

**ARTICOLI DI
Laura Bettini**

**APPARSI SULLA RIVISTA
"Biolcalenda"
nella sezione "terapie"
dall'ottobre 1997 al febbraio 1999**

Lo specchio di Alice

In una seconda versione che Lewis Carrol scrisse di Alice nel paese delle Meraviglie, Alice si trovava, all'inizio dell'avventura, nel salotto della sua casa, in una giornata d'inverno, davanti ad un grande specchio.

Essa spiegava **ad un gattino tutto nero e ad uno tutto bianco che, al di là dello specchio, esiste un mondo identico a questo, ma tutto all'incontrario.**

Poi, quasi impercettibilmente, "il vetro cominciava a sciogliersi e a svanire, proprio come una luminosa nebbia d'argento" e la bimba si ritrovava dall'altra parte.

Il *mondo di là* è una dimensione dove tutto può diventare qualsiasi altra cosa, dove gli animali e le piante parlano e i personaggi delle fiabe sono in carne ed ossa; i confini del reale si confondono e si trasformano per rispondere, duttili, alle esigenze del gioco, del desiderio, della paura.

Quando mi trovo a dover spiegare che cos'è la psicomotricità, mi servo spesso della storia di Alice e del suo viaggio *attraverso lo specchio*: al posto dello specchio c'è una porta che conduce ad uno spazio dove l'unica dimensione è quella del gioco e vi si trovano degli oggetti che sono stati scelti perché la loro forma è adatta a prestarsi docilmente ad ogni immaginazione.

Come Alice, che stava nel *mondo di quà* con un gattino tutto bianco ed uno tutto nero, varcando la soglia sappiamo che **stiamo abbandonando la realtà dei significati unilaterali, la legge per cui ogni cosa è o bianca o nera, e stiamo entrando in**

un' altra reità dove le cose nere possono permettersi di mostrare la loro parte bianca e le cose bianche la loro parte nera.

Come Alice, attraversiamo il diaframma che divide la nostra immagine esterna, *reale*, dalla incredibile ricchezza del nostro io interiore e da tutti i mondi che esso è in grado di evocare.

Gli oggetti che si trovano nello spazio psicomotorio hanno forme simboliche primarie: ciò significa che rinviano a significati che appartengono al bagaglio immaginario di tutti (quello che è stato chiamato l'inconscio collettivo).

E' proprio **grazie a questi significati universali** e attraverso il gioco che liberamente si dispiega fra le persone (bambini o adulti, le differenze esistono ma non sono di gran conto) che possiamo comunicare anche senza parole.

A differenza di Alice che attraversava lo specchio da sola, entriamo sempre in questo spazio *insieme* ad altre persone ed il gioco di ognuno si intreccia con il gioco dell'altro nello spazio, nel movimento, nella concretezza della corsa, del rotolamento, delle spinte, della lotta, della tenerezza, delle coccole e del riposo.

Ognuno ha il diritto di *mettere al mondo* - di mettere nel mondo concreto - le proprie sensazioni e poterle così rendere visibili anche agli altri; i propri desideri e sperimentare così come essi siano o meno vivibili nella relazione vissuta con gli altri; le proprie paure e verificarne i limiti; i propri talenti e verificarne la forza di cambiamento.

Ognuno ha la possibilità di *giocare* qualsiasi ruolo, sperimentandone le implicazioni, le conseguenze, le acquisizioni e le perdite in una dimensione protetta

dalla *finzione* del gioco. Può così elaborare, a volte a livello cosciente, a volte a livello anche solo inconscio, progetti di cambiamento: che questo sia evolutivo per la personalità, positivo, vitale, è propriamente ciò su cui veglia costantemente colui o colei che conduce gli incontri.

Perché chi conduce non è altro che un adulto che ha imparato a mantenere vivo e consapevole il dialogo con il proprio bambino interiore e cerca di conservare, come augura ad Alice la sorella maggiore alla fine dell'avventura, "il cuore semplice e affettuoso della sua infanzia" e la capacità di dividere con gli altri "tutti i loro semplici dolori e di godere di tutte le loro semplici gioie, nel ricordo della fanciullezza, e dei giorni felici d'estate".

Degli oggetti molto semplici

La psicomotricità si distingue da altre pratiche educative e terapeutiche basate sul corpo e sul gioco proprio per **il tipo di oggetti molto particolari** che utilizza.

All'inizio della sua ancora molto breve storia, circa una cinquantina di anni fa, questa pratica era un tentativo di adattare l'educazione fisica alle particolari esigenze formative del bambino piccolo e del bambino disturbato a livello sia fisico che psichico.

La psicomotricità vedeva ha visto la luce in una palestra ginnica e ha iniziato la sua ricerca utilizzando le normali attrezzature dello sport: palle, cerchi, corde,

bastoni, drappi, tappeti, materassi e materassoni che attutiscono le cadute.

La moderna educazione fisica è un allenamento muscolare puramente meccanico e finalizzato al rendimento individuale e i giochi sportivi (giochi con palle e palloni come il calcio e altri, salti con aste, lancio di pesi, volteggi artistici ecc..) hanno perduto anche la memoria della loro antica origine rituale e dei significati simbolici che davano loro un *sensò* valido per una collettività, appaiono piuttosto tutti indifferentemente convogliati nel grande mercato della competizione. Così che, oggi, nulla può sembrarci più anonimo e prosaico di un pallone e mai penseremmo che quest'oggetto possa condurci verso dimensioni immaginarie, emotive ed affettive.

La psicomotricità, pur restando nell'ambito delle palestre (ma considerandole interessanti soltanto per la loro valenza di ampie stanze vuote che permettono il movimento a gruppi anche consistenti di persone), ha rimesso in moto la dinamica dell'analogia: quella capacità della mente di utilizzare forme, consistenze, colori del mondo materiale per evocare immagini di "oggetti" assenti e unicamente pensati.

Non appena i bambini sono stati lasciati minimamente liberi di giocare con il corpo nello spazio e nel movimento senza le costrizioni delle regole sportive e ginniche, è stato subito chiaro che una palla aveva la capacità di trasformarsi in persona, in animale, in parti del corpo (la pancia, il seno...), in proiettile, in bomba...e un cerchio poteva diventare una casa, un recinto, una porta di entrata e di uscita, una prigione, una corazza... il gioco corporeo di movimento è diventato (è ri-diventato) strumento espressivo di elaborazione e trasformazione della realtà.

E' stata una consolante dimostrazione di come l'essere umano, per quanto alienata e mercificata possa essere la sua vita in un dato contesto storico e sociale, scelga sempre e quasi suo malgrado, anche per le operazioni apparentemente più banali e vuote (come sono spesso i giochi sportivi) oggetti e strumenti che contengono significati più profondi di quanto egli stesso sappia coscientemente.

Questa profondità non è perduta: è solo appena appena coperta dalla presunta scientificità della nostra epoca: i bambini e tutti coloro che vengono detti diversi sanno raggiungere con grande facilità la matrice simbolica che ci permette di essere *esseri umani*, cioè di pensare (il pensiero funziona attraverso simboli), di parlare, di scrivere, di dipingere, di suonare, di progettare e di costruire.

Quando la psicomotricità ha cominciato ad essere proposta anche agli adulti, dapprima sotto forma di formazione professionale e in seguito come vero e proprio percorso di autocoscienza e autoguarigione, è stato chiaro che anche l'adulto più *normale*, più prosaico, disincantato e razionale possa ricongiungersi con la propria dimensione simbolica, emotiva e creativa con estrema facilità, gioia e soddisfazione.

La stessa industria di attrezzature sportive ha adattato la sua produzione alla nuova natura assunta dagli oggetti psicomotori: è stata ampliata la gamma di dimensioni, colori e consistenze delle palle (ne esistono di grandissime e di piccolissime, di molto resistenti e di molto morbide, di opache e di trasparenti), i cerchi sono diventati colorati e flessibili, le corde colorate e di diverse consistenze, spessori e lunghezze.

Sono spariti, in psicomotricità, tutti quegli oggetti che normalmente stanno nelle palestre senza rivestire

altri significati oltre all'essere utili per l'esercizio fisico e muscolare.

Gli oggetti psicomotori, d'altra parte, hanno perduto sempre più la loro valenza ginnica e si sono avvicinati sempre più alla loro valenza simbolica: essi svolgono la loro funzione principalmente grazie alla forma e alla natura materiale che posseggono: capacità di rimbalzare, colpire, legare, misurare lo spazio, catturare...

I cinque oggetti principali della psicomotricità: **drappi di stoffa, palle, cerchi, corde, tubi/bastoni** sono stati scelti, nel corso del tempo, perché più e meglio di altri partecipano alla natura formale primaria e archetipica di cui è composto l'inconscio personale e collettivo.

Quella stessa natura formale primaria permette allo psicomotricista di comprendere le analogie sottese ai più diversi giochi e di elaborare le modalità del suo intervento nel dinamico vissuto di ogni incontro.

L'informe originario

Le cosmogonie e i miti delle origini di tutte le culture della Terra, raccontano di una prima unità indifferenziata da cui tutte le creature e le cose hanno preso origine per individuazione e presa di distanza.

L'immaginario mitologico e filosofico dell'umanità porta dunque il segno del vissuto concreto della nascita: dall'indifferenziato amniotico della fusione con la madre alla costruzione di una individualità altra, separata e di-stante.

Le modalità di questo transito dall'uno al due, dall'indifferenziato ai differenti, dall'appagante sicurezza del contenimento materno (all'interno del quale non c'è però alcuna evoluzione, crescita, riconoscimento di sé) ai rischi e alle responsabilità (ma anche alle grandi soddisfazioni) del vivere e del doversi battere per realizzare i propri desideri, danno l'impronta alla vita di ognuno e segnano dentro ad ognuno i primi *caratteri* della personalità.

Nel contesto della psicomotricità relazionale, per dare concretezza a questa immagine (archètipo) dell'INFORME originario, ricopriamo il suolo della palestra o della stanza nella quale ci troviamo ad operare (completamente svuotata di ogni altro oggetto), di parecchi strati di **CARTA o di STOFFE/STRACCI**.

Il gioco consiste nel tuffarsi in questo mare (il fruscio stesso della carta smossa evoca il suono della risacca) e lasciare che il corpo viva la sensazione di perdere/ritrovare i propri confini, che si incontri, si fonda, si separi con grande fluidità con/da gli altri corpi.

Nella relazione con il materiale e con il movimento degli altri, nascono giochi di grande rilassamento (nidi dentro cui accoccolarsi e riposare, da soli o uniti ad altri nel calore fusionale) o di grande aggressività (la carta può essere strappata, appallottolata e lanciata contro qualcun altro, l'intercapedine di carta fra i corpi permette delle lotte attutite e liberate di colpevolezza).

Nel mucchio della carta (o delle stoffe) si può scomparire e ripparire, si può catturare l'altro nel proprio spazio corporeo o farsi catturare nello spazio corporeo dell'altro.

C'è chi vive con grande appagamento il riposo, può rimanere per molto tempo sepolto sotto cumuli di carta e non vorrebbe più uscire dal sonno primordiale; c'è chi, al contrario, non sopporta neppure un leggero foglio di carta sul viso senza farsi assalire dalla paura (a livello del reale, del tutto ingiustificata) di non poter respirare.

C'è chi accetta con gioia la cattura e c'è chi la rifugge come una gabbia o una prigione; c'è chi vive con divertimento il fatto di diventare invisibile per gli altri e chi invece lo vive con disagio... ognuno gioca liberamente i propri giochi, ognuno si lascia vivere dai propri giochi.

Con i bambini non c'è parola; lo/la psicomotricista comprende il linguaggio del gioco corporeo e risponde con lo stesso linguaggio mettendo il bambino (ogni bambino in modo diverso) in condizione di trovare le soluzioni positive, evolutive, di conferma e rafforzamento della personalità.

La *lettura* del gioco viene parlata con i genitori, o gli educatori (qualora l'attività psicomotoria si svolga a scuola).

Nel lavoro con gli adulti, una fase di parola segue alla fase del gioco, per sistematizzare a livello cosciente il comportamento vissuto (molto spesso in modo inconscio o semi-conscio).

Ogni persona viene messa in condizione, dalle domande dello/a psicomotricista, di "leggere" da sé i propri giochi, di osservare, con la distanza della ragione, l'origine delle proprie azioni e sensazioni, quelle piacevoli come quelle dolorose.

La condivisione con il gruppo permette di valorizzare e amplificare le gioie, consolare i dolori e confermare i cambiamenti già avvenuti o possibili.

Grandi piccole sfere

La FORMA della SFERA contiene significati simbolici che ci mettono in contatto con l'energia che dà la vita a tutto l'universo: essa ha un interno (uovo, ventre della madre) nel quale la vita nasce e viene protetta e un esterno (corpo celeste, sfera planetaria) che porta in sé la vitalità, la forza e l'armonia del movimento spaziale e temporale.

La psicomotricità relazionale ha dato concretezza a questa *forma* utilizzando **palle di gomma di diverse dimensioni e colori**: le più grandi hanno diametri da 50 a 120 centimetri, quelle medie di 25 centimetri, quelle piccole da 5 a 15 centimetri.

Ogni palla ha un unico colore (giallo, rosso, rosa, blu, verde, arancione, in tonalità forti o pastello) e ne esistono di trasparenti.

Le palle più grandi possono stare immobili o dondolare appena: rappresentano allora un grande corpo o una parte di esso (pancia, seno) sul quale abbandonarsi e ricercare sensazioni di intenso piacere e di forte regressione: il dondolio corporeo può portare all'immersione nel ritmo energetico che permea il tutto, dimenticando per qualche attimo le limitazioni dell'individualità.

Ma la palla grande contiene anche potenza di movimento: lanciata nello spazio amplifica il gesto e la forza di chi ha lanciato, scagliata contro un'altra persona o un oggetto dà l'impressione di un'aggressione molto potente.

Le palle della psicomotricità sono sufficientemente leggere da non creare danni reali alle persone e alle cose: ciò permette al bambino di aggredire l'adulto che non riesce ad aggredire direttamente e all'adulto di aggredire l'autorità simbolica o un presunto *nemico* abbassando di molto la soglia del senso di colpa.

Le palle medie rappresentano la vitalità dell'essere vivente: sembrano infatti possedere movimento e vita propria, talmente secondario è il gesto iniziale che le spinge e talmente lungo, allegro imprevedibile è invece il loro tragitto autonomo, i loro sobbalzi, rimbalzi e rotolamenti.

Per un bambino, la palla media è spesso l'immagine di sé stesso, per l'adulto può simboleggiare ugualmente la sua persona, ma anche un individuo più giovane: un figlio o un piccolo essere vivente.

Può venire lanciata, come alter-ego, su percorsi difficili (dislivelli, tunnel, antri senza luce) per studiarne la pericolosità prima di avventurarsi di persona; può venire donata allo psicomotricista come riconoscimento della sua capacità di prendersi cura della o delle persone che gli sono affidate; può venir distrutta o sgonfiata da chi non ha acquisito considerazione del proprio valore.

Viene coccolata, accudita e protetta da chi si sente indifeso; lanciata, rincorsa e rilanciata con gioia nello spazio in salti e piroette da chi si sente felicemente protagonista della propria vita.

Le palle piccole rappresentano parti o "pezzi" della persona o, più raramente, di una cosa.

Vengono spesso tenute insieme, come beni preziosi, dentro a stoffe annodate come saccocce o trasportate e nascoste all'interno di case e tane.

Vengono infilate dentro agli indumenti dello/a psicomotricista o dentro a scatole e contenitori per sfidare l'unità e la coesione della personalità nel tragitto di entrata e uscita simbolica dalla fusione con il corpo dell'altro (con il corpo della madre).

Una volta, durante un incontro, un bambino di cinque anni dalla personalità molto frammentata ha fatto questo gioco: mi ha fatto raccogliere tutte le palline che c'erano nella sala dentro ad sacco di tela.

Ho dovuto farlo, dietro sua indicazione e sotto il suo attentissimo controllo, con estrema cura, in modo rituale, ripetendo sempre gli stessi gesti e senza dimenticare neanche una pallina.

Ad operazione conclusa, ha voluto esser messo, anche lui, dentro allo stesso sacco, poi mi ha chiesto: "SONO INTERO?".

Dentro al cerchio, fuori dal cerchio

Quando un gruppo di esseri umani si ritrova in uno spazio e desidera creare una comunicazione potendo usare soltanto i corpi, i movimenti, gli sguardi, le voci, si dispone, da sempre e dovunque, in modo circolare.

Dalle danze tribali alle futili *chiacchiere*, in piedi con un bicchiere in mano in un annoiato salotto delle nostre città pur orfane di gesti densi di significato, gli umani scelgono spontaneamente e inconsciamente il cerchio per parlarsi, danzare, ridere, condividere il desiderio di stare insieme; perfino l'insieme degli amici

viene definito una *cerchia*, come da una cerchia di mura era difesa la città.

La disposizione di tende e capanne nei villaggi e la stessa forma dei templi più antichi e dei teatri è circolare; potremmo dunque dire che gli umani hanno sempre scelto il cerchio non solo per creare uno spazio di comunità e condivisione fra loro, ma anche per entrare in comunicazione con le energie della natura e dello spirito pur restando protetti da una delimitazione di identità individuale e collettiva, che garantisce il riconoscimento di sé con se stessi e con i propri simili.

Nell'ambito della psicomotricità relazionale si usa la FORMA CIRCOLARE giocando con **cerchi di diverse dimensioni, colori e consistenze**.

Ne esistono in legno e in plastica; alcuni si spezzano se sottoposti a forti torsioni, altri sono estremamente malleabili e si lasciano piegare nelle più diverse configurazioni senza rompersi.

Quest'oggetto rappresenta la delimitazione di uno spazio chiuso e può dunque risultare simbolo di rassicurante contenimento: durante il gioco psicomotorio le persone, piccole o grandi che siano, appoggiano spesso un cerchio sul suolo e vi si siedono o vi si accoccolano dentro restando poi immobili quasi ad assorbire la coscienza del proprio *luogo* e della propria completezza.

Può essere però anche, al contrario, simbolo di intrigante costrizione: ho visto diverse persone vivere una difficoltà fisica nell' abbandonare il cerchio, rappresentando con il gioco una barriera invisibile che impedisce l'uscita e ho visto altri liberarsi del cerchio come di una insopportabile corazza coercitiva.

Giocare in modo simbolico con i cerchi significa confrontarsi con le potenzialità che la vita ci offre e con

le limitazioni e le prove a cui, d'altro canto, ci sottopone, decidendo di volta in volta se accettare o rifiutare, se stare *dentro o fuori*.

Oltre allo spazio proprio il cerchio simboleggia anche lo spazio dell'altro e quindi la separazione dei territori. Un gioco frequente dei bambini è quello di infilare un cerchio o anche tutti i cerchi che riescono a trovare, sul corpo dell'adulto.

E' un modo per delimitare e limitare i poteri (l'onni-potere) dell'adulto ma anche quello di fermare e fissare l'adulto in un luogo dove poterlo con certezza ritrovare in caso di bisogno.

Una volta attorniato l'adulto con i cerchi spesso i bambini verbalizzano: "Adesso stai lì".

Durante gli incontri individuali con bambini psichicamente rinchiusi in una fusione (con la madre simbolica), accade di fare questo gioco che propongono loro stessi spontaneamente: seduti uno di fronte all'altro all'interno di un certo numero di cerchi appoggiati per terra o comunque infilati sul corpo, ci scambiamo lentamente i cerchi, uno ad uno, finché uno di noi li ha intorno tutti e l'altro nessuno.

Poi il gioco ricomincia finché i cerchi sono tutti intorno all'altro. Ci sono moltissime varianti e sfumature (tante quante i bambini): entriamo entrambi nello stesso cerchio uscendone poi alternativamente oppure i cerchi vengono gettati lontano e poi recuperati oppure i cerchi servono per colpire l'altro o per costringerlo.

L'esito evolutivo di questo gioco si verifica quando entrambi restiamo con un solo cerchio attorno e possiamo sorriderci, ognuno con il proprio spazio e la propria persona al centro di esso, riconoscendo all'altro la sua identità, nella distanza.

Distanze

Per crescere, per far evolvere la nostra personalità, la vita ci costringe più e più volte nel suo corso a sciogliere legami, a distaccarci da persone, cose e luoghi cari, ad abbandonare parti di noi stessi che non possono essere conservate.

La nostra stessa vita inizia con una separazione, che avviene apparentemente in poche ore ma che dura in realtà per parecchi anni: il lungo tempo necessario al bambino per costruire l'autonomia fisica e la coscienza di una individualità a se stante.

La natura ci ha dotato di strumenti formidabili per difenderci dai pericoli fisici e dal senso di angoscia cui andiamo incontro e che potrebbero annientarci nel corso del nostro primo distacco: la voce, lo sguardo, i gesti, gli spostamenti esistono proprio **per eliminare la distanza o per ricreare, pur nella distanza, quel legame rassicurante con l'altro** che all'inizio della vita è stato il garante della stessa sopravvivenza.

L'essere umano, forse proprio a causa della sua lunga gestazione, ha potenziato e amplificato moltissimo le sue capacità naturali di comunicazione: a quale desiderio primario rispondono infatti le più sofisticate tecnologie (telefono, fax, internet, televisione interattiva), se non a quello, inesauribile, di colmare le separazioni fra gli individui, di ristabilire, anche ad enormi distanze, l'impressione di essere *ancora* vicini, ancora in quella completa disposizione dell'altro che un tempo abbiamo tutti provato in modo completo e totalmente appagante?

Nell'ambito della psicomotricità relazionale l'area simbolica che riguarda **il tema della distanziamento viene rappresentata dalla FORMA della CORDA.**

Nel gioco psicomotorio usiamo corde di diversa lunghezza, spessore e colore.

I bambini, giocando con le corde, esprimono il loro vissuto del distacco, ancora in corso, dalla madre e dall'ambito familiare: la necessità di misurare la distanza per renderla sopportabile e vivibile; la possibilità di legare a sé persone e cose e portarle in giro *al guinzaglio* per poter **conquistare lo spazio senza perdere gli affetti e le sicurezze**; il coraggio e la sfida dello sciogliere il legame celebrando la gioia del correre lontano, nella libertà.

Esprimono anche le loro difficoltà: ci sono bambini che rifiutano di giocare con le corde e non ne sopportano neanche la vista, le gettano via o le rifuggono esprimendo l'angoscia insopportabile generata in loro dalla sola idea del distacco.

Ricordo un bambino dalla famiglia multiproblematica, affidato di volta in volta a conoscenti e ad estranei in modo discontinuo e disordinato, che infilava il capo di una corda sotto ai materassi, ai cuscini e ai cubi di gomma piuma, poi tirava la corda e assisteva sconsolatamente all'evidenza che la corda tornava sempre a lui senza nulla che la trattenesse dall'altra parte.

Egli stava anche per un'ora tenendo uno dei due capi della corda in mano (il *suo* capo) e verificando ancora e ancora, a livello simbolico, che nessun adulto affidabile si faceva carico dell'*altro capo* della relazione.

E' in questi momenti che la psicomotricità diventa formativa e terapeutica: dopo aver *letto* i significati del

gioco, lo/la psicomotricista interviene creando la possibilità di una risoluzione positiva.

In questo caso, potrebbe prendere il capo libero della corda, materializzando per il bambino la possibilità della presenza di un adulto affidabile, proporre un gioco di avvicinamenti e allontanamenti attraverso la tensione della corda per far sentire al bambino la forza del legame, lasciare e riprendere il capo della corda per esorcizzare la paura dell'abbandono... e molti altri giochi ancora.

La corda, simbolo del legame e del collegamento, è, non a caso l'oggetto preferito dai bambini che presentano **disturbi del linguaggio**.

L'essere umano non può parlare, e parlare correttamente, se l'operazione mentale del *legare* è disturbata da un vissuto emotivo sofferente e disarmonico riguardo all'affidabilità dei legami (degli affetti) nella distanza. La corda diventa così anche il principale strumento per la cura (ludica) di questo tipo di disagio o di patologia.

Gli adulti, in sede psicomotoria, giocano con la corda con la stessa simbolica dei bambini ma le modalità per stabilire o rompere legami sono, presso l'adulto, di maggiore complessità.

I giochi degli adulti sono quindi più variegati e di lettura più difficile: proprio per questo è prevista una fase di parola durante la quale ogni persona, aiutata dalle domande dello/a psicomotricista e di tutto il gruppo dei partecipanti, riesce a dare, in prima persona, la lettura dei significati dei propri giochi.

L'albero della vita

Simbolo di potere e di aggressione, ma anche di sostegno, di stabilità e di forza vitale, la FORMA - BASTONE (asta, palo, tronco) viene affidata, nel gioco psicomotorio, a **tubi di cartone di recupero** (vengono usati dai produttori di tessuti per arrotolarvi le stoffe), oppure da **tubi di gommapiuma colorata**, meno pericolosi dei bastoni di legno normalmente in dotazione nelle palestre sportive.

E' l'oggetto che viene usato nel gioco per affermare fortemente la propria personalità rivendicandola di fronte all'onnipotenza dell'adulto, se chi gioca è un bambino, di chi ha più potere o delle proprie coercizioni interiori (Super-io) se chi gioca è un adulto.

Aggredire lo psicomotricista con il *bastone*, ingaggiare con esso duelli, trafugare il bastone di sua proprietà sono giochi che mettono alla prova i poteri contrapposti di chi è già adulto e di chi lo sta diventando ed evidenziano **la capacità già acquisita di accettare il distacco**, la necessaria opposizione richiesta dalla crescita e la forza per sopportare il relativo senso di colpa, la gioia di sentirsi *grandi*, liberi e autosufficienti.

Le persone (bambini o adulti) che non riescono ad esprimere giochi di questo tipo soffrono spesso di un eccesso di dipendenza nei confronti delle figure genitoriali o delle regole morali.

Non essere in grado di fare o addirittura rifiutare questi giochi anche quando vengano fatti da altri, può anche evidenziare una tale quantità di rabbia repressa e negata nei confronti dell'adulto o di coloro che

dtengono un potere coercitivo, da rendere insopportabile la paura di poter esprimere in misura incontrollabile la propria stessa violenza.

E' spesso il caso delle persone che cercano di interrompere e fermare i duelli e i giochi di aggressione altrui, anche quando i duellanti stanno palesamente divertendosi nello scherzo della finzione.

Le valenze rassicuranti del *bastone*: sostegno, perno, albero della vita, vengono, d'altro canto, espresse in tutti quei **giochi nei quali l'oggetto serve come materiale solidificante e affidabile con cui costruire** rifugi o case (di stoffa, di carta, di cartone) oppure diventa palo della cuccagna, albero di barche e navi, asta di bandiera.

A volte diventa albero vero e proprio.

Negli incontri di psicomotricità con gli adulti, si assiste spesso a danze spontanee che coinvolgono tutto il gruppo dei partecipanti e che si sviluppano in senso circolare attorno ad un bastone/tubo/palo posto verticalmente al centro dello spazio.

Sono sempre danze dal ritmo cadenzato e ripetitivo ma, lungi dal sommergere il gruppo nella *trans* allucinatoria che spesso è tipica della regolarità ritmica, lancia al contrario i partecipanti in un crescendo di allegria che individua questo gioco come **rito di celebrazione della vita** e della vitalità.

Sia per gli adulti che per il bambini il *bastone* contiene valenze simboliche di ordine sessuale: viene messo fra le gambe e usato manifestamente come fallo eretto o, più nascostamente, come cavallo o scopa della strega.

Anche la valenza sessuale contiene i significati di forza vitale ed energia riproduttiva: ecco allora giochi in cui il bastone diventa bacchetta magica capace di

rimodellare il mondo o, più prosaicamente, pompa per annaffiare i fiori.

In una delle figure rupestri più antiche della storia dell'arte (Gobustan, Azerbaigian - Neolitico, V millennio a.C.) sono incise sulla pietra le effigi di un uomo e di una donna, progenitori ancestrali.

I loro corpi sono del tutto realistici ma gli organi sessuali sono raffigurati in forma simbolica e in particolare l'organo sessuale maschile è rappresentato sotto forma di alberello.

L'uomo è in piedi, con le gambe divaricate; l'albero si sviluppa a partire dal pube (come se avesse lì le sue radici) verso il basso (i rami toccano terra).

Dice Emmanuel Anati, studioso di queste antichissime forme d'arte rupestre: "Il linguaggio visuale dei cacciatori arcaici è un linguaggio universale, che non solo ha sistemi di rappresentazione e modalità di stile molto simili in varie parti del mondo, ma presenta anche associazioni di figure e di simboli derivanti da una medesima logica, indice di uno stesso modo di pensare e di esprimersi" (Le scienze n.354, pag.54).

Il linguaggio *primario*, che usiamo in psicomotricità relazionale, affonda le sue radici nella stessa matrice simbolica universale usata dall'antico incisore dell'Azerbaigian: l'albero, diritto o rovesciato è infatti un simbolo presente in tutte le civiltà del mondo e sta da sempre a significare **la conquista da parte dell'umanità della stazione eretta, della coscienza e dell'elevazione spirituale.**

Perno del mondo, è il garante di quella saldezza che con la sua immobilità centrale permette il moto circolare delle stagioni e dei cicli della vita.

La cavità interna al suo tronco è il canale che permette all'essere umano, abitante della Terra, di scendere negli Inferi e di salire al Cielo.

Permette, in altri termini, all'essere umano, di scandagliare le profondità del proprio inconscio, di elevare la propria spiritualità e di creare una sinergia fra queste due opposte/complementari dimensioni interiori.

INTERMEZZO

Nei precedenti articoli apparsi su Biolcalenda, ho cercato di esporre alcuni principi base della psicomotricità relazionale, il suo contesto e gli oggetti simbolici che vi si usano. Mi farebbe piacere se questa esposizione avesse fatto nascere delle curiosità, degli interrogativi e anche, perché no?, dei rifiuti e se qualcuno avesse voglia di scrivermi, alla redazione della rivista Biolcalenda.

Negli articoli successivi intendo raccontare alcuni percorsi psicomotori di bambini e adulti (nel massimo rispetto della privatezza di ognuno) e delle applicazioni della psicomotricità nei vari settori sociali. Questa volta, scrivo un intermezzo.

Dedicato ai signori uomini

E' in arrivo il Viagra, pillola miracolosa contro l'impotenza sessuale maschile (ma forse anche contro quella femminile), ovviamente dall'America (ah! se non ci fosse l'America!), e vengono prese d'assalto le farmacie della Repubblica di S.Marino dove è già in vendita.

Dal canto suo, lo Stato Italiano ha già deciso che sarà rimborsata dal servizio sanitario nazionale nella misura di un rapporto sessuale alla settimana, considerata evidentemente la dose necessaria e sufficiente per una vita sessuale *sana*.

Oltre alla scarsa sensibilità dello Stato, ci sarà un altro piccolo inconveniente: se il Cenerentolo in questione sbaglierà il calcolo dei tempi nell'assunzione del Viagra, il suo organo sessuale se ne andrà a nanna nel bel mezzo del ballo di mezzanotte senza neanche aspettare il cocchio di zucca e a nulla varranno le cure di tutte le fate del reame.

Senza parlare degli effetti collaterali dei quali, come al solito, nessuno fiata.

Da parte mia, vengo colta da un profondo senso di sconforto.

Cosa c'entra con la psicomotricità? C'entra, c'entra, e proverò a dire come.

Fino a qualche anno fa', i gruppi psicomotori di formazione e di autoguarigione per adulti erano frequentati quasi solo da persone di sesso femminile: in un gruppo di una ventina di partecipanti soltanto uno o due erano maschi.

Le ragioni apparivano fin troppo ovvie: **la psicomotricità viene messa in relazione con l'educazione e con i bambini e questi due ambiti sono da sempre considerati retaggio delle donne.**

Oltre a questo, la psicomotricità è un'attività che coinvolge il corpo, l'emotività, la creatività, e anche queste prerogative sembrano dover appartenere piuttosto al mondo femminile.

Da qualche anno questa tendenza si è però invertita e oggi abbiamo dei gruppi nei quali gli uomini

e le donne sono quasi in numero uguale e anche di questo possiamo trovare le ragioni nei **cambiamenti dell'assetto familiare e lavorativo della nostra società**: le professioni sociali o *d'aiuto* si sono estese ad altre età: anziani, tossico-dipendenti, portatori di handicap, carcerati, e parecchi uomini vi si sono dedicati.

Il disordine nei ruoli maschile e femminile nelle famiglie e nelle relazioni di coppia ha spinto alcuni uomini a ricercare le radici del loro ruolo dentro di sé.

D'altra parte, l'allarme crescente che viene dal mondo dell'educazione sull'assenza dei padri e sui danni formativi che quest'assenza sta provocando in un'intera generazione, ha convinto diversi padri a ricollegarsi col proprio bambino interiore, col proprio corpo e con la propria affettività.

Ma c'è un'altra ragione che spinge gli uomini ad affrontare un percorso di conoscenza di sé, ed è proprio **la problematica sessuale intesa in senso lato**, con tutti i suoi disturbi che sono molteplici, complessi e di cui l'impotenza è solo uno dei risvolti possibili.

L'organo sessuale è solo uno fra gli organi del nostro corpo e della nostra persona, ma più di altri è influenzato nel suo funzionamento dall'emotività, dall'affettività e dallo stile di vita: alimentazione, sonno, ritmi giornalieri di lavoro e riposo, spazi che concediamo o meno alla cura di noi stessi, alla creatività, all'espressione e realizzazione dei nostri desideri.

Curare il funzionamento di un organo sessuale non può significare altro, più che per qualsiasi altro organo, che curare l'equilibrio e l'armonia della persona che lo porta.

Certo, una pillola, hop e via!, è più veloce, ma ne risulta solo un Cenerentolo, non un uomo intero.

Ho visto uomini guarire dall'impotenza e da altri disturbi sessuali con la psicomotricità, ma non solo: anche con la bioenergetica, con lo shiatzu, con lo yoga, con la più tradizionale psicanalisi di parola, con una corretta alimentazione e con cure dolci che rispettano i ritmi naturali, insomma con tutti quei percorsi (ne esistono molti, ognuno può scegliere quello che sente più adatto a sé) che non curano soltanto il funzionamento meccanico di un organo modificando in modo temporaneo e fittizio un equilibrio chimico malato.

Sono percorsi che restituiscono ad un uomo la sua salute complessiva, il suo piacere non solo di *fare sesso*, ma anche di rilassarsi, di leggere un libro, di ammirare un paesaggio, di immaginare, di giocare con la propria donna e con i propri figli.

In sintesi, il piacere di volersi bene che ha probabilmente perduto nello stress quotidiano, nell'ansia della carriera e del procurarsi soldi e *beni* che nulla aggiungono al *bene* non solo di una famiglia ma anche a quello del più breve e fortuito dei rapporti che pretenda di non essere unicamente lo scarico meccanico di liquido seminale.

Mi concedo, come donna, come educatrice e come psicomotricista, il permesso di rivolgere ai signori uomini una richiesta a nome anche delle altre donne e dei bambini: vorremmo poter amare, amare veramente e profondamente, non solo dei Cenerentoli, ma degli uomini interi.

Penso inoltre di poter parlare a nome anche dei molti uomini coscienti e sensibili, in previsione del momento non lontano in cui il famoso Viagra e simili

sarà proposto anche alle donne e, sfortunatamente, molte donne rischieranno di cadere nella trappola.

Un bambino "sulla porta"

Racconterò, in questo e nei prossimi articoli, nel modo succinto necessario per questo spazio, la storia di alcuni percorsi psicomotori. I nomi delle persone, bambini e adulti, non sono quelli reali e ogni accenno alla privatezza familiare di ognuno è omessa. Inserirò soltanto le notizie strettamente necessarie per comprendere i significati dei giochi psicomotori.

Quando è arrivato alla psicomotricità, Dario era un bambino quasi inconsistente: camminava sospeso, come non volesse far rumore; toccava le cose con leggerezza e non riusciva né a sollevare né a trattenere nelle mani gli oggetti che avevano anche un minimo peso.

Li lasciava semplicemente cadere a terra ed era infastidito dal rumore dell'impatto.

La sua voce, che egli usava, a quattro anni, per esprimersi a parole in modo completo e corretto, era pallida come la sua pelle e l'estrema biondezza dei capelli.

In compenso, lo sguardo degli occhi, scuri, era penetrante ed assoluto, si fissava sulle cose, ma soprattutto nello sguardo altrui come a voler inglobare l'altro o, piuttosto, a farsi inglobare: era uno sguardo quasi insostenibile perché dava l'impressione che il bambino intero ti entrasse dentro in un attimo.

Aveva un equilibrio fisico instabile e cadeva spesso a terra durante gli spostamenti.

Ogni minimo dolore, causato anche dal contatto un pò ruvido con un oggetto, scatenava in lui delle reazioni di panico come se tutta la sua persona o la sua stessa vita fossero in pericolo.

Stava, guardando con questi suoi occhi grandi, abbarbicato alla mamma e non se ne voleva staccare.

Il suo viaggio psicomotorio iniziò, dopo qualche tempo di conoscenza ed esplorazione dello spazio accompagnato dalla mamma, quando accettò di varcare la porta della palestra da solo: si fermò sulla soglia, guardò la mamma che rimaneva nello spogliatoio e me dentro alla palestra e disse con grande tranquillità: **"Io sono sulla porta"**.

Questa era la sua vera presentazione (le parole dei bambini non sono mai casuali e a volte sono scolpite nella pietra): **gestato più a lungo del termine naturale e nato per parto cesareo**, Dario soffriva della profonda incertezza psichica dell'essere, o meno, ancora nel ventre della madre, dell'essere, o meno, un individuo completo e indipendente ormai staccato da lei.

Ciò creava in lui una presenza al mondo incerta e spaventata.

Il suo percorso fu dapprima individuale: restò a lungo abbracciato al mio corpo come sostituto della madre.

Restammo poi, a lungo (si parla di mesi: è assolutamente indispensabile attendere i tempi necessari ad ognuno per evolvere) rinchiusi dentro ad una tana-casetta che io costruivo ogni volta nello stesso modo, con cubi di gomma piuma e cuscini, facendo un gioco di **alimentazione reciproca**.

Io gli davo da mangiare e lui dava da mangiare a me: quanto questo bambino doveva consolare non solo se stesso per il distacco, ma anche la madre!

Quanto le madri, a volte e certamente mosse dal più grande amore, caricano i figli della propria paura del distacco!

La proposta della casetta era mia, la proposta del gioco del cibarsi era sua: lo/la psicomotricista propone oggetti che pensa siano adatti, ma che deve verificare siano effettivamente accettati, mentre il gioco è completamente proposto dal bambino.

Seguì il gioco dell'**andare a fare la spesa**: lui usciva e tornava, io uscivo e tornavo. Continuavamo ad alimentarci a vicenda.

Evitavo sempre, dopo un po', il suo sguardo, che ci avrebbe inchiodati in una fusione senza confini.

Quando uscimmo dalla tana-casetta, lo trascinai in **giochi di grande movimento**, di corse, arrampicamenti e salti, nei quali lui si lamentava, si rifiutava, cadeva, esprimeva panico al minimo dolore, ma, malgrado tutto, mi seguiva perché io sorridevo sempre e lo incoraggiavo fortemente.

Poi ci fu **il gioco dei cerchi**: Dario disponeva per terra i cerchi e dentro ogni cerchio metteva una palla più grande e una più piccola: sé stesso e sua madre.

La mia proposta di dare anche alla pallina piccola il proprio piccolo cerchio, separato ma attaccato a quello della palla-madre, fu accolto in principio con il solito panico, poi, piano piano, fatto proprio da Dario e tutte le palline ebbero il proprio piccolo cerchio.

Dario a questo punto assunse il controllo della propria guarigione: **allontanò i cerchi e li unì con le corde**: facevamo rotolare la palla grande e quella piccola sulle corde, l'una *in visita* al cerchio dell'altra.

Raccontare tutti giochi che seguirono sarebbe lungo; dopo essersi assicurato sulla **permanenza dei legami nella distanza**, Dario entrò nel gruppo dei coetanei e iniziò il suo viaggio nel mondo.

Ora sta concludendo il suo secondo anno di psicomotricità: non perde più l'equilibrio, corre, si arrampica e grida insieme ai compagni, ingaggia duelli stringendo fortemente nelle mani spade simboliche che riesce a rivolgere anche contro l'adulto (cosa che non riusciva a fare, per il timore di perderne l'amore), uccide mostri e bestie feroci impersonate dagli psicomotricisti.

Essi simboleggiano così la parte dell'adulto che, inconsciamente, non vuol lasciar crescere il bambino o lo vuole costringere troppo dentro alle proprie leggi.

Dario non fa più troppo caso al dolore, mostra i muscoli e dice di sé: "Sono grande".

L'anno scorso, all'uscita della palestra mi agganciava con quel suo sguardo totalizzante e mi diceva abbracciandomi: **"Ti voglio tantissimo bene"**.

Ora, dopo gli ultimi incontri, mi guarda ancora, quasi a voler mantenere un ricordo, e mi dice: **"Ti voglio abbastanza bene"**. Questo *abbastanza* che ha sostituito il *tantissimo*, è la parola della sua guarigione.

Sola, nel Giardino dell'Eden

C'era una volta un Giardino dell'Eden, troppo bello per essere vero, troppo perfetto per poterci camminare, troppo immobile per poterci vivere: questo era il segreto di Alessia, e ci volle un anno di attività psicomotoria perché lei si decidesse a confidarmelo.

Durante il suo primo anno di psicomotricità, giocò sempre da sola, anche se faceva parte di un gruppo di sette coetanei di cinque/sei anni che avevano trovato subito un'ottima intesa di gioco collettivo e che la invitavano inutilmente a partecipare.

Lei giocava molto, ma sempre per conto suo, con un volto serio e piuttosto statico e uno sguardo di disapprovazione e quasi di disprezzo per gli altri.

Camminava in punta di piedi pur avendo un ottimo equilibrio: tutto il suo atteggiamento sembrava dire: "Non mi degnereò di camminare su questa terra, non mi avrete, non starò con voi".

Quando parlava a volume normale, balbettava, mentre parlava perfettamente quando gridava per difendere i suoi giochi e il suo territorio dalle intrusioni altrui.

Costruiva enormi *tane* ammassando tutti i cuscini di cui riusciva a impossessarsi anche con l'aggressione e li ricopriva con grandi tele in più strati.

Ci si infilava poi come una talpa e scompariva dalla vista per lungo tempo.

Quando emergeva, cavalcava spesso un grande **tubo/tunnel di gommapiuma** saltandovi sopra; l'elasticità della gommapiuma reagiva come una molla e lei si accaniva su questo oggetto come fosse un cavallo selvaggio da domare.

Se qualcuno si avvicinava, ruggiva e mostrava le unghie come una tigre.

Fu sottomettendomi a questa *tigre* che entrai in relazione con lei: la divertiva moltissimo vedere la mia paura e dopo poco **si decise ad aggredire me al posto del tunnel.**

Ci fu un periodo di lotte, fino al giorno che non la lasciai più vincere, la tenni stretta con la forza

dell'adulto e le feci sentire i limiti del bambino, così Alessia **si permise finalmente di piangere** e di abbandonarsi, seppure per poco, al mio abbraccio.

Il suo viso aveva lasciato l'immobilità, che straordinariamente manteneva anche quando lei gridava e ruggiva, si era arrossato e, nel breve rilassamento che seguì il pianto, mi fu concessa l'ombra di un sorriso.

Da quel momento Alessia accettò i giochi collettivi di grande movimento: le arrampicate, i salti, le corse, ed iniziò una relazione di gioco con un altro bambino che aveva la tendenza ad isolarsi.

Condividavano il disprezzo e una certa marcatura del territorio che lui esprimeva con lo sputo, ma finalmente Alessia rideva nella complicità.

Alla fine dell'anno, dopo una lunghissima accettazione dei suoi tempi, incontrai Alessia da sola e le presentai la palestra vuota, con tutti gli oggetti ordinati lungo le pareti. Le dissi: "Oggi metti tu le cose come ti piace di più" e lei cominciò a materializzare davanti a me il suo grande segreto.

Era una distesa uniforme di tappeti, materassi e cuscini tenuti insieme e strettamente recintati da un anello di corde tutto intorno.

A un capo di questa distesa troneggiavano due grandi cerchi, uno rosso e uno blu, ognuno meticolosamente appoggiato nel centro di un cubo/altare dello stesso rispettivo colore, simboli di una ieratica presenza del padre e della madre a custodia dell'ordinata immobilità dell'insieme.

Durante tutta la costruzione, mai Alessia era entrata nel recinto e sopra la grande *prateria* (il colore prevalentemente verde dei tappeti contribuiva all'effetto): era riuscita a disporre tutto standone fuori.

All'altro capo della distesa, opposto all'effigie dei genitori, fluttuava in un mare di pavimento vuoto il tunnel, collegato all'insieme della costruzione soltanto da una sottile corda: simbolo della desiderata/temuta porta d'uscita dall'Eden.

Il tunnel era il cavallo selvaggio che aveva cercato di domare per tutto un anno: forse per trovare il modo di attraversarlo? di varcare la porta di uscita?

Guardammo, alla fine, la sua costruzione in silenzio: lei vedeva davanti a sé un'immagine che conosceva da sempre, io cercavo di comprendere un *discorso* fatto di forme, colori e posture del corpo che Alessia mi stava confidando/affidando, e anche restituendo, visto che lo/la psicomotricista è spesso un genitore simbolico.

Non racconterò qui, per le ragioni di privacy già esposte, le corrispondenze fra lo scenario di Alessia e la sua situazione familiare, che fu a lungo parlata con dei genitori attenti e disposti al cambiamento.

L'importante era capire che il suo problema, ciò che le impediva di comunicare con gli altri e di frequentare con piacere e partecipazione il mondo, stava in quella immobile perfezione, amata ma invivibile.

Lei stessa non poteva entrare, poteva solo contemplare da *un esterno* che era in realtà un limbo senza uscita. Entrammo insieme nel prato rompendone l'incantesimo e lo fiorimmo di palline colorate che le offersi (parti di Alessia che si andavano ricomponendo).

All'inizio del secondo anno di psicomotricità, Alessia è entrata correndo nella palestra e ha cominciato subito a giocare con gli altri bambini.

Ora cammina con i talloni a terra, balbetta solo qualche volta e soprattutto gioca sempre con gli altri e ride molto.

Sta frequentando serenamente la prima elementare.

Ha ripetuto e ripete ancora e ancora un gioco: costruisce un recinto (con qualsiasi oggetto possa trovare, tubi o corde o cubi di gommapiuma), lo riempie di palline e le fa muovere dentro al recinto.

Aspetta e desidera l'intervento degli psicomotricisti o di altri bambini, che **aprono ogni volta dei varchi nel recinto per far uscire gioiosamente le palline.**

Fra non molto troverà in se stessa la forza e il piacere, che sta sperimentando attraverso gli altri, di aprire il varco da sola.

Il suo atteggiamento adesso sembra voler dire: "In realtà vi desidero: aiutatemi a raggiungervi".

Adulti

La psicomotricità, l'abbiamo già detto, è materia piuttosto sconosciuta. Esistono però, intorno ad essa, delle convinzioni da parte della pubblica opinione, che non sempre corrispondono allo stato attuale di questa pratica e della ricerca che viene svolta nel suo ambito.

Una di queste convinzioni errate è che la psicomotricità riguardi solo i bambini e in particolare i bambini molto piccoli.

Una quarantina d'anni fa, la psicomotricità prese effettivamente le mosse dall'esigenza di riformare l'insegnamento dell'educazione fisica nelle scuole materne ed elementari; ma nell'arco di qualche anno si evidenziarono, all'interno della ricerca psicomotoria,

due concetti di grande importanza per gli sviluppi successivi.

Uno emerse dall'osservazione della pratica stessa: il movimento, **le posture e il gioco corporeo del bambino piccolo non possono essere ristretti nella definizione di *esercizio fisico* e neppure in quella di *esercizio imitativo* ma rivestono funzioni molto più importanti** rispetto allo sviluppo delle funzioni affettive, emotive e mentali, poiché pongono le fondamenta dei processi simbolici e di astrazione.

L'altro concetto, ed arriviamo agli adulti, era già stato evidenziato e studiato sia dalla psicoanalisi che dall'antropologia.

L'essere umano struttura la sua personalità nei primissimi anni di vita in base alle relazioni e ai comportamenti che conosce all'inizio: un'epoca in cui le esperienze si iscrivono nella persona attraverso canali vitali ed emotivi piuttosto che razionali e sono destinate a depositarsi nel profondo per continuare ad informare i suoi comportamenti per il resto dell'esistenza in maniera prevalentemente inconscia.

Gli studi recenti, legati alla psicosomatica e alle discipline che considerano l'essere umano come una unità corpo-mente, hanno ulteriormente arricchito questo concetto, forse un po' troppo meccanico, della prima psicoanalisi.

Ipotizziamo che esista un *progetto di vita* che il bambino piccolo elabora, non certo a livello della corteccia cerebrale, ma piuttosto nelle profondità vitali ed energetiche del suo corpo.

Un progetto che, successivamente, può trovare conferme o sconferme; sostegni, aperture, sviluppi o, al contrario, negazioni, chiusure, blocchi.

In realtà, ogni persona incontra esperienze sia positive che negative durante il suo sviluppo, e sono la qualità e le quantità di questa alternanza che producono **la sopravvivenza o meno del primo progetto di vita, della forza propulsiva e vitale del bambino che l'aveva elaborato.**

Gli adulti che avvicinano la psicomotricità hanno delle motivazioni professionali (lavorano in campo educativo o formativo; desiderano diventare psicomotricisti) ma intraprendono di fatto un viaggio alla ricerca di quel primo progetto per conoscerlo e riconoscerlo, liberarlo dagli impedimenti che può aver incontrato nel corso della vita , dargli nuovamente la possibilità di produrre energia vitale e di utilizzare al meglio le risorse naturali della personalità.

Queste sono le ragioni per cui la psicomotricità, oggi, riguarda tutte le età ed è sempre più esteso il ventaglio di persone che la praticano in età adulta unicamente per raggiungere una maggiore consapevolezza di sé.

Tre madri

Giulia, Anna e Marta (chiamiamole così) sono tre donne fra i trenta e i quarant'anni che hanno frequentato i gruppi di psicomotricità per gli adulti in anni diversi e non si sono mai conosciute fra loro.

Ciò che le accomuna è l'effetto che l'esperienza ha avuto su di loro, *guarendole* dalla sterilità. Nessuna di loro aveva iniziato il percorso con questa aspettativa.

Giulia è un'educatrice di scuola materna ed aveva motivazioni professionali, Anna era impiegata e

desiderava formarsi per una professione *più umana*, Marta non sapeva chiaramente perché era venuta.

I suoi motivi erano comunque personali: il desiderio di conoscersi meglio e una certa insoddisfazione generalizzata riguardo alla vita.

Ma la problematica o il desiderio preponderante, anche se inconscio, di ognuno, si esprime spesso in psicomotricità **attraverso il primo oggetto che viene scelto per il gioco simbolico** e tutte e tre queste donne iniziarono il loro gioco dalla grande palla (dal diametro di 120 centimetri), capace di sostenere anche il peso abbandonato di un corpo adulto.

Quest'oggetto è portatore dei significati simbolici legati all'origine della vita: è la madre (la madre che abbiamo avuto, la madre che siamo, la madre che vorremmo essere) ma anche **la fonte energetica e vitale primaria, la Madre archètipa.**

Giulia era una donna forte, dalla tonicità rigida e piuttosto spigolosa; anche la sua parola, nei momenti verbali, era tagliente e oppositiva.

Il suo primo rapporto con la grande palla fu di prenderla a calci e pugni.

Molto tempo e molti giochi dopo, Giulia poté prendere coscienza del vuoto lasciato in lei da una madre distratta e lontana, della sofferenza della bambina del passato e della sua caparbia e inconscia decisione di non volere mai e poi mai percorrere la stessa strada e far patire ai figli lo stesso dolore.

Questa era l'origine di una sterilità scientificamente inspiegabile: Giulia risultava infatti fertile alle analisi mediche come il marito con il quale viveva un rapporto appagante da più di dieci anni.

Anna era invece una persona dolce e pacata, che si muoveva preferibilmente a terra come qualcuno che

si sente stanco; **la sua relazione con la grande palla fu a lungo fusionale: l'abbracciava o vi si abbandonava con tutto il corpo** e restava immobile con lo sguardo velato di malinconia.

Abbastanza presto verbalizzò la perdita della madre in tenera età e il peso della responsabilità dei fratelli minori cui aveva lei stessa dovuto far da madre.

Aveva combattuto la sterilità con diverse cure, compresi vari tentativi di fecondazione artificiale, tutti falliti.

Marta era una donna capace di inventare giochi ironici e creativi, giovane e simpaticamente sfrontata.

Le piaceva fare *il ragazzino* e i suoi oggetti preferiti erano corde e bastoni con cui stuzzicava, imprigionava e sottometteva gli altri al proprio volere.

Solo quando arrivava **nei dintorni della grande palla cambiava atteggiamento: ne diffidava, la toccava con precauzione e ne sembrava quasi intimorita.**

Durante la parte finale del suo percorso riuscì a confessare a sé stessa di aver ricoperto con la maschera della spavelderia maschile il dolore di una carenza genetica diagnosticatale fin dall'infanzia, che (le avevano detto i medici) le avrebbe precluso la maternità.

E lei, **per non soffrire, aveva dimenticato.**

Quando riuscì a ricordare e a superare il primo impatto molto doloroso, dilagò in lei un desiderio talmente carico di urgenza da permetterle di rimanere incinta dopo solo qualche mese.

Ha terminato il suo percorso psicomotorio, personale e professionale, con il volto dolce e il corpo aggraziato della donna che attende un figlio: ogni aggressività era sparita.

Giulia pratica attualmente la psicomotricità nella scuola materna in cui lavora ed è mamma di due bambini, di cui uno è stato concepito nel corso stesso della sua formazione.

E' riuscita, dopo un travagliato e molto difficile perdono, a ricontattare sua madre (anziana signora che vive all'estero) e a donare una nonna ai suoi figli.

Anna è rimasta sterile, nel suo corpo fisico: nessuna pratica umana ha il potere di compiere miracoli.

Ha però trovato un'altra strada possibile, praticabile e forse addirittura più fortemente motivante per la maternità: l'adozione.

La sua bambina, adottata a tre anni, ne ha oggi sette ed è una vera figlia con dei veri genitori.

L'essere umano e i suoi desideri sono così straordinari: quando un organo fisico non riesce a svolgere le sue funzioni, esiste la possibilità che altri organi se le assumano.

Così, in questo caso, a restare *incinta* è stato il cuore.

Un pezzo d'uomo

La presenza maschile nei gruppi di psicomotricità degli adulti era, fino a qualche anno fa', molto rarefatta: un rapporto di circa uno a dieci rispetto alle donne.

Attualmente, però, la tendenza si va invertendo e la presenza maschile si avvicina al quaranta per cento.

Gli uomini che partecipano ai gruppi desiderano spesso diventare psicomotricisti ma esprimono anche

una necessità di percorso personale di coscienza, non sempre consapevole e certamente non facile da affrontare.

Le generazioni precedenti trasmettevano, a volte in modo fermo, a volte addirittura autoritario, ai bambini e ai giovani, **un modello chiaro del ruolo maschile**: la forza necessaria per poter assumere responsabilità sociali e familiari, il piacere della conquista e della competizione, l'aspirazione alla dinamica mentale che presiede all'invenzione e alla fabbricazione.

Un'economia non ancora opulenta e la presenza delle guerre avevano contribuito a mantenere saldo, in Occidente, questo modello che si è andato invece svuotando progressivamente e molto velocemente a partire dal dopoguerra.

Iniziando dal rifiuto della violenza e della distruzione, che avevano segnato profondamente coloro che la guerra l'avevano appena vissuta, passando attraverso la forte rivendicazione femminile del diritto al lavoro e alla decisionalità, la società attuale è giunta allo spostamento della competitività a livello mediato: benessere economico, carriera, immagine.

Tutti cambiamenti che contengono aspirazioni positive ad un modo di vivere più umano, ma che hanno avuto come risultato una specie di veloce cancellazione, insieme agli aspetti deteriori ed eccessivi della maschilità, anche i suoi aspetti formativi e fondanti delle personalità, soprattutto dei giovani maschi.

In questo vuoto di riferimenti, i padri delle generazioni attuali, occupati da forti contraddizioni rispetto al proprio stesso ruolo, si sono trovati a **delegare ancora più di prima alle donne**

l'educazione dei figli, pur occupandosi molto di più delle generazioni precedenti dell'accudimento (dar da mangiare, vestire, accompagnare a scuola ecc...).

Alcuni hanno scelto di rifiutare del tutto il ruolo di padre, abbandonando mogli e figli, altri hanno reagito alle incertezze costruendo modelli educativi di eccessiva fermezza se non addirittura di violenza più o meno evidente.

Gli uomini che partecipano ai gruppi di psicomotricità (i ventenni/trentenni, ma spesso anche i quarantenni/cinquantenni) portano già tutto il peso di questo scempenso nei modelli di riferimento.

Il risultato è spesso un uomo adulto nel corpo e nelle prestazioni sociali che contiene un bambino sofferente, ribelle o insicuro.

Così era Riccardo (chiamiamolo così), che non ricordava come si sorride, come si gioca e come si ama, che non riusciva ad avere alcun rapporto simbolico con gli oggetti psicomotori e che si relazionava al gruppo soltanto *imprigionando* le donne, aggredendo violentemente gli uomini e facendo trasparire una sessualità gravemente disturbata.

Il suo vissuto profondo fu chiarito quando alcune compagne di percorso giocarono a fare le neonate: prima le accudì con imprevedibile delicatezza, poi le seppellì sotto un enorme materasso quasi non potesse reggerne la vista e il contatto.

Il bambino antico emergeva con tutte le sue esigenze inascoltate (dai genitori prima, da lui stesso poi) e gridava troppo forte.

I conduttori e il gruppo gli offersero un luogo dove poter depositare e consolare queste grida.

Diversa, ma in fondo anche molto simile, è stata la storia di Giuseppe (chiamiamolo così), un *pezzo d'uomo*

alto e robusto, che portava giubbotti di pelle cavalcando potenti moto, e lunghi capelli biondi.

Ma, appena varcata la soglia dello spazio psicomotorio, la sua imponenza (e bellezza) fisica diventava rigida e impacciata, i suoi passi incerti fino a non riuscire a controllare alcuno squilibrio o caduta a terra.

Le sue gambe, pur essendo fisicamente robustissime, non erano in grado di reggere la sua grandezza e il suo peso (la concretezza dell'età adulta) e più volte aveva danneggiato, nella vita reale come anche in sala di psicomotricità, tendini e legamenti.

Un suo gioco era: *pestare i piedi*.

Uno squilibrio di forze nell'educazione (un padre eccessivamente coercitivo che aveva tentato di decidere la direzione della sua vita, una madre eccessivamente accondiscendente) aveva creato un adulto nel quale *il pezzo visibile* era fortissimo, ma *il pezzo bambino* continuava a dimostrare platealmente e dolorosamente l'urgenza di venire ascoltato e rafforzato nel suo legittimo e personale progetto di vita.

L'educazione motoria a scuola

Dopo una prima fase di totale diffidenza delle istituzioni educative verso la psicomotricità, con cambiamento abbastanza repentino, all'interno di asili nido e scuole materne, a volte anche nelle scuole elementari, i genitori si sono visti proporre attività psicomotorie per i loro figli, comprese nel programma e nell'orario istituzionale.

Se però cerchiamo di capire di cosa si tratti (posso parlare a ragion veduta, perché mi occupo di aggiornamenti e sono consulente di diversi Comuni per l'aggiornamento del personale educativo), ci troviamo spesso di fronte a bambini che giocano in modo più o meno disordinato nell'atrio di asili e scuole o che dispongono effettivamente di uno spazio dedicato al movimento, ma non dispongono di personale sufficientemente formato.

Una volta si parlava di *educazione fisica*, che tutt'ora ha le sue regole e le sue competenze, insegnate con un curriculum di studi ben definito (Istituto Superiore di Educazione Fisica) e che, se correttamente usata, ha senz'altro un suo spazio di tutta legittimità nell'educazione.

Ma, evidentemente, *l'abitudine alle mode* è più forte (e, in questo caso, più comoda) della necessità di definire i diversi settori dell'educazione e la formazione del personale, così ci troviamo di fronte a questa realtà: i genitori si sentono allettati da una parola nuova, difficile e un pò esotica e i bambini non possono usufruire né di una vera educazione fisica né di una vera psicomotricità.

Esistono, ovviamente, educatrici e insegnanti che, di propria iniziativa e a proprie spese, hanno intrepreso la formazione psicomotoria ed hanno quindi tutta la competenza necessaria, ma sono rare, perché questa formazione è lunga e impegnativa, sia a livello personale che materiale (tempi e costi).

Un decreto del Ministero della Sanità (17/01/1997, N°56) ha stabilito, finalmente!, una definizione della psicomotricità e della figura professionale che è abilitata a praticarla, e anche se non corrisponde pienamente alle aspettative che da vent'anni gli

psicomotricisti riservavano a questa legislazione, speriamo possa portare almeno un pò di chiarezza.

Ci aspettiamo dunque, sia da parte di chi è preposto alla programmazione educativa a livello istituzionale, sia dalla capacità di vigilanza dei genitori, una maggiore attenzione per i termini e per i contenuti delle attività offerte ai bambini.

Penso che esista la necessità e la possibilità che il personale educativo venga seriamente formato per attuare una corretta e valida educazione motoria a tutti i livelli della scuola della prima infanzia e dell'infanzia, lasciando agli psicomotricisti professionisti una disciplina che prevede spazi e attrezzature proprie e indispensabili, oltre ad una competenza riguardo ai significati profondi del gioco simbolico e alla loro lettura.

Concetti che, se non conosciuti o conosciuti superficialmente, possono anche far diventare l'attività più negativa che positiva per i bambini.

Ricordo che il metodo psicomotorio, in attesa di indicazioni statali circa il curriculum formativo, si acquisisce attualmente in Italia presso le diverse scuole private di durata triennale o quadriennale.