

Relazione sull'attività di espressione corporea - danza terapia con disabili.

Centro ANFFaS in Via Peschiera a Genova, 1992/93

Anche quest'anno l'attività è continuata mantenendo la stessa struttura formale di 4 ore settimanali, 2 ore congiunte e 2 no.

Il primo incontro (23 settembre 1992) è stato programmatico: abbiamo selezionato i componenti del gruppo e parlato delle scelte di nuovi inserimenti, si sono fissate inoltre le direttive e gli obiettivi.

Tenendo ferme le premesse che l'attività comporta, in quanto strumento specifico espressivo, percettivo e creativo teso al recupero dei soggetti nella loro globalità, ed alla luce delle esperienze dell'anno scorso, abbiamo fissato alcuni punti di indagine e di approfondimento.

Complessivamente la struttura degli incontri è rimasta suddivisa in tre parti: la prima di "ginnastica", la seconda più specificatamente di danza terapia e la terza, conclusiva, di rilassamento e salute.

Anche i materiali e lo spazio sono rimasti gli stessi.

Gli elementi di innovazione introdotti quest'anno sono stati:

1. Instaurazione di un rituale di apertura e di uno di chiusura.
2. Utilizzo della musica anche nella prima parte dell'incontro.
3. Utilizzo più specifico della tecnica di danza terapia "expression primitive".
4. Videoregistrazione degli incontri con telecamera fissa.
5. Visione degli stessi almeno una volta al mese.

Il gruppo

La scelta delle componenti del gruppo è rimasta in parte invariata con:

- Maura Rissotti

- Grazia Grillo
- Nadia Valentini

I nuovi inserimenti sono stati:

- Alda Grasso
- Maria Nosengo

La scelta di inserire Alda è nata da un'osservazione sulle sue evidenti difficoltà di movimento. La ragazza è infatti molto rigida e legata nei movimenti e nei gesti, con una postura corporea tendente al ripiegamento su se stessa. Ad esempio, non allargava mai le braccia, ancora oggi cammina con i piedi rivolti all'interno, spesso stava rintanata in piedi in un angolo. Inoltre è anartrica, e si esprime solo a fonemi e vocalismi.

Ci parve pertanto che Alda avesse bisogno del tipo di stimolazioni offerte dal nostro programma ed inoltre era stata segnalata, per dare continuità, dal musicoterapista del Centro, con il quale Alda è stata in trattamento per oltre un anno.

La scelta di Maria invece, è stata dettata dal timore espresso dagli educatori del gruppo della ragazza (lo stesso di Alda), che potessero innescarsi reazioni di gelosia da parte sua nei confronti di Alda, e, anche, dall'esplicita richiesta di partecipazione, da parte di Maria stessa, alla "ginnastica" che a lei "piace tanto!":

Maria e Alda hanno fra loro un rapporto molto stretto, dove Maria ricopre un ruolo materno e Alda - a causa delle sue grosse carenze affettive dalle quali probabilmente sono derivati molti suoi atteggiamenti di chiusura corporea - accetta volentieri.

Rituale di apertura e di chiusura

Ci è parso necessario instaurare un rituale di apertura e uno di chiusura nel "setting" per codificare e regolamentare nel tempo e nello spazio l'incontro che avveniva fra le varie componenti del gruppo: le ragazze e i conduttori. Questo permetteva ogni volta di ri-conoscersi e di individuare la personalità di ciascuno.

Ognuno si presentava con un gesto ed un suono (fonema) che lo caratterizzava. Il fatto di utilizzare un “fonema” e non una parola compiuta ha permesso ad Alda di sentirsi da subito parte integrante del gruppo e di intravedere una possibile comunicazione al suo livello espressivo. In effetti il suo gesto e il suo gesto più che proposti da lei sono stati scelti e isolati da noi fra quelli a lei abituali.

L’”apertura” avveniva in cerchio e, a turno, ci si scambiava il posto eseguendo il “saluto” della persona di cui si voleva prendere il posto. Simbolicamente la persona chiamata ad occupare il posto dell’altro, oltre che individuata e ricordata (il “saluto” è rimasto lo stesso per tutto l’anno) iniziava uno scambio, un “patto” che, sapeva, sarebbe continuato per tutta la durata dell’incontro e si sarebbe concluso con la chiusura, dove ciascuno a turno ripeteva,, come congedo rituale, il proprio “saluto”, che si sarebbe poi rinnovato la volta successiva.

Dopo le prime titubanze ed incertezze, in particolare di Maria, questi momenti, iniziale e finale, sono stati piacevolmente accettati e condivisi fino alla fine da tutti i componenti del gruppo.

Utilizzo della musica nella parte iniziale

Dopo il rituale di apertura, la prima parte, “il riscaldamento”, ha la funzione di introdurre gradualmente la presa di contatto con il corpo, la consapevolezza delle sue parti, il suo schema, oltre che di miglioramento funzionale (scioglimento, stiramento, rafforzamento, ecc..) ed estetico.

In genere questa parte serve anche come verifica dei livelli di rigidità; delle posture; di quali parti del corpo sono “accettate” ed “abitate” e quali “negate” e “non vissute” dai partecipanti. In generale abbiamo notato che le parti del corpo problematiche sono il bacino e le caviglie, queste ultime non tanto come rigidità articolare vera e propria, ma come se non vi arrivasse il comando dal “livello centrale”. Ad esempio Alda per piegare le ginocchia ha bisogno di toccarle.

Già lo scorso anno avevamo notato come questa prima parte dell’attività fosse accettata con piacere dalle ragazze, per cui l’utilizzo della musica, oltre che un ulteriore elemento distensivo, voleva uniformare i tempi di esecuzione e

rinnovare l'attenzione nei soggetti come Grazia, che spesso tende a distrarsi. Inoltre la musica che accompagna i gesti, anche se diversamente, prepara alla seconda parte specifica di danza terapia.

Utilizzo della tecnica di danza terapia “Expression Primitive”

Rispetto allo scorso anno, nel corso del quale ci siamo ispirati a tecniche corporee diversificate, quest'anno, pur mantenendo la duttilità operativa necessaria per la conduzione del gruppo, ci siamo maggiormente basati sull'Expression Primitive, in quanto tecnica che agisce simultaneamente su diversi piani: corporeo, di animazione, pedagogico, preventivo e terapeutico.

“... a livello pedagogico l'Expression Primitive permette di migliorare le prestazioni (riflessi, velocità, elasticità, precisione), in breve di rendere il corpo più fluido e più disponibile. Secondo P. Schilder, questo lavoro pedagogico ha anche un effetto positivo sull'immagine del corpo; dunque un effetto psicoterapeutico.

Inoltre questa tecnica fa riappare attraverso la danza certe realtà inerenti alla condizione umana. In effetti, l'oscillazione della marcia nella pulsazione ed i movimenti sdoppiati ripetitivi che utilizzano la voce, costituiscono un discorso gestuale e ritmico che si indirizza ad ogni partecipante, in modo non esplicito ma immediato. L'Expression Primitive “parla” direttamente all'inconscio. Anche se non si “sa” quello che dice, si capisce che si tratta di una lingua segreta che ci riguarda:

- La pulsazione ed i movimenti accoppiati ci “ricordano” la nostra origine, la nostra doppia ascendenza parentale;
- L'organizzazione del rituale ci istruisce sulla nostra relazione con l'Universo, le quattro direzioni, gli altri nel gruppo ed in particolare su noi stessi;
- Sollecita le corrispondenze, le omologie fra la nostra simmetria corporea e l'oscillamento degli opposti che ci dividono e ci strutturano allo stesso tempo: Piacere/Dispiacere, Amore/Odio, Maschile/Femminile, Assenza/Presenza, Altro/Sé, Vita/Morte, Corpo/Spirito, Natura/Cultura, Conscio/Inconscio, ecc...la loro traduzione e la loro utilizzazione in danza riunificano il soggetto:

si ricostruisce una totalità attraverso l'azione della pulsazione e dei gesti sdoppiati. Nelle tecniche primitive c'è un'azione anti-frazionamento del corpo che ne fa uno strumento terapeutico prezioso per tutte le patologie di natura psicotica.

A livello arcaico l'Expression Primitive rappresenta anche una pedagogia implicita, una meditazione dinamica concernente le grandi questioni dell'umanità che ci poniamo fin dall'infanzia (da dove viene l'uomo? Chi è? Perché vi sono due sessi? Come situare se stessi?). A queste domande, la danza offre delle risposte implicite attraverso la riassicurazione dinamizzante della nostra struttura antropologica.

La condivisione di ciò ci fonda in quanto soggetti umani, il richiamo alla forza della vita che ci anima, la comunione con le nostre origini prelinguaggio ritmiche e gestuali costituiscono una dimensione essenziale, anche se totalmente non verbale, di rituali terapeutici tradizionali.

A livello preventivo, le ricerche attuali hanno dimostrato la necessità, per il nostro equilibrio, di mantenere un buon livello di funzionamento dei comportamenti archetipici. L'Expression Primitive cerca di raggiungere le zone della nostra componente biologica genetica, propone una revisione, una ritualizzazione di comportamenti iscritti e programmati nei nostri cromosomi, sotto forme di modelli come l'"attacco-fuga", la "dominazione-sottomissione", la seduzione, ecc... Essa permette così di esteriorizzare e far agire queste strutture indispensabili alla sopravvivenza o, in ogni caso, all'equilibrio dell'individuo. Lasciarle incolte scatena ogni genere di disturbo.

La terapia con l'Expression Primitive comporta una riorganizzazione simbolica, opera esponendo il soggetto a dei modelli simbolici che egli desidera imitare, captare ed appropriarsene per quanto il *transfer* gliene darà il desiderio. Egli si trova allora messo in interlocuzione con il danza terapeuta tramite la mediazione di rappresentazioni gestuali che richiameranno, risveglieranno i suoi affetti. Tramite queste figure, le pulsioni potranno riarticolarsi, riorienarsi su nuovi investimenti, secondo il meccanismo dell'"efficacia simbolica", comune allo sciamanesimo e alla psicanalisi.

Nello stesso tempo, la sublimazione, cioè la ricerca della bellezza del gesto, “estrae” il danzatore dal registro emozionale psicologico per accedere ad una dimensione più “elevata” che rappresenta un processo terapeutico molto efficace, come aveva già sottolineato Freud.¹

Videoregistrazioni degli incontri

Come era già nelle intenzioni dello scorso anno, quest’anno abbiamo introdotto l’utilizzo del video, essenzialmente come funzione di documentazione del lavoro svolto e di rielaborazione.

L’uso della telecamera fissa non ha minimamente disturbato l’attività, al contrario ha ottenuto in almeno due incontri un maggior coinvolgimento ed impegno da parte delle ragazze.

Per il momento la produzione non è stata pienamente utilizzata, successivamente e gradualmente, vorremmo proporla in visione come elemento vivificante dell’attività dove ognuno può rincontrare se stesso e riconoscersi. Questo dovrà essere attentamente valutato attraverso un’opportuna selezione delle sequenze.

Valutazioni finali

Possiamo considerare l’attività di quest’anno suddivisa in due periodi: un primo periodo che va da ottobre a dicembre, durante il quale tutto il gruppo era presente e l’attività si è svolta in modo continuativo e regolare, ed un secondo periodo, che va da gennaio a giugno, nel quale la Rizzotti, a seguito di un incidente accadutole il 20 gennaio, non ha più partecipato all’attività, e la stessa si è svolta in modo discontinuo.

Si sono comunque riscontrati risultati positivi maggiormente in Alda che ha partecipato con entusiasmo ed ha recuperato parte del suo schema corporeo riuscendo via via a modificare la sua postura con movimenti di apertura soprattutto degli arti superiori, ed ha mostrato maggior rispondenza agli stimoli ed alle consegne.

¹ France Schott Billmann. Varie conferenze

Grazia ha evidenziato miglioramenti nella tenuta del ritmo ed è risultata più contenuta soprattutto rispetto alla sua esuberanza vocale.

Nadia, che l'anno scorso aveva migliorato molto nella flessibilità corporea e nella concentrazione, quest'anno ha manifestato maggiori difficoltà a seguire, forse a causa della discontinuità o dell'inserimento di Maria, con la quale ha un rapporto di conflittualità.

Maria ha vissuto gli incontri con particolare aspettativa e durante l'attività ha manifestato via via un sempre maggiore interesse, riducendo fino quasi a farli scomparire i suoi atteggiamenti ostentati di richiesta di attenzione, manifestati attraverso ritardi nell'esecuzione di movimenti, rifiuti momentanei, ecc... E' da rilevare che Maria non appoggia mai bene i piedi per terra, tantomeno negli esercizi di ritmo.

Per Maura il fatto più importante da rilevare è stata la prima volta che siamo riusciti a farla partecipare all'attività senza le calze, il 22 ottobre 1992.

Per il prossimo anno abbiamo individuato alcuni obiettivi e strumenti più o meno specifici per indirizzare meglio la continuità e la valutazione dell'attività:

1. Particolare attenzione allo schema corporeo e a quelle parti del corpo precedentemente definite come "non abitate"
2. Proseguimento del lavoro di danza terapia sempre attraverso l'"Expression Primitive"
3. Sperimentazione attraverso la costruzione di maschere, collegata con l'attività sul colore
4. Strutturazione di una scheda corporea individuale che faciliti la valutazione dei cambiamenti di ogni soggetto.

Bibliografia

Gilda Della Ragione – Francois Lupu, *"Il corpo: un sintomo culturale"*, Compagnia dei Librai 1993

Judith Anodea, *"Chakras. Ruote di vita"*, Armenia 1989

France Schott Billmann, "*Possession, danse et therapie*", Sand 1985

A.A.V.V., Rivista "*Art et therapie*", Novembre 1987