi un processo di riunificazione. Chi riceve è regolato dal principio dello zen-shiatsu dell'essere non fare: si attiva un legame molto forte, che può ricordare quello della madre con il figlio, ma è libero da ogni richiesta affettiva e da ogni forma di dipendenza.

È fondamentale l'ascolto dell'acqua, perché i movimenti possano fluire è necessario che tra i due corpi l'acqua scorra diventando mediatrice del dialogo corporeo, della possibilità di un gioco comunicativo fatto di passività consapevole e d'attività discreta.

Il watsu agisce sulla colonna vertebrale; il sostegno dell'acqua calda rilassa la muscolatura e alleggerisce dalla pressione le vertebre. Consente anche a una persona esile di sostenere fra le braccia un partner più pesante.

La persona cullata può sperimentare movimenti di torsione impossibili a terra; la decompressione delle vertebre determina un aumento dello stato di benessere di tutto il corpo.

È una disciplina creativa che attraverso la successione precisa di movimenti da imprimere al corpo del partner conduce nel free flow, il libero fluire nell'acqua.

#### *La danza come arte del movimento in Rudolf Laban*

Danzatore, pittore, poeta, scrittore, studioso, teorico del movimento. Fu un personaggio eclettico che rivoluzionò il modo di concepire la danza come arte del movimento, è il padre della moderna danza educativa e terapeutica. Viaggiò molto durante l'infanzia: la dimensione dell'erranza è un tratto caratteristico della sua vita.

Raccolse attorno a sé un gruppo di allievi e artisti e si dedicò alla ricerca di una danza pura, espressione dinamica e organizzata. Risale alla sua epoca la sua più matura elaborazione dell'idea di danza per tutti e di danza intesa come benessere spirituale.

Credeva fermamente nella natura danzante di ogni uomo. Pensava a una danza libera da forme stereotipate di movimento, basata sulla consapevolezza di principi precisi. Un approccio sistematico alle forme di movimento, che va verso la sperimentazione e la percezione, molto diverso da quello richiesto per padroneggiare una tecnica specifica di danza.

Una delle differenze tra le danze tradizionali europee e la danza moderna è che la prima è quasi esclusivamente una danza di passi, la seconda utilizza un fluire che pervade tutte le articolazioni del corpo. Scoprire tali leggi, come funziona il movimento in sé, indagare il meccanismo che collega la manifestazione esteriore alla motivazione interiore, fu l'ossessione della sua vita. Egli credeva che dominando il movimento l'essere umano potesse diventare padrone della propria energia vitale che è assieme fisica e mentale, muscolare ed emozionale.

In "l'arte del movimento" giunge a definire la significatività del gesto tramite la classificazione dei movimenti in centrifughi (dal centro verso la periferia) e centripeti (dalla periferia la centro), distinguibili attraverso quattro condizioni:

- l'uso di una particolare zona del corpo
- le direzioni che prendono i movimenti e le forme da essi create
- lo sviluppo ritmico dell'intera sequenza e il tempo in cui è eseguita
- la collocazione degli accenti e l'organizzazione delle frasi.

In ogni azione umana è presente un effort della persona che la compie, cioè un impulso interiore che da origine al movimento, l'intenzione di chi agisce. Gli elementi di effort derivano dalle attitudini della persona verso particolari fattori: peso, spazio, tempo, flusso.

Lo spazio viene concepito a partire dal corpo del danzatore e dai suoi limiti: egli distingue lo spazio personale, o cinesfera, costituito dal raggio d'azione normale delle nostre membra nella loro estensione massima, e lo spazio generale. Assieme all'eucinetica si occupò anche di coreutica, cioè di teoria dello spazio, armonia dello spazio.

La danza è una poetica dei movimenti del corpo nello spazio; la logica a cui risponde non è legata a una considerazione esteriore di eleganza e di grazia, ma alla struttura della danza stessa che nasce da significati interni all'azione e all'emozione. Intendeva allontanarsi dall'insegnamento tradizionale del balletto basato su una teoria statica della forma, andando verso un modo dinamico di intendere la forma del corpo nel movimento e nella danza.

Icosaedro regolare → poligono limitato da venti facce di triangolo equilateri uguali tra loro, la figura geometrica perfetta per studiare il movimento umano, perché in esso l'uomo può eseguire tutti i movimenti come in una sfera, vi è una corrispondenza con le simmetrie del corpo contenute dentro la struttura stessa delle tre dimensioni planari.

Attraverso la Labanotation il movimento viene spiegato in termini razionali, misurato e classificato al fine di renderlo oggettivabile e ripetibile e soprattutto condivisibile.

#### *L'organicità del corpo di Jerzy Grotowski*

Protagonista del teatro del Novecento per la sua sfaccettata personalità, la genialità e la trasversalità delle sue ricerche.

La sua ricerca si definisce parateatrale.

Inseguì l'utopia necessaria di un lavoro che squarciasse il velo invisibile posto fra gli attori e gli spettatori, desiderando coinvolgere questi ultimi in una ricerca di se stessi, di de-condizionamento espressivo.

Riprese e sviluppò con efficacia il metodo delle azioni fisiche di Stanislavskij, grazie a tale sconfinamento finì con l'aver maggior ascolto e influenza indiretta anche al di là del mondo teatrale.

"per un teatro povero" sintetizza i principi tecnici ed etici praticati nel suo teatro. Povero equivaleva a essenziale. Peter Brook ricorda come il valore culturale espresso dal teatro del regista polacco sia da rintracciare nello studio della natura e della scienza dei processi mentali, fisici ed emotivi a esso connessi.

Quando qualcuno si ricorda di qualcosa il suo corpo si inarca verso quel luogo.

Dietro le forme visibili dei riti e delle pratiche appartenenti alle più disparate tradizioni religiose e culturali, percepì un'analogia di atteggiamenti dei corpi tesa alla ricerca dell'attenzione e della concentrazione. Attraverso il training, le azioni e le tecniche personali egli volle avvicinare ed esplorare questo territorio comune.

Il corpo, la relazione, la natura: questi i punti di applicazione del suo progetto che si sviluppa attraverso stage, coinvolgendo uomini e donne di culture diverse. È una sorta di rituale collettivo che favorisce le condizioni di una presenza corporea, di un esserci che precede le differenze.

La ricerca sull'organicità del corpo ha prodotto un bagaglio di tecniche e consapevolezze che sono diventate un vero e proprio progetto pedagogico, che si può ritrovare in diverse proposte educative e formative.

L'arte di ascoltare integra esercizi di Grotowski e di eutonia con pratiche rituali dei nativi americani, danza, teatro, clowning, analisi biografica a orientamento filosofico, all'interno di una cornice teorica che deve molto al pensiero delle pratiche del filosofo Carlo Sini. Ascoltare è un esercizio che permette di percepire e vivere la relazione con lo sfondo che ci comprende e ci attraversa in ogni istante. Quando ci mettiamo in ascolto e cominciamo a occuparci del come più che del che cosa delle nostre vite scopriamo un potenziale inesplorato persino nei gesti quotidiani e inflazionati all'abitudine. Se chiudiamo gli occhi e ascoltiamo il corpo troveremo ben altro rispetto al corpo anatomico. Ci mettiamo in ascolto per non smettere di imparare a vivere e trasformiamo la nostra percezione del mondo ogni volta che: chiudiamo gli occhi o apriamo lo sguardo per ascoltare con gli occhi; allertiamo i sensi; allarghiamo le maglie della pelle; guardiamo con le orecchie; ascoltiamo il silenzio. Il corpo si colloca lì dove è, fa spazio a quel sapere vivente che continua a suggerirci altri come.

La "casa-laboratorio" di Cenci è un luogo dove cercano condizioni e modi per ripensare il lavoro lontano dai tempi e dagli stretti e soffocanti della scuola. Coordinati da Franco Lorenzoni, quegli insegnanti trassero dall'incontro con Grotowski stimoli e indicazioni per mettere progressivamente a punto in modo autonomo strategie didattiche di educazione ambientale e interculturale filtrate attraverso una grande attenzione per il corpo. Lavorando a contatto con il corpo emerse una pratica fondata su una relazione educativa globale che si dimostrò utile nel riallacciare dialoghi da tempo interrotti fra il sapere e la memoria.

#### *La voce come produzione corporea in Roy Hart e Demetrio Stratos*

Dei ragazzi sono disposti in cerchio, l'insegnante volgendosi verso la prima ragazza pronuncia il suo nome accompagnandolo con un movimento, la ragazza passa a sua volta il suo nome a un compagno. A un certo punto il cerchio si allenta e ognuno si ritrova libero di muoversi nello spazio circostante.

Grido e gesto sono indissolubilmente legati fra loro: è impossibile gridare restando immobili, tutte le emozioni che noi traduciamo nella voce sono già potenzialmente presenti nell'espressione del viso, degli occhi, nella posizione del corpo, nel tono muscolare.

Lapierre e Aucouturier distinguono il grido di richiamo, desiderio di essere riconosciuto come oggetto, dal grido di affermazione, che esprime la volontà di esserlo come soggetto. La voce può ritrovare le sue modalità affettive e profonde che rinviano all'implicazione tonico-emozionale del corpo.

La riappropriazione della propria voce passa attraverso un processo di de-colpevolizzazione e di accettazione dell'esplosione vocale. La voce è intesa come produzione del corpo, indispensabile per poterla utilizzare in tutte le sue implicazioni formative.

Roy Hart fondò il gruppo "Roy Hart International Center" a fine anni Sessanta per proseguire la ricerca di Alfred Wolfsohn, che aveva sviluppato un metodo di lavoro sul rapporto tra voce ed emozione facendo tesoro della sua drammatica esperienza vissuta in trincea nel corso della grande guerra.

Attraverso il suo metodo gli allievi sono messi nelle condizioni di cantare, seguendo e riconoscendo la loro voce, il suo movimento, le sue risonanze profonde. Si è portati a scoprire l'esistenza nel corpo di risuonatori che amplificano la portata sonora dall'aria emessa. Il corpo è come uno strumento musicale e i risuonatori corrispondono alle casse di risonanza di un violino o di un pianoforte.

Ci sono 3 principali risuonatori: il risuonatore cranico, il risuonatore toracico e quello addominale; quest'ultimo è il più difficile da attivare e provengono i suoni bassi e gravi.

I risuonatori si possono attivare immaginando di comprimere la colonna di aria durante l'espirazione proprio in quella parte del corpo prescelta come amplificatore; l'impressione è come quella di parlare con quella parte del corpo.

La voce evoca l'immagine della vita, la proposta di Hart è un invito a ritrovare questa consapevolezza.

Demetrio Stratos è un cantante e musicista appartenente alla corrente di pensiero che ritiene la voce un gesto antropologico del corpo.

Inizialmente adoperò la sua voce nel canto blues, rock e jazz, successivamente la usò come strumento musicale, che gli permise di scoprire le potenzialità di un suono vocale adombrato per secoli dalla tradizione semantica del linguaggio. Fu in grado di manipolare la materia vocale riscoprendo la corporeità della voce e premettendo a tutto il corpo di essere coinvolto durante l'emissione del proprio suono. Tutto il corpo passa dalla lingua.

Ripristinò le funzioni dell'apparato fono articolatorio perdute nelle pieghe del logos, capace di emettere suoni lontani da quelli utilizzati nel bel canto raggiungendo risultati stupefacenti attraverso l'emissione di diplo-triplo e quadruplo fonie e il controllo volontario delle corde vocali.

La sua ricerca è orientata all'etnomusicologia comparata, ponendo a confronto diverse tradizioni vocali per capire le origini del gesto sonoro e scoprire la natura di un comportamento psichico proveniente dalle profondità dell'uomo.

Le vie di Stratos diventano una psicomotricità vocale, la voce non è da considerare veicolo della parola, ma linguaggio non verbale composto da suoni e rumori. È un modo trasversale per ascoltare se stessi e gli altri in un abbraccio totale. Ciò che il linguaggio non dice la voce ne palesa il suo moto sonoro profondo attraverso un gesto che si apre in ogni anfratto dell'organismo.

La voce diventa vibrazione e nella cultura tradizionale, ciò che può essere considerato un brutto suono è al contrario una manifestazione motoria del corpo. La percezione del suono del corpo è l'ascolto delle vibrazioni.

La relazione è un ponte capace di aderire il più possibile alla persona che si vuole abbracciare con l'ascolto; liberare dalla persona il suo canto più viscerale e ancestrale; porre in gioco l'intera corporeità facendola risuonare.

#### *La bioenergetica di Alexander Lowen*

La voce, laddove non articola nella parola, incarna uno dei più grandi tabù educativi.

Il movimento di matrice bioenergetica inaugurato da Wilhelm Reich e sviluppato da Alexander Lowen vede una visione dell'energia repressa del corpo quale potenziale di liberazione.

Reich vedeva ogni organismo governato dall'esistenza di una energia cosmica biologica, orgone, caratterizzata dall'alternarsi ritmico di espansione (piacere) e contrazione (dispiacere), una pulsazione che si manifesta nelle emozioni e nei movimenti organici.

Le repressioni degli istinti sessuali sarebbero la causa del venir meno dell'equilibrio dinamico biofisico, dell'accumulo di energia e dell'insorgenza di una vera e propria corazza, una struttura muscolare rigida e un conseguente atteggiamento assunto dal corpo quale risposta difensiva.

Tutti abbiamo bisogno di un'armatura per sopravvivere psicologicamente; anche una barba folta potrebbe esserlo. Spesso assume una forma nevrotica, eccessiva, che chiede di essere alleviata e modificata in senso più maturo e funzionale. Reich mise a punto un intervento terapeutico che agiva direttamente sulla tensione muscolare, sul blocco, con lo scopo di indurre un rilasciamento della tensione accumulata e con la conseguente liberazione di energia bloccata.

Alexander Lowen, medico psicoanalista, riprese il concetto reichiano di armatura caratteriale, articolandolo con cinque caratteri prevalenti: schizoide, orale, psicopatico, masochista, rigido. Nacque così la bioenergetica, forma di terapia che combina corpo e mente, considerati funzionalmente identici.

Il lavoro della bioenergetica sul corpo si avvale sia di manipolazione sia di esercizi sulla respirazione per provocare nel soggetto l'instaurarsi di uno stato vibratorio involontario dei muscoli. queste vibrazioni sono dovute all'alternanza delle fibre muscolari e veicolano l'affiorare delle tensioni profonde. Lo stato vibratorio va protratto fino a ottenere la scarica dai blocchi, che si manifesta in un ritrovato grounding, solido appoggio dei piedi sulla terra, condizione concreta che il corpo ha ritrovato il flusso delle sue sensazioni.

Esiste una stretta connessione tra la madre-terra e la madre-biologica: il modo in cui si sta in piedi contiene aspetti che provengono dal rapporto primario con la madre.

In bioenergetica la differenza tra tono e tensione muscolare è che il primo è l'espressione dell'energia, il secondo è un sequestro del tono: l'equivalente somatico di un conflitto psichico.

Molti degli esercizi di Lowen riprendono la ginnastica tradizionale, ai quali però si associano insoliti esercizi espressivi e sessuali, oltre a tecniche di massaggio.

#### *La relazione corporea di "simpatia" di Jean Ambrosi*

La liberazione a tutti i costi da una morale che individuava nei desideri e nelle passioni i suoi bersagli preferiti, decreta negli anni Sessanta una grande diffusione e fortuna della cultura e delle tecniche di ispirazione bioenergetica.

Per soddisfare la domanda di numerosi adepti occidentali, alcuni guru indiani arrivarono a combinare insieme insegnamenti tradizionali con tecniche psicosomatiche occidentali. Osho

Rajneeh seppe riunire intorno a se decine di giovani occidentali attratti dal suo insegnamento che mescolava partiche yoga e zen a tecniche catartiche di diverse tradizioni e esercizi di impronta bioenergetica. Il corpo immobile nell'ascesa indiana diventava movimento. Quando morì il maestro il gruppo si sciolse, ma molti aspetti sono rintracciabili nel "new age", combinazioni di diverse proposte espressivo-artistiche e mistico-rituali all'insegna di uno stile di vita e di un rapporto centrale con il corpo basati più sulle sensazioni che sulle idee.

Jean Ambrosi, psicologo clinico franco-canadese, avverte il bisogno di lavorare anche per correggere gli eccessi dovuti alla deriva liberatoria dei rigorismi reichiani, delle mode bioenergetiche e della ricerca di catarsi e trance a ogni costo. Tanto più in una prospettiva di lavoro centrato sul corpo, non è né utile né un valore in se il rompere le difese, è necessario consentire all'individuo di accedervi per conoscerle.

Ognuno di noi localizza le sue tensioni in forme particolari e in parti differenti del corpo. Ambrosi riconosce l'importanza del ricorso alla riflessività e alla espressione verbale per dare voce alle tensioni del corpo. La soluzione dei conflitti richiede una comprensione del contesto da cui proviene il malessere, una focalizzazione dei sintomi che lo determinano, una ridefinizione delle forme dei rapporti con il mondo esterno: tutto un processo che richiede uno sforzo di ridefinizione e ridenominazione che non può trovare soluzione nel solo lavoro sul corpo.

Ambrosi responsabilizza a una visione della relazione con l'altro fortemente implicante. Nelle relazioni educative, la differenza è la capacità di stare con l'altro, di essere presenti all'altro con le sue difficoltà. Uno "stare con" che non si risolve mai in mera comprensione, in un'attitudine segnata dalla disponibilità alla simpatia, con cui si tende a utilizzare questo termine, ma in quello etimologico di "vibrare con". È questa vibrazione che ci conduce a sentire l'altro cominciandogli il nostro sentirlo attraverso il corpo.

#### Capitolo 4 EDUCARE IN TUTTI I SENSI

Agli esordi della nostra vita abbiamo iniziato ad apprendere attraverso il corpo della nostra mamma; su questo sfondo sensoriale è cresciuta l'avventura del pensiero e la sua possibilità di mantenere-sospendere-prolungare-astrarre quell'originaria modalità di essere in relazione.

L'attenzione per il corpo nel mondo della formazione deriva dal bisogno di non rimuovere questa consapevolezza, ricercando forme adeguate a valorizzare modi comunicativi globali, analogici e flessibili. L'importanza di certe ritualità delle parole e dei silenzi che possono rendere sensibile la differenza, rispetto a un'esperienza quotidiana, espropriata, massificata, anti-ecologica, stagnante, mortifera.

L'efficacia di far vivere il nostro corpo nei contesti educativi si riscontra ovunque la comunicazione si sforzi per aprirsi a molteplici linguaggi, combinandoli insieme, per imparare a transitare dall'uno all'altro senza soluzione di continuità.

L'educazione in tutti i sensi è qualcosa di più e di diverso della somma delle risorse di singoli organi; vedere-sentire-toccare-ascoltare-gustare-odorare non si riduce ai nostri occhi, alla nostra pelle, alle nostre orecchie, alla nostra lingua, al nostro naso, intrecciato e scambievole di essi e soprattutto che la percezione dei sensi ci espone a ogni imprevedibile convergenza comportamentale e affettiva.

La nostra capacità di ascolto si modula sull'apertura dei nostri sensi al mondo.

### *Una questione di pelle*

Il senso del tatto è il primo a svilupparsi nell'embrione umano. Tutta la superficie cutanea è dotata di migliaia di recettori sensoriali.

Gli animali ci mostrano l'istinto naturale della madre a leccare il cucciolo: grooming. Questo riguarda bisogni comunicativi e affettivi più profondi, consentendo lo stabilirsi di un rapporto di indispensabile fiducia nei confronti dell'altro, e svolge una funzione rilassante.

Equivalente al grooming degli animali è il travaglio della donna durante il parto: le prolungate contrazioni uterine assolverebbero le stesse funzioni osservate sul comportamento animale.

Il caso più emblematico del bonding, processo di formazione del legame bambino-genitore inizia con il necessario contatto prolungato pelle a pelle fra il corpo nudo della madre e quello del neonato nelle due ore successive al parto.

La nostra pelle non solo riflette il nostro stato psicofisico, ma contribuisce a determinarlo.

Ashley Montagu, anatomista e antropologo statunitense, ha comparato le dimensioni delle esperienze cutanee di culture differenti, rilevando differenze molto significative nel ritmo della maturazione e nelle modalità relazionali e sociali in base ai comportamenti tattili e agli stili di accudimento e di crescita-

I piccolo del "terzo mondo" tenuti più a lungo a contatto con il copro della madre, paiono interiorizzare un rapporto più disteso con le proprie emozioni e la propria sessualità e assimilare un senso dello spazio e del tempo più inseriti nella globalità dell'azione. Il ritmo di base della musica balinese sembra essere lo stesso con le quali le madri balinesi pestano il riso nel mortaio.

Tanto nelle scimmie quanto negli umani le madri manifestano una spiccata tendenza a tenere i loro cuccioli sul fianco sinistro, dove meglio si percepisce il ritmo cardiaco.

L'anglosassone educato al selfcontrol esclude l'esternazione delle emozioni come il pianto, a furia di reprimerlo da adulto piange attraverso la pelle e l'apparato gastrointestinale.

Il massaggio è una tecnica per stimolare riflessi superficiali e profondi con diversa intensità in zone differenti del corpo.

Nella cultura orientale, egizia e araba, esercitando semplici pressioni sulla pelle in alcune zone del corpo si volevano influenzate anche altre zone del corpo anche lontane. I medici scalzi dell'antica Cina curavano attraverso l'azione pressoria su punti chiave del corpo privi di collegamento apparente con la parte malata. In india si tramandano ancora oggi la conoscenza dei mila, punti distribuiti sulla spessa epidermide dei pachidermi che inducono l'animale a determinati movimenti rilassanti o stimolanti.

William Fitzgerald tracciò una mappa del corpo umano in cui a diversi organi corrispondono punti della pelle delle mani e dei piedi in base a un principio di derivazione ologrammatica. L'olografa è una tecnica fotografica senza obiettivo che sfrutta la proprietà di interferenza e diffrazione della luce, per cui due onde luminose incontrandosi possono elidersi a vicenda, dando origine alla formazione di immagini tridimensionali. L'ologramma registra l'informazione duplicandola indifferentemente su tutta l'estensione della struttura decodificatrice, infatti l'intero è contenuto in ognuna delle parti che lo compongono. Di questa informazione se ne illumina una sua piccola parte, prende forma così l'immagine tridimensionale.

Karl Pribram, neuroscienziato, sostiene che invece che sulla base di input e output, la corteccia cerebrale sarebbe costituita da un mosaico di placche oleogrammatiche in grado di ricostruire i modelli di frequenza captati dai nostri sensi sotto forma di vibrazioni ritmiche. Questo spiegherebbe la permanenza di memoria specifica in questi soggetti che presentano danneggiamenti cerebrali anche estesi.

L'educazione, la crescita e il benessere sono anche una questione di pelle. Sono anche abbastanza compromessi dal tabù del contatto fisico che vige nei contesti educativi.

Munari crede nell'importanza del bello nei luoghi dell'educazione, sostenendo una nozione estetica che non si accontenta del solo godimento visivo, ma coinvolge anche tutti i sensi.

### *Frequenze sonore inascoltate*

Nella storia dell'uomo il linguaggio e la comunicazione orale ponevano l'udito al vertice della gerarchia dei sensi.

A differenza della vista, la percezione uditiva impone all'ascolto e alla narrazione un prima e un dopo, li costringe ad articolarsi e a scomporsi, a trattare le percezioni nel loro divenire successivo e di conseguenza ritmico: qualità che hanno fatto dell'udito da sempre il senso privilegiato della poesia e della musica.

Patrick Tomatis, medico specializzato in audiologia, si occupò di curare le sordità professionali dei traumatizzati della grande guerra. Analizzando il fotogramma della voce di tutti coloro che aveva trattato, notò una stretta connessione tra la voce emessa dai soggetti e le frequenze riconoscibili dal loro orecchio: voce e linguaggio dipendono strettamente dall'udito.

Il metodo Tomatis si propone di affrontare disturbi dell'attenzione, dell'apprendimento, della relazione e della comunicazione facendo riascoltare a bambini e adulti la voce registrata e filtrata della madre, musica di Mozart, canto gregoriano, attraverso un sofisticato apparecchio chiamato orecchio elettronico.

Lo schema corporeo di un individuo è in diretta connessione con l'apparato vestibolare, l'organo dell'equilibrio, situato nell'orecchio: i due si influenzano reciprocamente, per cui un insieme cocleo-vestibolare capace di rispondere ad ampie frequenze può indurre un buon equilibrio psicofisico, come un corretto schema posturale e motorio è al contempo garanzia di buon ascolto.

L'orecchio che connette di Tomatis diviene consapevolezza mai abbastanza considerata di come un'interazione linguistica sia potente quanto una manipolazione fisica, una carezza o un pugno; può provocare cambiamenti metabolici, pressori, percettivi, oltre che ideativi.

Per quanto riguarda l'educazione ritmica presenti notevoli potenzialità educative per migliorare le più generali condizioni psicomotorie del bambino fin dalla più tenera età, persiste fra gli educatori un'incredibile disparità interpretativa di fondo, che va dal ritenere che al ritmo di educare solo favorendo le strutture proposte dal bambino in maniera spontanea e indisciplinata, fino a chi crede che un'educazione in tal senso debba essere impartita in maniera razionalizzata, costringendo il bambino ad adattare le proprie azioni a ritmi esterni preordinati.

La danza sarebbe stata una piacevole sensazione motoria, un gioco di forze esuberanti che tendono a un ordine ritmico; l'osservazione degli animali che danzano ha rilevato che essi compiono passo ritmati seguendo un percorso circolare, caratterizzate da movimenti ampi e da

forme ritmiche e musicali dinamiche. Le origini del canto e della musica sembrano essere puramente percussive: battere le mani, pestare i piedi.

Una recente teoria riferisce dell'esistenza di una forma primitiva di comunicazione umana che avrebbe preceduto canto e linguaggio, che troverebbe persistenza nelle articolazioni preverbal dei neonati. I bambini cantano prima di parlare, palesando così tutta la loro profonda inclinazione emotiva per la musica; adeguati processi rieducativi sono riusciti a far conquistare la parola per mezzo del canto a bambini che presentavano gravi compromissione di tale abilità.

L'educazione deve permettere al bambino di vivere lungamente il ritmo prima di intellettualizzarlo e razionalizzarlo.

### *L'occhio specchio dell'anima e porta del corpo*

Il processo visivo è il risultato di un'evoluzione che dai primi organismi conduce attraverso tutte le innumerevoli tappe dell'adattamento all'ambiente fino alla capacità di vedere in stereo, apprezzare la profondità, distanza e ampiezza di un qualunque oggetto osservato.

La percezione visiva copre il 70% delle nostre sensazioni e l'area cerebrale che essa occupa è la più estesa fra tutti gli organismi di senso.

Lo schema corporea fa continuo riferimento alla percezione visiva. Alla nascita le sensazioni visive restituiscono solo macchie di luce e di colore e forme indistinte, come al risveglio.

Il neonato riceve una massa di vaghe e indeterminate sensazioni che egli non seleziona e percepisce come oggetti fisici. È nella relazione con chi si prende cura di lui che comincia a discriminare tra le sensazioni visive. La facoltà di interpretare le sensazioni visive richiede una gran quantità di esperienze accumulate e una memoria capace di ritenerle; solo quando la mente è in grado di conservare l'esperienza passata, l'interpretazione si fa più veloce automatica.

Questo processo di apprendimento si snoda attraverso fasi successive con lo sviluppo della motilità: rotolare, strisciare, gattonare, camminare contemplano una quantità di abilità coordinative che devono essere discriminatamente esperite nel rispetto di tale sequenza, per permettere l'affinamento progressivo della coordinazione globale di tutte le percezioni, comprese quelle visive.

Un giovane in età scolare dalla postura che assume nello svolgimento delle varie attività è possibile determinare il suo grado di sviluppo visuo-motorio e le eventuali tensioni presenti. Un ragazzino che quando scrive tiene la testa a 10-15cm dal foglio, il braccio allungato sul banco, con un occhio più vicino dell'altro al foglio, la penna impugnata in maniera da coprirne la punta con le dita svilupperà asimmetrie della colonna vertebrale (scoliosi), sindrome miopica (da intendersi come adattamento negativo alla situazione), disparità di difetto visivo tra i due occhi e astenopia, difficoltà nella scrittura prolungata, precoce caduta della concentrazione e conseguente perdita di ogni motivazione verso le attività proposte.

William Bates, oculista di New York, propone una serie di esercizi che integrano dimensione corporea e dimensione rappresentativa e comprendono anche un appropriato regime alimentare, per ridurre i deficit della visione. Fra gli esercizi è presente una tecnica di rilassamento dei muscoli oculari definita palming, che consiste nel coprire gli occhi con il palmo delle mani, appoggiando le

dita sulla fronte e la parte inferiore del palmo sugli zigomi per lasciare liberi gli occhi di aprirsi per controllare che non ci sia luce; i gomiti appoggiati sul tavolo che sostengono il peso della testa. Nel mantenimento protratto di questa situazione l'attenzione è portata sulle sensazioni di protezione, di calore, di assenza di luce.

### *Relax*

Nonostante i differenti approcci, la preconditione trasversale che le accomuna consiste in un'idea di corpo capace di disporsi all'ascolto, un corpo presente, rallentato. Con rallentato si intende la capacità di stare nell'ascolto e di porsi in relazione senza necessariamente dover far qualcosa. Si conosce attraverso il corpo quando ci si rende disponibili a prendere e a perdere tempo: quando si è rilassati.

La comune difficoltà a ritrovare il rilassamento nella nostra vita si deve a ragioni che vanno al di là del dato meramente fisico. Il rilassamento è un'esperienza alla quale si può educarsi e educare, costituisce la strategia che mette in contatto diretto col corpo, introduce nuove condizioni, innesca ogni percorso di educazione corporea.

Il rilassamento apre al mondo dell'esperienza a occhi chiusi: quella del nostro sentire e fantasticare nell'accostarci al sonno, sdraiati su una spiaggia al sole. Percepire le sensazioni interne del corpo corrisponde sempre una riduzione delle tensioni.

Il training autogeno di Johannes Schultz e l'eutonia di Gerda Alexander sono all'origine di numerose proposte educative e terapeutiche orientate alla sequenza didattica: rilassamento → immaginazione guidata → presa di coscienza → verbalizzazione.

Rilassamento e visualizzazione come tecniche psicofisiche erano già presenti nell'antica tradizione tantrica indiana dello yoganidra, letteralmente yoga del sonno.

Le tecniche di rilassamento si possono introdurre sia in forma globale, sia in forma segmentaria o analitica. Secondo il metodo globale il soggetto è condotto a sperimentare il rilassamento diffuso quale conseguenza psicologica della riduzione del grado di tensione muscolare, tramite consegne verbali, funzionali a una presa di coscienza progressiva e unitaria del corpo. Secondo quella segmentaria o analitica lo stato di rilassamento è indotto portando a contrarre volontariamente per alcuni secondi, per poi decontrarli, gruppi muscolari isolati, dai più sviluppati ai più ridotti.

La scelta delle tecniche di rilassamento tiene conto di un insieme di fattori quali l'età, il grado di familiarizzazione con esse, non escludendo le resistenze e le difficoltà che a volte si palesano nella costrizione all'immobilità e al silenzio che l'esperienza richiede.

In rilassamenti troppo dilatati nel tempo si può assistere, specie nei bambini, all'insorgenza di abreazioni autogene: comparsa di formicolii, accelerazione cardiaca, senso di oppressione toracica, dovuti alla scarica per via nervosa di eccessive tensioni pregresse.

## Capitolo 5 A ORIENTE DEL CORPO

### *Andare (e formare) di fretta*

Il grado di lentezza della camminata è direttamente proporzionale all'intensità della memoria; il grado di velocità è direttamente proporzionale all'intensità dell'oblio.

Il particolare rapporto con la dimensione del tempo è certamente uno dei segni più rappresentativi del mondo e del modo in cui viviamo. Lamentarsi di non avere tempo, andare di fretta sono abituali condizioni della nostra esistenza che non perdiamo occasione di ricordarci vicendevolmente a ogni incontro.

Nella scuola di base si è andata progressivamente sostituendo all'istanza educativa una forma di istruzione più parcellizzata, specializzata, esasperata, segnata dal trionfo del tecnicismo didattico. Il modo insegnante è sollecitato a identificare la sua professionalità con la messa punto di nuove tecnologie di programmazione, valutazione e denuncia di non avere più energie (e tempo) da dedicare alla cura e allo sviluppo d'un autentico interesse per la relazione educativa.

Gli scenari della nostra formazione si presentano dominati da una tendenza fortemente esteriorizzata, che predilige l'acquisizione di alcuni selezionati comportamenti allo scopo di saper mostrare, allo sguardo e alle aspettative degli altri, indipendentemente dalla qualità della relazione interna con se stessi.

Esiste una netta differenza tra formazione che implicitamente, dimensione immanente della vita, e una che si organizza intorno a un preciso mandato.

Non è possibile negare l'importanza e l'utilità delle innovazioni nel settore delle tecnologie informatiche, ma proprio la disponibilità di strumenti sempre più ricercati, in grado di elaborare e dominare, di scomporre-simulare-ricreare dati della realtà spazio-temporale, ha allontanato la nostra percezione della realtà da qualsiasi feedback emozionale e corporeo. Celebriamo quotidianamente la possibilità di pensare a fare più cose insieme (multitasking), di collegarci con chiunque e dovunque e in qualunque momento.

La crescita di una forte e acritica fascinazione per la quantificazione dell'informazione trova particolarmente vulnerabili le giovanissime generazioni, minacciate da un'eversiva ricerca di soddisfazione istantanea che fatica a mantenere connessioni con il passato e il futuro. La negazione del dovere della memoria, i discorsi approssimativi e l'ostentazione virtuosa di aggressività della dialettica sono le forme dominanti e apparentemente incontrastate della conoscenza della realtà e della sua comunicazione.

Fra i ritmi del corpo e quelli del pensiero si accentua una profonda scissione; il diffondersi di manifestazioni di disagio e stress, di malattie psicosomatiche, ne costituisce la più evidente conferma. Sull'accelerazione dello sviluppo culturale e sociale ha pure investito il dato biologico della nostra stessa corporeità; come, per esempio, con l'allungamento medio della vita.

Non stante i cambiamenti in atto, l'impatto delle tecnologie sul corpo dell'uomo e sulle sue facoltà, noi continuiamo a vivere abitando un corpo che ancora si caratterizza per essere organizzato attraverso processi vitali di natura biologica dal funzionamento involontario e interdipendente e dal ritmo lento, estremamente più lento rispetto alle modalità esteriorizzate raggiunte dai processi corticali superiori.

Questa "schizofrenia" comporta una mancanza di spazio interiore, e giustifica l'urgenza e la ricerca di una nuova idea di formazione che sappia recuperare l'importanza della dimensione soggettiva e il rapporto con se stessi.

Lo sviluppo delle pratiche riconducibili alla psicologia clinica e neo-cognitivista da un lato, e il diffondersi di tecniche psicofisiche mutuata da tradizioni millenarie dall'altro. La cura e la comprensione di se discendono dalla capacità di collocare le proprie esperienze nel divenire delle identità in continua trasformazione.

La memoria di cui si parla fa pensare a un'occasione di ridefinizione costante delle nostre vicende e delle loro relazioni, vivere consapevolmente nel presente contempla la capacità di guardare al futuro, riscrivendo continuamente il nostro passato.

La terapia e la formazione in senso autobiografico coincidono in buona parte con lo sforzo della reminiscenza. Un'identica indicazione nella visione dei processi di crescita interiore era già presente nelle antiche tradizioni orientali. Nella terminologia della pratica meditativa buddhista le parole che designano memoria e ricordo significano pure attenzione e consapevolezza del proprio corpo.

### *La via orientale alla formazione*

Molti europei e nordamericani si sono individualmente rivolti verso le culture orientali, adottandone in forme diverse comportamenti e contenuti esistenziali e religiosi, avanguardie letterarie, teatrali, artistiche, scientifiche.

Aver mostrato all'adulto occidentale delle pratiche di formazione, di crescita e di trasformazione di se centrate su dei metodi d'osservazione del funzionamento della mente a forte implicazione corporea ha alimentato questo fenomeno.

L'esplorazione diretta della mente vivente, oggettivare e separare il soggetto dall'oggetto hanno contribuito allo straordinario interesse per l'antica sapienza orientale che non disgiunge lo studio astratto dalla ricerca concreta del benessere psicocorporeo dell'uomo. Il pensiero orientale predilige il dato intuitivo, fenomenologico, la consapevolezza immediata.

Lo yoga è la pratica più rappresentativa di tale approccio. Il suo significato oscilla genericamente da quello di semplice tecnica di riequilibrio delle funzioni fisiche a quello più impegnativo di percorso di realizzazione spirituale.

I recenti studi neurofisiologici vanno confermando le antiche intuizioni degli yoghi i quali, nell'ascolto del corpo, si erano rappresentati una fisiologia del corpo umano che mostra sorprendenti analogie con i dati delle scoperte più avanzate.

La fisiologia cinese intende il corpo umano percorso dalle nadi, in cui fluisce l'energia vitale, che configurano la malattia come conseguenza di un blocco di tale fluire. Noi oggi sappiamo che il midollo spinale nella colonna vertebrale è un prolungamento dell'encefalo, coordina, regola, integra l'insieme del funzionamento del SNC. Lo yoga mira a facilitare la regolazione e la coordinazione involontaria del funzionamento estremamente complesso del corpo, a indurre conseguentemente le condizioni per benessere psichico.

### *Il filo dello yoga*

Quando si pensa allo yoga si pensa ad un'immagine stereotipata e partendo da qui è difficile cogliere il vero valore dello yoga.

Lo yoga non può essere considerata una filosofia né una religione. Nei testi antichi è presentato uno dei sei darshana (punto di vista) considerati ortodossi dal brahmanesimo.

Criterio dell'ortodossia è l'accordo con i Veda, la scienza sacra degli invasori ariani che annientarono le tradizioni animiste dedite al culto della Dea Madre delle originarie popolazioni indo-mediterranee.

Appellandosi ai Veda (quattro nutrite raccolte di aforismi composte in tre periodi), i brahmini (sacerdoti indù) imposero nei secoli il rispetto della rigida gerarchia di caste, l'osservanza della recita dei testi, delle offerte, dei sacrifici, di tutte le regole da loro prescritte.

Verso la fine dell'era cristiana e in piena crisi dell'ortodossia brahminica, grazie allo yoga si diffuse una spiritualità più concreta, tra le quali quella buddhista. I brahmini cercarono di ostacolarne la diffusione, ma non potendo rinnegare lo yoga in quanto compreso nei Veda, si videro costretti a tollerarlo, riconoscendo in esso solo una pratica preliminare di purificazione del corpo.

Il testo di riferimento principale dello yoga è lo Yogasutra (il filo dello yoga), composto da quattro parti interdipendenti, la cui compilazione si colloca tra il II e V sec. d.C. a cura di Patanjali, una sorta di pitagora indiano.

Nello Yogasutra la comprensione dell'esperienza umana e della sua coscienza passa attraverso l'analisi del rapporto esistente fra le nozioni di Sé e di Io personale, l'essenza e il divenire, il padre e la madre, identificate nei principi di purusha (la consapevolezza testimone) e prakriti (sostanza). Le proporzioni diseguali in cui i tre ritmi di prakriti si manifestano e si combinano insieme senza sosta nella nostra vita determinano e spiegano la molteplicità dei fenomeni fisici, biologici e mentali. La dinamica corretta del rapporto purusha-pakriti, la consapevolezza e l'azione di ognuno di noi, è espressa nei Veda attraverso l'immagine di due uccelli su un ramo, uno mangia i frutti dell'albero e l'altro lo guarda. Questa condizione è l'obiettivo dello yoga, dalla con-fusione di purusha e prakriti che scaturisce l'ignoranza da cui origina la sofferenza umana: tutto è dolore e tutto è sofferenza.

Il processo che porta alla discriminazione tra consapevolezza e azione trova il suo incipit nella presa di coscienza del corpo. La scansione della ricerca della yoga contempla asana (consapevolezza del corpo), poi pranayama (consapevolezza del respiro) e infine dhyana (meditazione). Il corpo viene assunto dallo yoga quale microcosmo dal quale maturare, i contenuti dell'esperienza umana più ampia e diffusa. Tutto è nel corpo: il corpo, la respirazione, le meditazioni sono tre momenti di un identico processo.

Una seduta di yoga inizia con asana, la coscienza del corpo. Si va progressivamente dalla "periferia" verso il "centro". La periferia è costituita dagli arti, dal bacino e dalla testa; il centro dalla colonna vertebrale. Le posizioni che si assumono hanno lo scopo di agire sulla colonna vertebrale per liberare l'energia (prana) in essa contenuta, il corpo viene messo in piedi, sdraiato, capovolto, seduto per allineare, flettere, piegare, estendere la colonna vertebrale. Nella successione delle posture si segue il ritmo della respirazione, per il rispetto del corpo.

Le posizioni dello yoga non sono il prodotto di uno sforzo muscolare; a un certo punto il corpo si immobilizza e diventa preponderante l'ascolto del respiro, che permette di scoprire l'esistenza di attimi di sospensione tra un respiro e l'altro. Pranayama, l'attenzione prolungata, la relazione permanente con questi spazi nel flusso respiratorio, integra il movimento del pensiero al ritmo lento del respiro, sfociando nell'esperienza di dhyana, la meditazione, conoscenza imprescindibile del corpo e dall'ascolto dei suoi ritmi interni. Dhyana permette di vivere le corrispondenze fra i silenzi del respiro e gli spazi nel fluire dell'attività mentale, di ritrovare uno spazio e un silenzio interiori.

William James, studiando l'interdipendenza fra l'aspetto di contenuto e l'aspetto pre-articolato della funzione cognitiva, nota che ogni momento differenziato dal pensiero assume la sua qualità dagli spazi che lo circondano.

L'esperienza della meditazione che prende le mosse dalla consapevolezza corporea si configura come un'educazione della mente. Lo spostamento dell'asse dell'attenzione, dal flusso ininterrotto dei pensieri alla consapevolezza che li genera, permette di stabilire un rapporto più amichevole con quanto accade nella propria mente, poiché la meditazione di presenza mentale consente di sostenere il nostro sguardo sull'enorme resistenza a questo genere di attenzione.

L'attenzione del bambino fino a 7 anni è di natura spontanea: basata sull'efficacia dello stimolo, sulla motivazione senza prevedere affaticamento. L'attenzione adulta si qualifica per il suo orientamento cosciente e deliberato: comporta sforzo ed esige di momenti di distrazione.

Freud nel tentativo di illustrare l'atteggiamento del terapeuta nella relazione, introdusse un'attenzione solo all'inizio volontaria, disponibile poi ad aprirsi verso una riflessione. Una modalità dell'essere presenti che nella sospensione di ogni giudizio personale lascia agire la propria attività ricognitiva e fantasiosa inconscia, è detta fluttuante.

La trasmissione dello yoga è iniziatica e avviene imprescindibilmente da una persona all'altra: colui che ha sperimentato trasmette a colui che riceve, il quale trasmette a sua volta. Per questo in india gli allievi apprendono vivendo con il maestro. Lo yoga è essenzialmente un sapere inscindibile dal corpo. Arrivato a un certo grado di consapevolezza, un adepto per avanzare deve trasmettere a sua volta. La trasformazione personale innesta il desiderio di insegnare, non trasmette il sapere ma la qualità del suo rapporto con il sapere vissuto attraverso il corpo.

### *Cambiare canale*

La via orientale al corpo ci mostra quanto illusoria sia la convinzione pur diffusa di poter fondare la nostra identità su una rappresentazione dell'io stabile, fissa, unitaria.

Diverse ricerche sul fenomeno della coscienza, che spaziano dall'epistemologia evolucionistica alla neurobiologia teorica fino alla prospettiva cognitivista, ci offrono elementi scientifici per riflettere sul perché gli uomini abbiano affidato il loro destino a una rappresentazione fallace.

Proprio a causa della lentezza che trasforma gli apparati, la rappresentazione del nostro corpo non riuscirebbe a portare alla coscienza le continue e rapide variazioni cui essa è soggetta istante dopo istante. Lo schema corporeo cambia nel tempo, ma troppo lentamente perché sia possibile accorgersi dei cambiamenti. Solo l'irruzione della sofferenza di una malattia fisica o di uno squilibrio emotivo sembra in grado di generare le condizioni per potersi accorgere di come la rappresentazione del corpo sia solo una delle narrazioni di cui si compone la consapevolezza di sé.

La conversazione felice con se stessi che ci consente di essere attenti al nostro esistere, di desiderare che il dialogo continui, richiede la disponibilità di diversi linguaggi, saper transitare da uno all'altro: per questo noi non sol parliamo, ma vediamo anche, sentiamo, tocchiamo, ascoltiamo.

Per uscire dalla dipendenza i soggetti devono disporre di differenti codici, confrontarsi con problemi imprevisti, riaprire la possibilità di un passaggio ritmico tra il pieno e il vuoto, tra il movimento e l'arresto. La crescita dei nostri processi mentali ed emotivi dipende fortemente dal grado di sensibilità dei nostri canali, da esso dipende anche la possibilità di essere liberi, più con consapevoli e critici.

La percezione in cui s'inscrive e si alimenta la nostra visione è il risultato della sovrapposizione di almeno due realtà: una fatta da una serie di rappresentazione verbali, l'altra di rappresentazioni non verbali, corporee. Il lavoro educativo non può prescindere dallo sforzo di tenere

costantemente in relazione-comunicazione fra loro questi due livelli, prevedendo che sensazioni emozioni passino attraverso il corpo e possano interagire nella costruzione delle conoscenze.

Arnold Mindell crede che molte delle difficoltà delle persone a livello del linguaggio siano dovute all'essere bloccate in un solo canale. Essere bloccati in un canale che non è il proprio produce uno stato di disagio. L'importanza di prendere coscienza, di imparare a esercitare le qualità espressive peculiari di ciascun canale, a cambiare canale, cioè trasferire contenuti di sé da un canale all'altro per avere risorse aggiuntive.

Imparare a spostare contenuti di sé da un linguaggio all'altro aiuta a scoprire i modi di dire qualcosa che in un altro codice risultava inaccessibile. Una persona visiva potrebbe essere aiutata a vedere un movimento che diversamente la paralizzerebbe.

L'educazione di sé non può prescindere dalla messa in gioco del dato immediato del vissuto corporeo. La percezione corporea abbandonata a sé vincola e limita lo sviluppo del sé plurimo.

Permettere al corpo di agire insegna a transitare da un'area all'altra, costringe a vedersi più globalmente e da più punti di vista.

Noi siamo esseri di parola, solo una formazione che non abbia paura della sospensione e del silenzio può mostrarci un accesso completo al pensiero e alle sue parole.

## Capitolo 6 SAPERI E CONTESTI INCORPORATI

### *A scuola con il corpo*

Il tema dell'osservazione ha a che vedere con il valore simbolico tradizionalmente assegnato alla cattedra, che istituisce un potere, segna un confine, delimita una direzione dello sguardo.

A scuola si mira a risolvere l'osservazione in una faccenda descrittiva: l'insegnante deve o dovrebbe disporre di strumenti e competenze utili a fare dell'allievo un soggetto estraneo a sé.

Una visione del processo osservativo analitica in senso riduzionistico del fare educazione prevalentemente centrata sul controllo, l'oblio di sé, la rimozione delle storie personali, e che nasconde un puro scopo difensivo. Gli insegnanti finiscono per insegnare senza dire niente di sé, lamentando un ascolto troppo superficiale e passivo, pur rivendicando una chiamata in causa più coinvolgente e sensibile alle istanze personali.

Il didattismo docimologico, lo studio dei criteri scientifici finalizzato all'individuazione dei percorsi didattici valutativi motivanti e proficui e delle problematiche della valutazione iniziale formativa e sommativa, depono nelle mani dell'insegnante complicate e sofisticate tabelle e griglie con le quali scomporre ogni azione si manifesti oltre la cattedra, nella classica lezione frontale. Esaspera il senso di distanza, di differenza, di separatezza.

Negli anni Settanta, lo slogan "a scuola con il corpo" esprimeva l'esigenza di un fare educazione attento alla soggettività, a cominciare dalle disponibilità di colui che sta dietro la cattedra a comprendersi nel processo, a interrogarsi sulla qualità e soprattutto sulle condizioni della propria presenza in aula, a mettere in cattedra l'attrazione degli studenti.

Fu l'avvio dei laboratori nelle scuole, faceva proprie le istanze maturate dal movimento della cosiddetta pedagogia attiva della prima metà nel Novecento di Pierre Bovet, Adolphe Ferriere e John Dewey.

Si sosteneva che la scuola avrebbe dovuto esercitare l'intelligenza sulla concreta esperienza della realtà e realizzare esperienze sociali di tipo democratico, non autoritarie né selettive.

Dalla pedagogia attiva derivarono numerosi modelli educativi come quello di Maria Montessori, Ovide Decroly, Pizzigoni e Baden-Powell. I laboratori prevedano il collegamento fra le attività di studio e la riflessione sull'esperienza di vita, facendo ricorso alla scienza, all'arte, alle tecnologie di incontro e di confine fra la mente e il corpo. L'attivismo divenne una teoria pedagogica dotata di adeguati fondamenti scientifici. In Italia fu rappresentato dal "movimento di cooperazione educativa", che si rifaceva alle proposte di Celestin Freinet.

In educazione il corpo si connette con l'idea di cura. La cura educativa evoca un contesto caldo, vicinanza di cuori e di corpi, raccolto attorno a un adulto tanto autorevole quanto affettuoso. È l'idea del maestro.

La continuità fra dentro e fuori, fra cura di sé e acquisizione del sapere, fra corpo e mente garantisce la formazione del cittadino. Da allora, questa idea di cura, ha subito cambiamenti di significato.

Nelle "tecnologie del sé" Micheal Foucault mostra progressivamente e surrettiziamente al passaggio da un'idea di cura improntata a un modello pedagogico-educativo al ripiegamento su di un modello di stampo medico.

Oggi la cura di sé si risolve in due gradi paradigmi medici: da un lato l'immagine dell'ospedale con il suo corpo-organismo, aggregato di parti da aggiustare e guarire, dall'altro la palestra, sinonimo di salutismo, forma fisica che coincide con le forme esterne dettate dal consenso sociale. È sulla falsariga dei questi due paradigmi che il corpo si installa oggi nella scuola e nella formazione in generale.

Nel suo "sorvegliare e punire" Foucault svela i meccanismi sociali che determinano i processi comportamentali. La funzione coercitiva della scuola e di tutte le pratiche moderne, evidenziando nella disciplina un precedente tecnico intriso di prassi materiale il non dichiarato scopo ultimo.

Foucault disvela come la presunta oggettività e neutralità delle scienze umane sia pesantemente subordinata al loro essere tecniche di normalizzazione e di controllo, mettendo a nudo l'illusione che si insegna attraverso la sola parola e sottolineando con forza la centralità del corpo nei processi educativi: quanto il fare anima indirettamente passi per la disciplina cui vengono assoggettati i corpi.

### *Il significato di ciò che si impara*

La scuola offre ai bambini una rappresentazione della conoscenza del mondo caratterizzata dalla frammentazione e dalla divisione: divisione del corpo dalla mente, della ragione dall'emozione, della conoscenza dall'esperienza dei sensi.

È sufficiente ripensare agli di incontro con la scuola prima e il passaggio da un ciclo al successivo. La scuola è il luogo formativo per eccellenza della rimozione e della normalizzazione delle storie di vita. Se chiedendo a un bambino il "perché" l'italiano, la matematica, l'educazione artistica o musicale, risponde perché serve per imparare a scrivere e leggere, a fare di conto, a disegnare, a suonare... senza la consapevolezza di tutto ciò che consente di esprimersi, di comunicare, di conoscersi in forme tanto differenti quanto interconnesse.

La decontestualizzazione delle discipline, la loro assottigliamento trovano conferma in un insieme di procedure metodologiche fatte proprie da una prossima consolidata nella scuola punto gli

insegnanti sono chiamati individuare con largo anticipo una sequenza lineare di azioni in vista di obiettivi curriculari prestabiliti. Azioni che si dimostra inadeguata, perché efficaci in condizioni esterne stabili, che non attengono al farsi delle relazioni, ancora più se di natura educativa.

Questo ribaltamento deve investire la consolidata tendenza della scuola a separare le cosiddette attività relazionali dalle tradizionali attività curriculari; interrogarsi sull'opportunità di continuare a ritenere la conoscenza di sé come qualcosa cui dedicare un'attenzione attiva semplicemente in fase d'avvio del percorso scolastico, per poi affrontare esclusivamente le cose serie costituite dallo zoccolo duro dei saperi disciplinari.

I saperi stanno palesando tutta la loro inadeguatezza a essere trasmessi e appresi, rimanendo nei libri di testi portati dai rappresentanti delle case editrici, leggeri nella carta incapace di motivare il dialogo delle nuove generazioni con la conoscenza.

Si parla molto della necessità di snellire i contenuti, il semplice taglio delle informazioni rischia solo contrarre i programmi e ampliare la frustrazione degli insegnanti. È importante non dimenticare che qualsiasi contenuto disciplinare prende senso all'interno di una relazione, poiché la questione dell'insegnare non è quali informazioni trasmettere, ma come trasformare le informazioni in conoscenza.

Raffele Simone parla di tre fasi nella storia dell'acquisizione della conoscenza umana. La prima è quella dominata dalla scrittura e la seconda dalla stampa, su di esse funziona la scuola, applicando un modello cognitivo che nella consolidata progressione lezione → studio individuale → verifica, considera la mente e i suoi processi in base alla dinamica stimolo-risposta. Poco si sa della terza fase, che ci sta quotidianamente di fronte, nelle menti e nei corpi dei giovani studenti.

Poco si sa di come i giovani apprendano, quali attività simboliche prediligano, quali linguaggi e strategie utilizzino per attribuire significati a se stessi e al mondo. A scuola si parla quasi esclusivamente delle scoperte degli altri e ben poco delle proprie. Il primo impulso che dovrebbe provare chiunque è nutrire un vero interesse nel conoscere la storia dell'altro.

Va maturando tra gli insegnanti la consapevolezza che l'approccio autobiografico configuri concrete occasioni d'educabilità cognitiva, di rivitalizzazione e di contestualizzazione dei saperi. Gli studenti vengono iniziati alle condizioni di conoscere raccontandosi, di scoprire l'importanza e l'imprescindibilità da un lato di farlo insieme, dall'altro di ancorare alla propria memoria la prefigurazione delle conoscenze. Il pensiero logico-scientifico, concettuale, solitario non è sufficiente a fornirci la sensazione di essere al e nel mondo: sono le domande degli altri, la loro voglia di stare a sentirci, di interessarsi a noi a produrre un evento mentale. Noi sperimentiamo il mondo perché lo comprendiamo in certi modi e non viceversa: il significato non viene dopo il fatto, l'esperienza è già un'interpretazione e noi agiamo in funzione delle nostre interpretazioni o spiegazioni.

L'autobiografia nella scuola intende:

-creare occasioni per sviluppare nei ragazzi momenti di consapevolezza e autostima rispetto alla loro identità, l'espressione a scopo orientativo di interessi, punti di vista, propensioni e bisogni di apprendimento personali;

-abituarli gli studenti a prendere la parola, ad ascoltarsi e ad ascoltare gli altri, a riflettere sul rapporto che sentono di avere con il sapere scolastico e con altre forme di sapere, sul modo di ricordare, capire, imparare: collegando il pensiero alle emozioni;

-costruire insieme una modalità comunicativa circolare per imparare ad affrontare le questioni emergenti della classe, la gestione dei conflitti, l'integrazione delle differenze soggettive, scoprendo nel gruppo un'occasione di rispecchiamento e d'intercambiabilità della leadership;

-dirsi attraverso i diversi codici linguistici trasformati da obiettivi da perseguire negli specifici curricula in strumenti polisemici per comunicare in maniera più ricca e accessibile.

L'autobiografia è l'opzione teoretica e pratica in grado di offrire un consolidato contributo al processo di costruzione della nuova scuola, alla ridefinizione dei suoi saperi e delle sue identità.

L'autobiografia è un genere letterario che coincide con la storia dell'uomo fin dalle origini della sua testimonianza. Si può collocare la sua nascita tra la forma apologetica delle "confessioni" di Sant'Agostino e il romanzo pedagogico di Rousseau.

Il primo scriveva di sé con l'intento di affermare la verità, perché Dio sa già tutto e dunque nulla può esserli nascosto. Rousseau prova a dire la verità, ma convinto di doversi rivolgere a uomini corrotti dalle loro stesse mani e dal nell'originaria natura plasmata dalle "mani dell'autore", ricorre a un atto costitutivamente ambivalente, nel narrare di sé è realtà e finzione si compenetrano e si confondono.

È in questo che il genere autobiografico vede il suo destino e il suo compito; permettere l'accesso alla profondità della memoria, nell'affermare la centralità e la responsabilità del soggetto e del suo vissuto di fronte alla conoscenza.

Tra le due posizioni esiste un divario irrisolto fra una visione definibile interna e una esterna dell'approccio alla trasmissione dei dati del conoscere: tra la pretesa di una trasmissione valida e una che non conosce altra via se non quella di fare i conti con i limiti del soggetto. L'autobiografia si offre costitutivamente quale strategia che appare dotata dei requisiti necessari per perseguire tale primario obiettivo.

La prospettiva autobiografica chiama in causa la dimensione dello sguardo e dell'ascolto. Lo sguardo da corpo alla relazione tra l'insegnante e l'allievo, il problema del guardare è foriero di ansia per l'insegnante. Lo sguardo autobiografico sollecita alla scoperta di quanto a forza di guardare si tenda a dimenticare che si è guardati, e si corre il rischio di creare una perversa univocità nella relazione cui diviene per inerzia e nel tempo tragicamente estranea ogni reciprocità educativa.

Le parole di sé su di sé costringono l'insegnante-autobiografo a ricercare una postura pedagogica fatta di rispecchiamento e testimonianza, a dover parlare senza potersi nascondersi dietro un sapere. La testimonianza autobiografica svela il testimone e trasforma la relazione.

C'è evidenza che dietro ogni sapere vi è una storia alla quale difficilmente potrò accedere in modo critico, verso cui facilmente mi demotiverò, senza la possibilità di accorgermi del sapere insito in quella storia che è la mia.

Le possibilità narrative sono fortemente legate alle scelte procedurali: compiti individuali accentueranno la componente prevalentemente introspettiva, le coppie sperimenteranno la mutua interrogazione, l'empatica e la riflessione, dove tutto il gruppo sarà coinvolto emergeranno con più evidenza le differenze.

*Il regista istantaneo. Educazione e improvvisazione*

L'improvvisazione diventa nell'immaginario formativo sinonimo di impreparazione.

L'improvvisazione è una parola tabù nella scuola, è un vizio da tenere nascosto agli altri. Il giudizio di improvvisata se attribuito a una lezione risuona come un anatema, scema opinioni diffuse di scarsa professionalità e competenza.

Da sempre si è improvvisato a teatro.

Dagli inizi del secolo scorso i con metodi di recitazione dei grandi pedagogisti teatrali l'improvvisazione diventa strumento per costruire il personaggio e viene usata nella formazione dell'attore.

Negli anni Sessanta, grazie ai nordamericani Keith Johnstone, Viola Spolin e Robert Gravel, nasce l'improvvisazione teatrale in senso moderno: essa diventa fine, il punto d'arrivo del lavoro teatrale è ora uno spettacolo completamente improvvisato, dove lo strumento comunicativo è la sola relazione tra improvvisatori e spettatori.

L'improvvisazione teatrale è l'arte di andare in scena senza testo, creando uno spettacolo all'istante. È completamente inedito, costruito grazie ad uno spunto iniziale del pubblico.

Gli improvvisatori teatrali sono anche autori, non ricevono un copione ma scelgono istantaneamente le battute da pronunciare. Sono soprattutto registi: sono loro a decidere se e quando entrare in scena, che intenzione e sfumatura dare al proprio personaggio.

L'improvvisatore è dunque regista istantaneo: non ha a disposizione una sessione di prove per far ripetere una scena chiedendone una differente intensità.

È un regista senza taccuino. Le sue scelte sono rapide, aperte al rischio e hanno il sapore dell'immediato. Un'immediatezza molto fisica, che non concede molto tempo alla riflessione.

La regia improvvisata è attitudine dell'osservazione dei corpi: cogliere un'energia che sta crescendo o affievolendosi, leggere un respiro, riuscire contemporaneamente a giocare il proprio personaggio, con generosità e chiarezza.

È un'osservazione rispettosa dei corpi, è da essi che è iscritta, nasce e si sviluppa la storia.

L'improvvisatore deve osservare i corpi e gli spazi in scena: è solo da quest'osservazione che la storia può andare avanti.

È la stessa forma che assume la regia pedagogica: sa che è solo attraverso l'osservazione-immersione nel sistema dei corpi e degli spazi che è possibile compiere una scelta operativa: solo da una buona regia la storia può andare avanti.

L'improvvisazione spaventa l'educatore poiché lo costringe a misurarsi con l'imprevisto, oltre ai contenuti da trasmettere implica un altro sguardo sul modo stesso di presidiare il setting educativo.

L'improvvisazione legittima la possibilità di essere autentici all'interna della relazione educativa. Dover inventare soluzioni qui e ora, non avere paura di palesare i limiti.

L'improvvisazione chiede all'attore, come all'educatore, di assumersi il rischio di vivere a partire dal proprio corpo.

L'educazione come regia dell'ambiente

La proposta teatrale ha conquistato la scuola: i corsi tenuti da esperti affasciano gli studenti, le recite di anno commuovono i genitori e inorgoliscono i dirigenti scolastici. Il teatro è una grande metafora dell'educazione, possibilità per provare a mettere in scena l'attenzione degli studenti.

Il teatro si è trovato nella sua ricerca a interrogarsi e a sperimentare intorno a una categoria pedagogica fondamentale che è quella dello spazio.

Ciò che il teatro ha da dire non può essere disgiunto dalle condizioni strutturali e materiali: le strade, le piazze, gli ambienti naturali, luoghi propri di altre attività debitamente riadattati assurgono nel "terzo teatro", al rango di nuove scene. Si annulla il palcoscenico, si confondono attori e spettatori. La messa in spazio arriva a prevedere strutture che possono essere smontate, rimontate in altra forma, innalzate o appiattite. È l'avvio della scrittura di una storia dalle incerte vicende che influenzerà profondamente il modo di intendere e fare arte.

Il "teatro dell'oppresso" dell'artista brasiliano Augusto Boal, propose nel Teatro Arena di San Paolo un'attività dalle spiccate valenze sociali e politiche per la quale subì il carcere, la tortura e l'esilio. La sua visione del teatro come medium di cambiamento dell'essere umano attraverso l'analisi e la trasformazione della realtà nella quale agisce, le sue tecniche centrate sul ricorso alla globalità dei linguaggi, si dimostrarono efficaci nei contesti educativi e terapeutici.

Dissolto il palcoscenico, squarciato il velo tra pubblico e spettatore, il teatro del regista brasiliano sfrutta appieno la costitutiva ambivalenza tra realtà e finzione intrinseca nella rappresentazione umana.

Si fa invisibile: gli attori si mischiano fra la gente senza dichiararsi, interagendo e provocando nuove situazioni e impreviste reazioni; altre volte trasponendo dichiaratamente la realtà nel teatro per il tramite di tecniche collaudate, per indurre la ricerca in situazioni della soluzione a conflitti personali e sociali apparentemente insanabili.

I giochi, gli esercizi e le tecniche del Tdo si prestano favorevolmente a un utilizzo educativo, della presa di coscienza delle dinamiche dei gruppi. La sua efficacia sta nella capacità di generare un decentramento percettivo delle identità in coloro che entrano nel suo spazio.

Nella nostra società il personaggio che l'individuo rappresenta e il suo sé sono sempre identificati: il sé è visto come qualcosa che alberga nel corpo, nelle sue parti superiori. Nella prospettiva drammaturgica, per un improvviso e condiviso patto sociale, il sé si trasforma in un'immagine che ognuno deve cercare con ogni mezzo di far passare come sua. Il sé finisce per non essere percepito come ciò che ha origine nel soggetto, ma nel complesso della scena: da causa della situazione in atto si tramuta in prodotto e si offre a una sua messa in gioco e trasformazione.

Eugenio Barba avanza quattro prototipi ideali di spettatori ai quali il regista deve sempre in qualche modo rispondere per trasmettere il suo messaggio.

Deve farsi capire dal bambino che vede le azioni alla lettera, non può essere sedotto da allusioni, citazioni, eccessive astrazioni, non osserva ciò che si rappresenta, ma ciò che si presenta: se sulla scena qualcuno illustra con una dotta dissertazione il sentimento della rabbia, il bambino vedrà alla lettera un signore che parla lungo da solo senza mostrare niente di significativo.

Il secondo spettatore pensa di non intendere il significato dello spettacolo, forse perché non padroneggia bene la lingua, ma si lascia contagiare dal suo livello espressivo, dall'energia degli attori, dallo spazio dal tempo di azione.

Il terzo spettatore è minuziosamente informato di tutti i contenuti dello spettacolo, che è uno sfondo dove proiettare i suoi aspetti e le sue aspettative profonde.

Il regista deve contenere l'imbarazzo dovuto allo sguardo del quarto spettatore, sensibile verso ciò a cui nessun altro dei precedenti sembra badare; il valore di un dettaglio dell'abito dell'attore rispetto all'economia dello spettacolo, vede ciò che l'attore fa con la mano sinistra quando mostra agli spettatori la mano destra.

La loro tenuta dell'attenzione sarà direttamente proporzionale alla capacità che mostreremo di far ricorso a diversi linguaggi per accoglierne le differenze.

### *Autobiografie corporee*

La ricerca autobiografica nella scuola si sta confrontando con il bisogno di dare vita a un altro luogo, è incredibile che nella scuola lo scenario continui a essere quello di un'aula organizzata secondo rigide file di banchi e sedie ossequiosamente orientate verso la cattedra. La storia della mente dello studente rinvia a un corpo. I bisogni espressivi dei giovani non possono prescindere da esso e dai suoi codici. Laddove la parola non riesca ad arrivare, la presenza permane nell'inflessione del tono della voce, nella scelta prossemica, nell'espressione del gesto.

Le difficoltà di apprendimento nascono da una mancata risposta ai messaggi del corpo, da una scarsa sensibilità nei confronti di quei canali che non si riconducono alle classiche categorie della logica linguistica e matematica.

Lo sviluppo della conoscenza di sé non può essere affidato alla solitudine del travaglio personale, al mito dell'autoconsapevolezza, della volontà individuale, soprattutto quando si evocano situazioni conflittuali.

Conoscenza di sé e conoscenza dell'altro sono irriducibilmente interdipendenti: la costruzione della nostra identità dipende dalle immagini di noi che gli altri costantemente ci rinviano, e viceversa. Questo reciproco processo di conoscenza passa attraverso il linguaggio della riflessione e della comunicazione verbale. Con i bambini e i ragazzi si impone spesso il bisogno di attivare linguaggi più coinvolgenti, capaci di dare alla parola quello spessore in grado di renderla effettivamente comunicativa.

A trasferire contenuti di sé da un canale all'altro libera risorse aggiuntive per aiutare a rilasciare processi di auto-riflessività altrimenti compromessi. Questo si traduce nella disponibilità di contesti dove percezioni, sensazioni, immagini, emozioni, rappresentazioni si possano ri-raccontare, mediante un disegno, una forma generata dalla creta.

Le conoscenze intorno al corpo e alla mente che quotidianamente si trasmettono riguardano un corpo e una mente resi da subito oggetti: occorre ritrovare il modo di mettere in scienza il corpo e la mente viventi, soggettivi.

Quando i bambini sentono parlare del funzionamento del pensiero è inevitabile che pensino al loro pensiero: avvertono la necessità di conoscerlo per non esserne travolti, per nominare e dare senso a ciò che provano. Senza una didattica coinvolgente, capace di metterli nelle condizioni di sperimentare la qualità interna dell'attenzione, il richiamo costante a queste dimensioni rischia di cadere nel vuoto o nell'assenso prescrittivo.

### *L'esercizio corporeo come pratica filosofica*

Gérard Blitz, studioso attento e fine dello Yogasutra, si distingueva fra i pionieri occidentali della disciplina orientale per la sua inestinta sul processo piuttosto che sulla pratica. È infatti il processo dell'ascolto che conduce, nella pratica, alla consapevolezza. Ascoltarsi per il piacere di farlo, stare con quello che c'è nel presente, agire per l'azione.

Blitz amava confrontare la sue idee sullo yoga con studiosi dei più diversi saperi disciplinari. Lo yoga era un mezzo e non un fine. Tutto quello che avveniva nella sala doveva essere trasportato fuori nella vita di tutti i giorni. Si imparava a seguire il respiro con il corpo durante la pratica. La consapevolezza delle posture praticate approva alla consapevolezza delle nostre posture esistenziali e professionali.

Lavorare nella sala di yoga con il corpo implicava confrontarsi con i propri piccolo-grandi limiti per accorgersi di quanto nel riconoscere e nell'accogliere questi ostacoli strutturali risieda molto della conoscenza più autentica e proficua della propria soggettività.

Pierre Hadot ci ricorda che nelle scuole filosofiche dell'antica Grecia venivano praticati esercizi spirituali centrati sul corpo e sul respiro, tali da far pensare concretamente a un accostamento con le tecniche di tipo yoga.

La filosofia era una pratica a cui tutti potevano accedere, interessava il corpo e la mente era esercitata per prendersi cura della propria esistenza, cercando di renderla migliore.

Oggi la filosofia è stata relegata a semplice discorso teorico: astratta, lontana dal senso comune. L'esistenza di ogni persona procede costantemente come una ricerca di equilibrio con se stessi, con il mondo e i suoi eventi. Questo percorso non è sempre lineare e impone continui cambiamenti, le pratiche filosofiche possono accompagnare oggi ogni persona in un cammino di cura di sé che non si accontenta di facili risposte.

Le pratiche filosofiche sono tutte quelle che promuovono il benessere integrale di ognuno. Quelle che appartengono alla tradizione filosofica, spirituale, religiosa, scientifica, culturale e artistica, intesa nel senso più lato sono le partiche intellettuali, quelle spirituali, quelle corporee, quelle psicologiche e quelle politiche.

Ci siamo formati nella convinzione che il dualismo mente-corpo sia un'eredità che proviene da Platone. Il corpo della filosofia si dà per lo più come una serie di parole sul corpo, allo stesso modo con cui risulta trattata la filosofia che noi tutto conosciamo; alla stregua di un discorso che esamina altri discorsi.

La capacità di integrare il pensare e il sentire in un identico processo è condizione necessaria allo stare nel presente della relazione, laddove le sole teorie rischiano di far perdere il contatto, di diventare la fonte delle dismisura. Il corpo ci rivela sempre meno, poiché la garanzia di tale funzione è direttamente proporzionale al grado di familiarità, col suo ascolto e col suo esercizio.

La percezione della fatica è la garanzia per tornare a sentire quell'altra fatica compresa nel dare senso a quel che accade nella relazione educativa di ogni giorno. Il confronto con il limite dello sforzo fa parte di una disciplina filosofica esistenziale.

Nella filosofia delle origini la dimensione fisica rivestiva un ruolo centrale. Il guerriero come l'atleta rappresentava il modello verso il quale dovevano tendere gli sforzi educativi rivolti alle nuove generazioni. Nel ginnasio i giovani greci praticavano nudi la ginnastica e la musica, sulla scorta del regolamento stabilito dall'assemblea della polis, l'educazione dei giovani a diventare futuri cittadini. Questa si configurava come un tutto integrato di esercizi fisici e spirituali oltre al

controllo del regime alimentare come pure l'affinamento dell'arte del dialogo, la pratica del silenzio insieme allo sviluppo delle capacità di concertazione e di meditazione. Si trattava di imparare a governare se stessi per imparare a governare gli altri.

La filosofia moderna e postmoderna hanno contribuito a dissolvere il rapporto fra corpo e mondo. Che l'uomo pensi non solo con il cervello è consapevolezza che nella modernità si ritrova più nelle vicissitudini delle psicologie del profondo e nei più recenti approdi delle neuroscienze che negli astrattismi di molti filosofi contemporanei.

Nei ginnasi l'unico rituale iniziatico sopravvissuto è l'esame di maturità che si riduce a una prova di impronta unicamente intellettualistica.

L'atletismo eroico cui si ispiravano i nostri precursori per molti versi non corrisponde più alle differenti complessità e problematicità del nostro vivere, nel quale il pur certo protagonismo della corporeità risponde ad altri paradigmi. Mens sana in corpore sano rischia oggi di prestarsi meglio a una campagna pubblicitaria di prodotto salutisti che a un richiamo di carattere etico ed escatologico.

Si deve considerare quanto oggi la dimensione relazionale della pratica rivesta un ruolo ben più preponderante rispetto al passato. Non che sia venuto del tutto meno il senso dell'esercizio corporeo effettuato in totale solitudine, ma il valore del gruppo rappresenta un elemento spesso imprescindibile per validare il ricorso al corpo.

Il corpo è per eccellenza misura del limite, questo limite non può circoscriversi alla coscienza del corpo interno; il corpo interno per farsi mondo necessita del confronto/incontro con l'altro.

## Capitolo 7 FUORI LUOGO – APPUNTI DAL DIARIO DELLA FORMAZIONE

Negli ultimi decenni abbiamo assistito a una moltiplicazione di proposte che coniugano la dimensione della corporeità con quella dell'avventura. L'avventura d'improvvisare, capace di mettere in gioco le intime storie fino a modificarne i destini, si presenta oggi in veste patinata, seducente e rassicurante. Dai viaggi verso mete esotiche alla portata di tutti, agli sport estremi domenicali, agli incubi orwelliani trasposti in banali show televisivi, le forme assunte dal connubio corpo-avventura si inscrivono nel gran gioco adultistico-regressivo proprio di questi tempi.

Un bisogno così omologato di avventura in età adulta è riconducibile a una mancanza di esperienze autentiche vissute da bambini e da adolescenti.

“lo scudo della fiducia” narra di un giorno e di una notte trascorsi con un gruppo di bambini piccoli. Bambini che come tanti non sapevano cosa significasse restare soli in un bosco, ancor meno al buio e senza avere paura. Entrare in relazione con loro e il diretto rapporto con gli elementi naturali ha comportato per l'adulto la disponibilità a ricercare modi di comunicare capaci di dare corpo alla parola, facendo del corpo la condizione attraverso cui recuperare all'esperienza educativa i suoi aspetti iniziatici e rituali che svelano quanto l'educazione corporea sia in grado di consentire al bambino di tenere insieme cognizione e affetti.

“attraversare il bosco di notte” è il tentativo di ritrovare in termini più elaborati e interconnessi alcuni degli elementi già presenti nella precedente esperienza, trasportandone le essenziali consapevolezze nell'ambito dell'educazione degli adulti, in funzione di un corso residenziale di

formazione dei formatori intitolati a un'inedita metodologia autobiografica fatta evolvere nel gioco delle corrispondenze fra avventura, corporeità e metacognizione.

### *Lo scudo della fiducia*

Noi portiamo dentro di noi una moltitudine di voci. Oltre ogni illusione di trasparenza difficilmente rintracciabile nei nostri corpo opachi il nostro io è in realtà un arcipelago composto da tanti "ii".

Come allo specchio, nel bambino che ci sta di fronte si riflettono le paure, i desideri, le conoscenze, le insicurezze di quell'altro bambino che vive in noi e parla attraverso il linguaggio della fantasia.

L'attitudine con cui punteggiamo ogni nostro intervento educativo rivela qualcosa della cura che qui e ora riserviamo alla nostra crescita personale; l'occasione che ci deriva dall'educare ha il sapore di un dialogo e cui storie si dispiegano in un mondo che ha a che fare profondamente con il tempo e la corporeità.

### *Attraversare il bosco di notte*

Quando si è adulti, conoscere assume sempre più i caratteri di un'impresa riflessiva, autoreferenziale, meta-conoscitiva. Da eventi cognitivi che potrebbero ritenersi scontati, si passa a forme di conoscenza integrate e complesse che sembrano richiedere l'esercizio di forme di spiazzamento sempre più raffinate. Dalle tante azioni educative spiazzanti che generano riflessività, un posto privilegiato spetta a quel gruppo di tecnologie che portano all'implicazione personale, alla vera e propria compromissione. Entrambi i termini si riferiscono all'atto del coinvolgere qualcuno in una situazione psicologica e fattuale. L'implicazione ha una connotazione più neutra, legata alla logica delle relazioni date, spesso difficili e intricate. Invece compromettere/si significa coinvolgere in un'azione o situazione difficile o rischiosa, che ha conseguenze a lungo termine, e solo in parte prevedibili, per la posizione e la reputazione di chi vi è implicato. Nella compromissione c'è sempre un terzo che giudica, valuta, compara, sancisce.

È facile rilevare indizi dell'ambivalenza di fondo, propria degli adulti, rispetto al comprometersi: messaggi che indicano la disponibilità a lasciarsi permeare dalla novità della situazione, ad ascoltare e ascoltarsi, ma anche il timore o la certezza di perdere aspetti dell'identità, di svelare alcuni lati oscuri.

Le categorie dello spiazzamento e della compromissione richiamano in fondo le emozioni legate a paure e desideri della formazione: paura e desiderio di scoprire parti di sé, paura e desiderio di cambiare, con il contesto tutto per (ri)trovare la propria interconnessione sistemica e l'analogia con l'altro.

Attraversare il bosco di notte significa andare là dove la paura non ci farebbe andare, incontrare aspetti sconosciuti ma anche agognati e profondamente radicati in noi, significa provare a porci interrogativi essenziali per la nostra stessa esistenza. Comprendere che i problemi possono essere analizzati non solo dal punto di vista personale e dal punto di vista sistemico, ma anche dal punto di vista archetipo (principio) nei modelli profondi universalmente offerti dai miti, delle metafore su cui poggiano le ragioni della nostra azione.

La ricerca condotta nel corso di alcuni decenni cerca di focalizzare quelle particolari condizioni che favoriscono nell'adulto il prodursi di un sapere riflessivo. Tale sapere non può non essere anche biograficamente significativo, nel senso che include la cura di sé, la relazione al contesto, la messa in gioco delle proprie intelligenze diverse. Il posizionamento mentale è insieme cognitivo ed

emotivo: fa riferimento sia alla memoria sia alla possibilità/disponibilità di condividere i ricordi con gli altri esseri umani. La dimensione emozionale e corporea è talmente integrata con quella intellettuale da non poterne essere separata.

Una formazione autenticamente autobiografica va oltre la ricostruzione documentata del passato e la raccolta di informazioni per diventare pratica di riflessione. La memoria che cerchiamo di sollecitare nei nostri percorsi è sempre re-interpretazione, ri-definizione del contesto presente alla luce dei contesti passati e viceversa.

È anche un processo vincolato a precise condizioni, tra cui pensare, dire, provare. Rendersi conto dei vincoli è uno degli esiti principali della riflessione formativa che come tale investe sempre i sistemi di valori, di credenze, di significati.

Un percorso formativo è un percorso di sensemaking, di costruzione individuale e sociale della realtà. L'attenzione ai vincoli comprende la consapevolezza dei limiti di certi strumenti formativi, quando si parla di emozioni introducendo nella parola una dimensione di controllo che in realtà può ostacolare la scoperta di dimensioni nuove, più ricche in termini di crescita e apprendimento.

Quando gli adulti trattano le emozioni verbalmente è spesso per rassicurare e rassicurarsi attraverso la razionalizzazione e la normalizzazione. Il valore dello spiazzamento e le radici stesse della conoscenza biografica sono ritrovabili nel disorientamento, nell'interrogazione, poiché le emozioni e i sentimenti, espressioni vitali e irrinunciabili di ogni esperienza educativa, non abitano le zone diurne della formazione. Per richiamare la nostra attenzione, emozioni e sentimenti si manifestano in modi indiretti e paradossali.

Le istituzioni formative si presentano spesso come luoghi formali e distanti, una sorta di realtà separata, in cui vita e formazione riescono a coniugarsi. L'adulto che partecipa a questi contrasti sente il bisogno di aderire a precise norme, ha difficoltà a dare un senso personale alle esperienze e agli apprendimenti.

La perdita di memoria individuale e collettiva, la riduzione dell'esperienza a una sequenza di momenti e di contenuti giustapposti gli uni agli altri producono un senso di distanza e disconnessione emotiva: il valore formativo di emozioni come la paura, il desiderio, la noia, la curiosità viene così negato.

Quando un insegnante si ostina nel chiedere ai suoi studenti di esprimere le emozioni al riparo dal ruolo si avverte un senso di disagio. È diffuso il riferirsi nella scuola a sentimenti non funzionali al pianificato decorso scolastico come a problemi da risolvere, variabili indipendenti da estirpare e rimuovere, colpevolizzando e punendo coloro che li manifestano.

Una visione dei sentimenti e delle emozioni per la quale l'acquisizione di competenze procede sempre da un meno verso un più, quantitativamente computabile. La competenza dell'educatore coincide con un movimento verso l'alto, secondo un'ottica segnata da una volontà di controllo che preferisce una rapida risposta ai loro interrogativi.

Una formazione ecologica e autobiografica invoca al contrario la presenza di soggetti unici e irripetibili nelle loro uniche relazioni ed emozioni.

Esiste un modo per trattare le emozioni nella formazione, evitando i però i rischi del riduzionismo e della normalizzazione. Il primo passo è considerarle parte integrante del fenomeno della conoscenza. Le condizioni della formazione influenzano la capacità e la disponibilità del discente a tener conto delle proprie emozioni e a portarle nel lavoro di autocoscienza. Produrre

scientemente quelle condizioni interiori, relazionali e contestuali costitutive per la generazione di un atteggiamento autobiografico.

Tra gli aspetti manipolati ci sono la scelta e l'organizzazione accurata degli spazi e del tempo di lavoro, in modo da progettare un tutto organico che garantisca la pluralità di stimoli e linguaggi.

Le precondizioni individuali sono: le capacità di attenzione, ascolto, concertazione, silenzio e rilassamento, che possono essere migliorate.

Il processo di conoscenza non è finalizzato a un prodotto in termini di contenuti, ma alla realizzazione di una serie di connessioni tra contenuti già esistenti: trasferimento e rielaborazione di idee tramite codici diversi, integrazione di livelli di conoscenza abitualmente separati. Il processo di conoscenza è trasformazione di differenze che fanno differenze. Il risultato perseguito è definibile come deutero apprendimento → acquisizione più che di contenuti di metodi specifici.

James Hillman critica il retaggio incrementale della crescita nella concezione dell'adulthood, il pregiudizio etico di ritenerla quel processo per cui l'essere adulti è essere grandi, aver raggiunto l'altezza definitiva, secondo un modello ascensionale che si rifà allo sviluppo organico dell'albero. Crescere come discendere. Scendere come ascolto per alimentarsi di quanto più ci appartiene, di ciò che nell'orizzonte culturale contribuisce a fare anima.

A cominciare dal formatore che per primo deve misurarsi con le vicissitudini che il lungo processo di discesa comporta, poiché possiamo condurre un altro e andare con lui solo fin dove siamo andati con noi stessi.

Il concetto di risonanza è stato utilizzato per spiegare che cosa succede quando le energie di un gruppo di adulti vengono liberate. La costruzione di significati condivisi, la co-costruzione di un mondo.

Si considerano le emozioni come processi interiori e privati, ma appartengono al contesto tanto quanto all'individuo. Si tratta di patterns di interazione, modi di risonanza, di stare insieme e costruire mondi intersoggettivi i quali hanno bisogno della comunicazione per realizzarsi: una comunicazione in senso lato, fatta di sguardi, di pause.

La rottura degli schemi abituali della formazione apre ai nuovi orizzonti, ma anche perplessità e inquietudini.

Il gioco dell'ambivalenza è una strategia molto antica e diffusa, che cosa rende formativa un tale proposta provocatoria? Verrebbe da dire: la metacognizione, con la possibilità di prendere le distanze dal gioco stesso, assumendo ruoli e identità diverse. Poi la valutazione continua, di percorso e finale, insieme alla regola secondo cui l'ultima parola è sempre lasciata e riconosciuta al soggetto. Non si tratta di giocare una seduzione fine a se stessa, ma di portare il soggetto della formazione a guardarsi dentro, a provare l'ebbrezza e lo stordimento del perdersi e ritrovarsi, a uscire finalmente con una nuova consapevolezza, pronto a tornare sui suoi passi, rinato alla possibilità di crescere.