

Relazione di Matilde Cavaciocchi in occasione del convegno "Dalla Testa ai piedi, l'uso del corpo nel disagio –Quattro anni di esperienza dell'Arca"

In questi anni mi è capitato di lavorare sul disagio su più fronti, ho insegnato Judo e Ken Jutsu al Ceis, la comunità di recupero per i tossicodipendenti, ho insegnato Judo, o meglio giocolotta ai cosiddetti ragazzi a rischio, i piccoli utenti della cooperativa Alice, ho lavorato con le insegnanti di sostegno utilizzando alcuni aspetti delle arti marziali e facendo anche interventi sulla comunicazione e sul problem solving, ed ancora nella scuola, facendo incontri con insegnanti e genitori, direi sulla prevenzione del disagio attraverso l'approfondimento della comunicazione, ma l'intervento di cui vorrei parlare oggi è quello che riguarda l'insegnamento del Judo e del giocolotta nelle scuole a Prato.

A proposito dei sottosistemi viventi Arthur Koestler ha coniato il vocabolo "olone", in quanto sono sia totalità, sia parti di un sistema, sottolineando che ciascun olone ha due tendenze opposte: una tendenza integrativa a funzionare come parte del tutto, ed una tendenza autoassertiva a preservare la sua autonomia individuale. In un sistema biologico e sociale ogni olone deve asserire la sua individualità allo scopo di conservare l'ordine stratificato del sistema, ma deve anche assoggettarsi alle richieste del tutto allo scopo di rendere vitale il sistema. Queste due tendenze sono opposte ma complementari. In un sistema sano, in un individuo, in una società, in un ecosistema sani c'è equilibrio fra integrazione e autoasserzione.

Questo equilibrio non è statico ma consiste in un'interazione dinamica fra due tendenze complementari, che rende l'intero sistema flessibile e aperto al mutamento.

In questi due anni sono stata chiamata, indistintamente sia dal Trofeo Città di Prato che dal Coni, ad intervenire nelle classi dove talvolta c'erano problematiche manifeste, oppure dove i problemi relazionali più grossi riguardavano pochi bambini o dove si voleva fare prevenzione con interventi mirati, senza che il disagio si fosse strutturato.

Che in alcune classi ci fossero delle situazioni per così dire difficili mi è stato verbalizzato chiaramente dagli stessi insegnanti che lo hanno comunicato facendo capire di avere bisogno anche attraverso l'attività motoria di qualcuno che intervenisse al di là di loro o insieme a loro, comunque in maniera sinergica nell'affrontare questo problema.

C'è da notare che queste richieste col passare del tempo sono aumentate, come se (e non mi vorrei sbagliare..) come se dicevo, la pratica di un'arte marziale fosse vista in qualche modo come qualcosa che disciplina, che educa, che forma e riequilibra.

Questo è vero, io sono un'insegnante di Judo, ed è vero che il Judo è nato come disciplina, come Via, come metodo educativo, e che attraverso una pedagogia marziale particolare conduce attraverso principi etici precisi a una sorta di autorealizzazione dell'individuo, il quale è tenuto poi a contribuire al bene comune, riportando agli altri ciò che è servito a lui per crescere, testimoniando questa evoluzione nella vita oltre che sulla materassina, essere sani per essere utili. Questo naturalmente nelle palestre dove c'è un'accezione tradizionale del Judo, laddove esiste un'accezione meramente sportiva non posso garantire che l'aspetto educativo sia così marcato, o che addirittura esista.

La realizzazione del principio del Judo, che è "tutti insieme per crescere e progredire, attraverso il miglior uso dell'energia" passa comunque dal corpo e dalla pratica, non può proprio per sua natura prescindere da ciò e rimanere un semplice costrutto intellettuale. Il modo come dire, tradizionale, quindi educativo e non solo sportivo, nel quale un insegnante di Judo comunica il suo insegnamento deve essere centrato sul rispetto, per se stessi e per gli altri oltre che per il proprio ambiente, e soprattutto sulla collaborazione, sulla cooperazione, che in un primo momento sarà limitata al nostro compagno, e poi, quando la coscienza si allargherà, sarà rivolta verso l'intero ambiente. La base etica, filosofica e pedagogica sulla quale Jigoro Kano ha eretto la disciplina del Judo non è lontana da quella che viene chiamata educazione attiva, promossa da Dewey, Baden Powell, la Montessori ed altri ancora, per cui il giovane ha un ruolo attivo nella propria educazione, che è perseguita attraverso qualcosa di pratico, di vivo, di reale, mentre si fa, e non attraverso un ascolto passivo o un insegnamento cattedratico.

Se il fondamento etico del Judo risiede nell'autorealizzarsi per poi contribuire al bene comune, il lato esteriore, pratico, visibile del Judo è quello di una forma di lotta, ma è proprio lottando, vivendo materialmente l'opposizione che si possono apprezzare contenimenti, regole, quelle determinanti per le quali si capisce di essere comunque in una sorta di simulazione, dove ci affrontiamo su di un tappeto, con un certo abbigliamento, sotto la guida attenta di un maestro, ma mai e poi mai ci sogneremo di fare questo fuori di lì, in un contesto diverso, con persone diverse che non conoscono il Judo e le sue leggi. Aggiungo che la questione va anche oltre: se qualcuno si ricorda "Mon oncle d'Amerique" di Resnais, Laborit spiega bene come situazioni esistenziali intollerabili, che normalmente porterebbero a depressione, astenia, tristezza siano invece molto ben sopportate se si ha la possibilità di lottare.

Credo che siano queste la ragione per cui al momento c'è una importante richiesta di questa attività anche in ambito scolastico, proprio perché ripropone l'opposizione, il combattimento con tutte le reazioni fisiche e mentali che ne derivano, ma non prescinde da un apparato teorico, educativo e filosofico preciso, che attenzione, se non è implicito ed esplicitato, magari per incuria o incompetenza dell'insegnante, rischia invece di suscitare emozioni e sentimenti di tipo opposto come rabbia, aggressività, senso di ingiustizia, incapacità e impotenza.

Quando si parla di disagio si parla molto spesso di una realtà interpersonale del bambino in cui le regole, le gerarchie se vogliamo, la ragionevolezza, la giusta sequenzialità e causalità esistenziali sono in qualche modo compromesse, per cui il problema nel quale spesso si incorre è una difficoltà, talvolta un'impermeabilità da parte del bambino o del ragazzo rispetto a tematiche formative, educative, essenziali invece per l'equilibrio complessivo dell'ambiente e dei singoli.

Ma il malessere non è mai di una persona sola, in una famiglia se c'è un solo elemento che lo manifesta è perché la famiglia lo esprime attraverso di lui, è lui che porta in sé il messaggio della famiglia, è lui che rispecchia nel suo atteggiamento il malessere, la sofferenza, l'inadeguatezza.

Il disagio è comunque una forma di marginalità.

Dico questo perché quando si parla di disagio spessissimo ci si riferisce a quelle situazioni mal gestibili in cui imperano confusione, disubbidienza, disattenzione, a volte violenza

verbale e fisica, prepotenza e insufficienza, e quasi mai quando notiamo virtuosismi in senso opposto, cioè un'eccessiva educazione, un eccessivo autoperfezionismo, alcuni bambini rasentano una seriosità, un adultismo quasi maniacale, di cui un insegnante dovrà stare molto attento a compiacersi, pena il rischio di sostenere un atteggiamento privo di spontaneità.

Tornando a parlare di disagio e di educazione, il mio quesito rispetto all'insegnamento del Judo in situazioni "difficili" è sempre stato questo:

si educa quando c'è spontaneità, quando c'è libertà, si educa perché la libertà senza educabilità rischia la disorganizzazione, la dispersione e l'educabilità senza libertà rischia l'indottrinamento, la sovrimpressionazione delle mie cose sulle tue, ma se non c'è libertà, se non c'è educabilità, se rispetto a queste cose i valori, i parametri di un bambino sono sottosopra in che senso deve andare la mia azione educativa?

Magari è identificato in un modello genitoriale sofferente, magari agisce per ingiunzione familiare, magari sta attuando un suo copione familiare, magari quello che gli propone un operatore va contro ciò a cui la famiglia l'ha comunque condotto, magari ha tanta di quella rabbia che non accetta regole.

Quando lavoravo in cooperativa con i ragazzi a rischio vedevo quanto gli operatori facevano per loro, e quanto tutto quello che loro costruivano di giorno veniva generalmente capovolto la sera dalle famiglie, con le quali la cooperativa deve peraltro interfacciarsi e trovare necessariamente un accordo, perché è lì che i bambini tornano, non si può smontare la famiglia ad un bambino, non ce la può fare a sostenere questo processo, a meno che la situazione non sia particolarmente grave, e qui parlo di violenze, abusi e quant'altro, insomma, situazioni da affidò, che esulano da questo contesto.

La mia esperienza con i tossicodipendenti in recupero mi ha mostrato come agisce la comunità, cioè in un senso c'è moltissima psicoterapia, nell'altro c'è vita comunitaria e lavoro scanditi da moltissime regole, la comunità è un'esperienza durissima, ma c'è lo spazio e il tempo per destrutturare una persona e poi ristrutturarla, attraverso un percorso forte ma articolato, dove la persona ha un'enorme opportunità di rintracciare nel suo passato le ragioni per cui è arrivato fin lì, di starci male, di leccarsi le ferite e poi un po' alla volta di risalire la china, con nuove consapevolezza, con nuove energie, ma per un bambino questo percorso è ovviamente impossibile.

Quindi ritorniamo alla domanda : cosa educo in quel bambino la cui scala di valori è sottosopra, che evidentemente vive situazioni particolari che non gli permettono di avere una vita sociale equilibrata e serena?

Credo che il bambino vada considerato nel complesso, come una componente di un sistema, e che sia opportuna con quel bambino un'azione sinergica, che in qualche modo comprenda la sua famiglia dalla quale in genere nascono e si sviluppano le problematiche che lui poi riporta. Non è possibile pensare di agire solo su di lui, a meno che non si facciano interventi tali da provocare una reazione nella famiglia.

E un educatore questo lo deve sapere, non ci si può aspettare in quei casi in cui il malessere è più radicato che vengano date le regole e che siano automaticamente rispettate.

Quest'inverno mi è capitata una classe la cui maestra mi ha comunicato di avere un grande bisogno di un'azione rieducante, che poteva essere messa in atto all'interno dello spazio della motoria, insomma in un contesto diverso dal solito.

Il lavoro con questa classe è stata un'esperienza difficile, c'erano oltre 25 bambini (tanti) cinque dei quali fortemente problematici, che facevano il bello e il cattivo tempo della classe, rissosi, maneschi, sempre protagonisti della scena, tutti leader, per cui molta se non spesso tutta l'attenzione degli insegnanti doveva essere necessariamente rivolta nei loro confronti. Le prime lezioni stavo anch'io molto attenta a loro cercando di catturare il loro interesse, pensando che se concentravo la mia azione su di essi la cosa sarebbe andata meglio, e invece dopo un po' mi sono resa conto di avere peccato di ingenuità, perché così facendo mi allontanavo piuttosto dalla potenzialità buona della classe, cioè la rimanente, quell'unica parte che poteva rispondere positivamente alla mia presenza. Questa mia presa di coscienza culminò quando un giorno chiesi ad un certo bambino di allontanarsi dalla palestra dopo che da mezzogiorno continuava a non fare niente e a picchiare gli altri, e lui mi rispose che mai e poi mai si sarebbe allontanato perché pagava per essere lì. Un po' insistetti, poi lasciai perdere perché stava diventando un gioco al massacro, e riconquistai la mia autorità (che era stata messa fortemente a rischio) impedendo agli altri bambini di giocare con lui.

Questo bambino era solito comportarsi così con tutti i suoi insegnanti, con un conseguente enorme senso di solitudine, perché mettere in crisi l'autorità esterna significa di fatto privarsi di punti di riferimento essenziali, se nessuno mi può dire cosa fare io sono solo, se nessuno può pensare a me dandomi limiti e regole mi devo prendere la piena responsabilità di me stesso, e per un ragazzino di 10 anni è un po' troppo, non vi pare? Ci parlai in seguito, gli dissi che così rimaneva solo, gli dissi che questo suo atteggiamento faceva soffrire solo lui, e decisi di lasciarlo un po' in secondo piano. Si parlava della parte rimanente della classe...

La parte rimanente della classe peraltro si era organizzata in gruppi e sottogruppi nei quali era anche difficile penetrare, visto che stringersi insieme sembrava essere una loro modalità di sopravvivere all'esuberanza di questi 6, quindi decisi di fare dei lavori in ulteriori gruppi, scompagnati, diversi dal solito, composti ad hoc dall'insegnante dopo una mia richiesta in questo senso.

Questo mescolamento di personalità, questo lavoro cooperativo che imbastii funzionò abbastanza bene, chiesi che due di loro eseguissero alcuni esercizi di Judo mentre gli altri componenti del gruppo li avrebbero corretti, aiutandoli nell'esecuzione.

Infine ogni gruppo mi avrebbe presentato il proprio lavoro. Ovviamente in questi gruppi erano inseriti anche i ragazzini più problematici, la cui azione fu diluita ed assorbita sufficientemente bene dai piccoli gruppi, e tutti riuscirono a lavorare.

E' chiaro che questa procedura non esiste nella tradizione di Judo, che è sempre diadico, si lavora in coppia e si rende conto all'insegnante, ma in questo contesto lo svolgimento classico della lezione non era possibile, non c'era una struttura tale da poter consentire questo, il mio insegnamento è stato assolutamente alternativo, mancavano nella maniera più assoluta i prerequisiti per un insegnamento di Judo in senso classico.

Con loro ho messo in atto anche drammatizzazioni, storie su come nasce un litigio, su come può degenerare e su come può piuttosto andare verso un accordo, ho creato momenti di discussione attraverso tempi del cerchio sull'aggressività, ho chiesto loro se era più forte una persona che reagiva con le maniere forti o se invece riusciva a parlare, e

loro sono stati tutti d'accordo che la vera forza sta nelle argomentazioni, nella maieutica e non nel menare le mani, ho fatto vedere loro filmati di grandi maestri di Judo, anziani e non più prestanti fisicamente, per mettere in risalto l'aspetto estetico, etico, tecnico del Judo, ho dovuto spiegare loro spesso la differenza tra Judo e Wrestling, infine ho fatto parlare insieme chi non si parlava più da mesi, reduci di vecchi rancori, insomma, sono intervenuta in molti modi, su più fronti, e in molti sensi, sempre in sinergia con la maestra, che ho incontrato ed interpellato molte volte.

Il coinvolgimento dell'intera classe in questi casi è fondamentale, è molto utilizzato per esempio nei casi di bullismo, inutile lavorare solo sui bulli mentre gli altri si impauriscono, si assopiscono nell'impotenza e nel fatto di non sentirsi importanti visto che tutta l'energia degli insegnanti purtroppo si deve concentrare spesso su pochi.

L'intera classe deve reagire, si deve organizzare, deve rispondere, anche positivamente, anche nel senso di un aiuto verso questi bambini difficili, di una collaborazione, comunque deve essere ravvivata, attivata, risvegliata, messa in condizione di non subire la presenza di questi compagni, ciò insieme a diversi altri accorgimenti e strategie.

Per me è stato di grande importanza notare che rafforzando il contorno, in questo caso l'intero gruppo classe, anche l'azione di pochi veniva automaticamente ridimensionata.

Inoltre con questa classe è servita molto l'estinzione. L'estinzione si riferisce al rimprovero, certi bambini hanno acquisito una modalità di comunicazione negativa attraverso la quale comunque si suscita la reazione, quindi la considerazione dell'insegnante e dei compagni. L'insegnante alle provocazioni del bambino si trova spesso a dover reagire con rimproveri e punizioni, ma se tutto ciò avviene di meno, fino alla completa estinzione il bambino sarà messo davanti al fatto che in questo modo non attacca. Parallelamente è necessario che l'insegnante, e magari anche i compagni rafforzino nel bambino in questione atteggiamenti e azioni positive, quelle per le quali, le uniche per le quali sarà davvero oggetto di attenzione.

Qui si agisce sul bisogno sociale del giovane di essere accettato, di essere considerato, ascoltato, di fare parte di, ed è qui che spesso scatta l'azione educativa, per cui si passa dall'aver come unico punto di riferimento la modalità comunicativa familiare, al cercare spazio anche al di là di essa, nella scuola, nella società, attraverso una modalità alternativa. La capacità di adattarsi ad un ambiente che muta è una caratteristica essenziale di organismi viventi e sistemi sociali.

Credo che sia necessario non far mai venire meno in questi casi la possibilità di essere considerati comunque un punto di riferimento, oltre che come insegnante di una materia anche affettivo, relazionale, di ascolto, offrire sempre una sponda nel caso in cui il bambino spontaneamente ci cerchi e cerchi aiuto.

Solo attraverso una relazione significativa potrà avvenire un contatto in questo senso.

Prima di finire voglio aggiungere una cosa: l'insegnamento del Judo ha una grande importanza nello sviluppo della soggettività dell'allievo, di educarla, proprio per la sua caratteristica di essere una pratica individuale e non di squadra. Una sana soggettività è la condizione ideale per svilupparsi in maniera positiva, poiché indica che esiste un'attività intenzionale della coscienza capace di attribuire senso e significato al mondo, da cui la possibilità di cominciare ad assumersi delle responsabilità.

Se il giovane sente di esistere, di esistere positivamente, se si rende conto di avere un'influenza sul mondo, una competenza, quindi delle possibilità, tutto ciò sostenuto da chi

lo guida, può anche cominciare a prevedere gli effetti delle sue azioni, cioè ad occuparsi delle proprie responsabilità.

Nei ragazzi difficili troviamo limiti all'intenzionalità di attribuire senso e significato alle cose, limiti ad interagire col mondo, se guardiamo oltre alla spavalderia e all'onnipotenza si può notare quanto questa disorganizzazione esistenziale sia piuttosto un tentativo di non sentirsi definitivamente oppressi.

In questo gruppo non si è fatto a tempo ad agire sulla soggettività, perché le dinamiche della classe erano troppo forti, il mio intervento ha potuto quasi esclusivamente concentrarsi su se esse, trascurando necessariamente ed intenzionalmente il puro scopo formativo.

Concludo.

Concludo dicendo di aver fatto meglio che potevo, concludo consapevole di avere avuto pochissimo tempo da dedicare a questa classe.

In questi casi non c'è insegnamento del Judo, che comporta una vita insieme, una trasmissione di cose, di valori e di modalità che vanno ben oltre la materassina, c'è un adattamento all'esigenza su cui credo di dover spendere le ultime due parole, per dire che laddove l'operatore sportivo è chiamato ad intervenire in situazioni di disagio, o di prevenzione (la prevenzione può essere primaria, secondaria e terziaria, il campo è ampio...), dovrebbe essere concesso più tempo, sia perché sono interventi complessi che necessitano di una preparazione specifica, particolare, ed anche proprio in virtù del fatto che creando relazioni significative, cosa già complicata di per sé, è quantomai utile non interrompere questo processo troppo precocemente.

E' inoltre fondamentale in questi contesti avere la vicinanza degli insegnanti, con i quali è bene avere la possibilità di interfacciarsi ogni qualvolta ce ne sia bisogno, lavorando spalla a spalla e in sinergia.

Gli insegnanti sono quelli che danno notizie sulla situazione, che conoscono le famiglie, sono quelli che come si suol dire prendono il vento in faccia.

Credo anche, e qui parlo alle Federazioni e a tutte quelle Associazioni che si occupano di formazione, che sia giusto cominciare a prendere in considerazione il fatto che il mondo ha bisogno di aiuto, che un operatore sportivo non può limitarsi a fare il talent scout o l'allenatore feroce, ma che si cominci a visualizzare l'oggetto di interesse sull'intera persona, e non solo sul potenziale risultato che questa può o non può produrre.

Credo che aprirsi, impegnarsi in aiuto della società sia il compito principale dello sport, poi dopo anche di produrre campioni che magari ci facciano vedere quanto può essere bello, portatore di valori, e di esempio per tutti quanti.