

IL RUOLO POSITIVO DEL JUDO NEL DISAGIO GIOVANILE

(Conferenza svolta a Roma il 10 dicembre 2011 presso la Polisportiva Castelverde)

Quando si parla di disagio giovanile si affronta un tema di vasta portata, perciò in questa occasione ho reputato la necessità di concentrarsi su alcuni ambiti affrontabili nel tempo che ho a disposizione.

Se penso al "disagio giovanile" di questo periodo storico (perchè ogni periodo ha le sue particolarità di disagio) mi viene in mente in prima battuta una carenza di senso di realtà, o quantomeno una carenza rispetto ai tempi passati, una maggiore disorganizzazione cognitiva, motoria, relazionale.

Il perchè, anzi, i perchè di ciò sono vari e complessi.

Questa è l'epoca dei disturbi specifici dell'apprendimento, è l'epoca dell'iperattività, mai come adesso si preferisce la tv alla lettura di un libro (che è un esercizio neurologicamente attivo, che ti lascia il tempo di pensare, di fantasticare, di interagire, al contrario della tv), mai come ora si è sostituito i giochi veri ai giardini, per la strada, nei campi con la play station o il computer, se non addirittura i telefonini, mai come adesso c'è un'inflazione di mezzi comunicativi quali ad esempio i social network, tutti mezzi importantissimi ai fini dell'evoluzione della comunicazione umana, quanto per certi aspetti pericolosamente tendenti a fare della realtà una realtà virtuale, un campo di gioco che ricalca la mappa certo, ma non il territorio, bombardando nel contempo la testa con una marea di informazioni, molte delle quali futili e/o inutili. **"Alla prevaricazione che il mezzo televisivo attua sulla formazione della personalità del giovane sono da sommare anche i condizionamenti negativi determinati, a partire dagli anni 80, dal rapporto tra il sistema dell'informazione con le connesse tecnologie audiovisive, informatiche e telematiche. I nuovi media, con la loro diffusività e pervasività di informazioni, hanno intaccato non solamente i comportamenti individuali, ma anche ogni settore della vita comunitaria (famiglia, scuola, lavoro, tempo libero) trasformando il come, il dove e il che cosa fare. Quindi, con il passaggio dall'era post-industriale all'era della comunicazione, l'informazione assume la configurazione di vera e propria risorsa su cui si possono costruire i nuovi equilibri sociali, ma può comportare danni collaterali, come la diffusione di una monocultura che appiattisce le differenze e le caratteristiche proprie di ogni identità personale e di gruppo. Un pensiero, cioè, unidirezionale, che tende a comprimere gli spazi della creatività, ad uniformare, omogeneizzare, a prescrivere atteggiamenti e condotte ad un uomo sempre più eterodiretto, che pensa ed opera sotto dettatura, dalla personalità estremamente fragile per i deboli legami che mantiene con il proprio passato."**

E ancora:

"L'asperata esposizione al profluvio di messaggi fa sì che nei soggetti in età evolutiva la formazione del sé sia frutto di un assemblaggio selvaggio di informazioni e modelli di comportamento disomogenei e contraddittori che rispondono a logiche utilitaristiche o ad esigenze di mode. Tutto ciò a danno

dell'identità dell'individuo che risulta altamente indeterminata, scarsamente orientata a conseguire mete sociali, incerta nel perseguire obiettivi di lungo periodo, poco creativa in quanto obbligata a seguire processi d'azione meccanici. " (Da Vega, periodico di Cultura, Didattica e formazione Universitaria).

In questi giorni ho partecipato ad una discussione su facebook fatta da alcuni giovani tra i quali mia nipote, discussione che si apriva con qualcuno che manifestava disappunto per il fatto che, nonostante una persona potesse essere appassionata a qualcosa, ci credesse e ci tenesse, non faceva post su questo argomento perchè c'erano già, evitando così di apparire poco originale, ma nel contempo, privandosi di una possibilità di comunicare.

Io sono intervenuta dicendo che in effetti il fatto che tutto fosse già menzionato da molti mortificava uno spazio vitale, espressivo, unico, del quale un giovane poteva avere bisogno, riferendomi anche al fatto che, parafrasando M. McLuhan, il medium è il messaggio, per cui si tende a trasformarsi, ad identificarsi e conformarsi al medium, al mezzo di comunicazione (in questo caso Facebook), subendone l'influenza, perciò a volte è lui che usa noi e non viceversa. E che questo lo si vedeva dal fatto che la comunicazione era inflazionata, eccessiva, moltiplicata, compulsiva, esisteva certo un grande spazio, ma molto spesso era occupato, spingendo così le persone a cercarsi il proprio, anche inflazionandolo... Mi hanno risposto che ora c'è un grande impulso verso l'originalità, e che siccome tutti vogliono essere originali, finisce che diventa una moda, e in virtù di ciò l'originalità decade. Quindi concludevano che l'originalità vera consisteva nell'essere autentici.

Autentici. A sentirlo dire parrebbe una cosa bella, peccato che diventi un destino ineluttabile, un'ultima spiaggia, un'ultima occasione per dare segno di sè....

Lo stesso bombardamento, ma questa volta di nozioni, avviene per mano della scuola, che è diventata molto più esigente rispetto a prima, questa scuola molto spesso criticata da varie correnti psicopedagogiche che vedono negativamente quest'inflazione nozionistica tendente a riempire la testa dei giovani di dati, omettendo talvolta di aiutarli o meglio educarli ad apprendere, incentrando spesso la sua azione sul quanto e non sul come, sulle nozioni piuttosto che sul ragionamento.

Questa cultura della nozione (piuttosto che dell'azione pedagogica), che non di rado anche un insegnante si trova a dover subire per far fronte ai programmi ministeriali, può essere rischiosa non solo perchè sovente disincentiva la sana motivazione intrinseca che un alunno ha nello studiare (il fatto che i compiti siano spesso troppi fa venire meno quella sana spinta a farli correttamente, perchè ciò non fa sentire l'allievo adeguato al compito, quello che fa non basta mai, l'autopercezione del successo rischia di essere offuscata dall'inadeguatezza), ma rischia di rendere i giovani dipendenti e sottomessi delle figure dagli insegnanti, con il rischio di conformarli, di renderli acritici e soggiogati, o al contrario reattivi, ribelli, oppositivi. Il fatto stesso che sia stata data la possibilità di anticipare l'accesso nella scuola a soli 5 anni ha provocato le resistenze di molte correnti pedagogiche proprio in virtù del fatto che si è ritenuto il bambino di quell'età non maturo, non pronto per accedere ad una realtà scolastica e didattica che, che fa della

realtà una realtà teorica, tecnica, quindi in un certo senso non reale, virtuale, ancora astratta per lui.

Noi Insegnanti di Judo ne sappiamo qualcosa, ci arrivano bambini sempre più piccoli, di 4 anni, ai quali non possiamo certo insegnare Judo, quanto semmai continuare a farli esercitare sugli schemi motori di base e proporre loro un po' di giochi....

Dal punto di vista della motorietà questo surplus di studio, di informazioni e stimoli virtuali, questo eccesso di "protezione e anticipazione" per cui anche una banale festa di compleanno a volte è già organizzata e strutturata con animatori, non fa che limitare l'azione creativa che "**dovrebbe**" partire dal corpo, sfociare nell'azione del corpo, muoversi con il corpo, completarsi col corpo, per cui sovente arrivano da noi bambini immaturi dal punto di vista dell'attenzione, della coordinazione motoria, della prontezza all'apprendere una disciplina, dal punto di vista del creare un gioco ed interagire con la realtà. Arrivano bambini che devono finire di esperire tappe dello sviluppo neurofisiologico, e che vanno portati un po' alla volta ad apprendere quello che abbiamo da dargli, anche mettendoli in condizione di completare questi cicli di apprendimento che sono rimasti a mezzo non permettendo loro, tanto per dirne una, di aver sviluppato ancora senso d'opposizione, la caratteristica necessaria per l'apprendimento del Judo, o perlomeno delle sue basi motorie.

Perdonate la digressione, ma se disagio dobbiamo parlare nasce l'esigenza di identificarlo nelle sue concause, o perlomeno in alcune di esse.

Cosa possiamo fare noi, cosa può fare il Judo.

Visto che agire da talent scout non rientra nella nostra mission, che semmai è quella di dare a ciascuno ciò di cui ha bisogno, ecco che il Judo può essere un mezzo formidabile per un'azione altamente educante. **Nel Judo si lotta.** La lotta riporta ad istinti di base, primordiali, che sono in stretta relazione con la sopravvivenza, Non c'è niente da fare, questo archetipo della lotta come mezzo di sopravvivenza è immancabilmente sentito da coloro che la praticano, chi combatte non fa che rispecchiare ciò che fanno le nostre cellule da che esiste la vita, cioè, cercare di sopravvivere, dove la lotta corpo a corpo rappresenta lo scontro più diretto e violento con tutti quegli agenti che da sempre hanno minato la sopravvivenza dell'essere umano.

Ma se nella lotta, che poi diventa giocare alla lotta, simulare un combattimento per la vita, se nella lotta interveniamo con regole, principi, insegnamenti di fondo per cui in ogni combattimento che si rispetti deve regnare una sorta di ordine e di organizzazione che riportano al rispetto reciproco, all'osservanza appunto di regole e regolamenti atti a che tutti possano giocare, a combattere senza pericolo, senza rischio, con entusiasmo ed interesse, se noi facciamo sì che questo gioco sia "regolato", ecco che ne scaturirà appunto una notevole azione educante. Questa è anche la tipicità delle Arti Marziali, nate e sviluppate con l'intento di creare guerrieri efficaci, che a un certo punto, trovandosi in un periodo storico di pace pensarono di usare, riformulare questa esperienza guerriera per sviluppare il carattere e tutte quelle virtù che sarebbero sfociate nel servire la vita, nel migliorarla migliorando l'essere umano, piuttosto che servire la

morte. Da qui si sono sviluppate scuole che sono sfociate in Arti (Jutsu) e poi in Vie (Do).

L'istinto, la foga, saranno mediati dalla tecnica, dal controllo e dall'autocontrollo, l'impulsività sarà mediata dalla sensibilità che si acquisisce nell'essere continuamente in relazione con gli altri, la rabbia, l'aggressività troveranno una via espressiva per essere scaricate, incanalate e sublimare, non agite alla cieca, la violenza diverrà un concetto estraneo. Il "normare" una lotta non diverrà per l'arbitro un impedire l'incidente così come un vigile urbano deve agitarsi nel multare i furbetti, ma piuttosto un consentire uno spettacolo bello, corretto, educato che comunicherà agli spettatori intelligenza, tecnica, autocontrollo, rispetto reciproco, ricerca di bellezza. Chi pratica Judo, un buon Judo, non avrà bisogno di ricorrere alla violenza, anzi, la eviterà in tutte le maniere, e s'incamminerà per diventare un essere umano consapevole per cui il rispetto delle regole non sarà un dettame infondato, quanto una necessità affinché tutti, ma proprio tutti possano vivere e partecipare alla vita nel migliore dei modi.

Ecco che il Judo andrà a rappresentare una mediazione vincente tra la volontà di affermazione dell'ego che ci portiamo dietro e che ha una sua utilità e una sua ragione d'essere, e il rispetto e riconoscimento di uno spazio esistenziale comune che ci lega e ci collega continuamente ed incessantemente agli altri, una mediazione vincente tra l'auto-asserzione selvaggia e fine a se stessa, ed una invece sana ed equilibrata maniera di affermarsi nella vita, che non prescinde dalla considerazione degli altri. Anzi.

Se l'insegnante di Judo ha fatto propri questi principi (cosa che non è sempre detta) li comunicherà agli allievi attraverso il suo insegnamento, ma anche e soprattutto attraverso il suo essere, la sua sostanza.

I recenti studi sui neuroni specchio hanno dimostrato che questi neuroni adibiti all'imitazione sono pure quelli che rendono una persona empatica, e quindi l'empatia investe ambiti non solamente tecnici della serie "imito una tecnica", ma anche esistenziali, affettivi, non verbali. Quindi per un Insegnante è essenziale la coltivazione del sè, della propria crescita interiore, della propria bellezza in quanto persona.

La nostra essenza non sfugge all'attenzione degli allievi, per questo è così importante per noi insegnanti lavorare anche su noi stessi, perchè la tecnica che possiamo esprimere o la didattica che possiamo adottare sono solo alcuni aspetti del nostro insegnamento.

Molto di esso, in realtà viene da cuore, e da cuore a cuore si trasmette.