



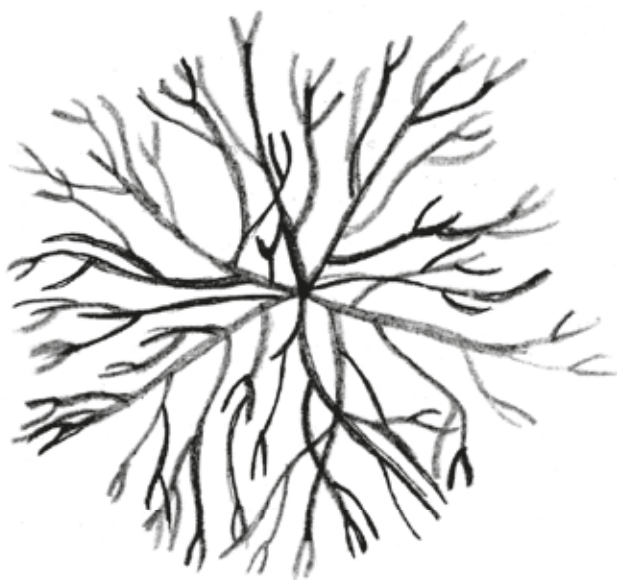
ALMANACCO DI CORPOGIOCHI

20

LA GIUSTA DISTANZA

almanacco di CorpoGiochi 2020

la giusta distanza
– resti la voglia di vicinanza –



Per il desiderio di promuovere l'adozione di una scrittura più inclusiva, questo almanacco sceglie di usare per i testi da noi redatti la font *Noto*, non tanto per ragioni estetiche, quanto per il fatto che la font prevede i caratteri **ə** ed **ɜ** (schwa breve e schwa lungo) vocale intermedia nella forma singolare e plurale individuata dall'alfabeto fonetico internazionale come simbolo linguistico utile a indicare tutti i generi.

CorpoGiochi, un progetto di /

CorpoGiochi ASD

Cura editoriale /

Monica Francia, Rosanna Lama, Alice Marzocchi, Raffaella Sutter,
Carolina Carlone, Francesca Serena Casadio, Daniela Camerani, Giulia Melandri

Progettazione grafica e illustrazioni/

Rosanna Lama

® CorpoGiochi è un marchio registrato.
© 2020 edizioni CorpoGiochi

info@corpogiochiasd.it
www.corpogiochiasd.it
www.cantieridanza.org/corpogiochi

ISBN
979-12-200-7887-0

Finito di stampare
nel febbraio 2021 da /
Centro Stampa del Comune di Ravenna

CorpoGiochi a scuola -la giusta Distanza-

progetto promosso da Cantieri Danza APS in collaborazione con CorpoGiochi ASD,
realizzato grazie al contributo di Comune di Ravenna-Istruzione
e della Fondazione del Monte di Bologna e Ravenna.

Il progetto è inserito nel Piano dell'Offerta formativa del Territorio
che contiene le proposte del Comune di Ravenna per la Qualificazione
Scolastica dell'Anno Scolastico 2020-2021 e presenta una mappa di progetti
e attività a cui scuole e insegnanti possono far riferimento per arricchire
l'attività educativa in diversi ambiti formativi.

CORPOGIOCHI A SPECCHIO



● ► IL CAMBIAMENTO COME OPPORTUNITÀ

[Monica Francia] In questo momento di grande trasformazione personale e collettiva preferisco affidare agli altr3 la narrazione dell'immagine che hanno visto di me.
[...] *Un'innovativa biografia nel centenario della morte, contribuisce a mettere in una nuova luce molti aspetti della vita a tratti contraddittoria dell'artista che ha ideato il metodo CorpoGiochi®. Passando in rassegna una mole impressionante di documenti, spesso riscrivendo il racconto ufficiale che era stato costruito nel corso del tempo, sono state ritrovate queste parole di artist3 che hanno attraversato con lei i primi anni del ventunesimo secolo: uno slancio vitale verso una costruzione paziente e progressiva di un qualcosa, del suo mondo nel mondo, un senso del reale e del pratico che per nature differenti spiazza e affascina e che sicuramente comunica nelle sue opere. Una grande sorgente di scoperte e ispirazione, inquietudine ed eccitazione, apprezzando l'assoluta continuità di pensiero che lega la sua esistenza privata a quella pubblica/artistica[...]*

[...] *CorpoGiochi è una società che insegna ad avere più coraggio in se stessi.*
Questa citazione, tratta dalla restituzione di un'allieva a conclusione di uno dei tanti laboratori che negli ultimi 18 anni sono stati realizzati nelle scuole di diverso ordine e grado del Comune di Ravenna, mi ha sostenuto in questo tempo sospeso che ha portato un cambiamento impensabile di prassi e comportamenti ormai consolidati. L'impatto psicologico è ancora tutto da valutare, ma l'obbligo di una 'distanza' tra i corpi crea una esigenza di socialità e vicinanza talmente diversa e distante da quella comunemente vissuta, che obbliga tutti ad una rivoluzione dell'ascolto, dell'agire e del relazionarsi.

Alla luce di protocolli basati sulla distanza e sulla mancanza di contatto, ci è voluto molto coraggio per immaginare di poter continuare a realizzare, in presenza, le attività proposte dal metodo originale di educazione al movimento, provando a capirne nuovamente il valore e la funzione, salvando gli obiettivi finali, senza interrompere lo sviluppo di un progetto la cui efficacia è comprovata da anni. Ho accettato l'opportunità offerta dall'isolamento, e mi sono immersa completamente nella trasformazione alchemica del metodo per continuare a valorizzare il ruolo centrale della corporeità anche in periodo di distanziamento fisico, perché oggi più che mai, proprio nell'assenza, possiamo accorgerci dell'immenso valore delle relazioni. CorpoGiochi può contribuire a fornire strumenti per il benessere, individuale e collettivo che permettono di sperimentare in modo 'giocoso' nuovi modi di interazione, dove diventare meno competitivi e più collaborativi, meno sulla difensiva e più connessi e aperti. Corpi presenti alla 'giusta' distanza.

Vista l'impossibilità di proporre a scuola, nello spazio ampio e senza confini della palestra, le attività di gruppo che prevedono la prossimità ed il contatto, parti fondanti del metodo, il laboratorio CorpoGiochi - la giusta distanza - viene ora realizzato in aula, con gli student3 sedut3 ognunə nel confine del proprio banco e, quando richiesto, indossando la mascherina, coinvolgendo solo il Conduttore Antenna* (esperto Conduttore del metodo CorpoGiochi®) con la presenza attiva degli insegnant3 nel ruolo di osservator3.

Si sviluppa in incontri dedicati ad una disciplina che a scuola non c'è: chi sono, come mi comporto con gli altri, cosa provo e come reagisco se mi viene chiesto di fare un'attività che di solito non mi capita di fare o di condividere con i miei compagni di classe.

Un tempo per Allenarsi (fare esperienze di pratiche corporee) a mettere ancora in gioco il corpo, presente e vulnerabile, fare esperienze mai realizzate prima in classe, sperimentare nuovi comportamenti a scuola, partendo da sé per partecipare al

gruppo mantenendo la propria autenticità, accorgendosi che siamo tutti immersi in un unico ambiente e che ogni gesto, ogni sguardo produce delle conseguenze su di sé e sugli altri.

L'obbligo di mantenere la distanza ha creato il pretesto per inserire la percezione profonda dell'elemento che travalica ogni confine: l'aria, da sperimentare come una massa che modella le forme dello spazio fra i corpi, e trasporta onde sonore e vibrazioni energetiche che ci permettono la 'vicinanza'.

Un tempo per fare un viaggio individuale e collettivo, un'avventura corporea e sensoriale, senza spostarsi dal confine del proprio banco, dove sperimentare la relazione fra i corpi, anche se a distanza, utilizzando come universo di riferimento le nuove ricerche scientifiche sulla foresta e le connessioni che avvengono tra gli alberi e le radici, per dare valore ad un'idea di interconnessione, di con-divenire tra esseri umani.

Da settembre a dicembre 2020, 484 studenti dai 6 ai 13 anni, nelle scuole primarie e secondarie di primo grado di 5 Istituti Comprensivi, hanno sperimentato un nuovo modo di percepirsi e di entrare in comunicazione con gli altri grazie ai 24 laboratori CorpoGiochi -la giusta distanza-.

Per valutare i risultati dell'approccio corporeo e la possibilità formativa per gli alunni, sono stati attivati laboratori per i docenti coinvolti, focalizzati anche sulle le connessioni disciplinari e interdisciplinari che tale metodologia propone: un tappeto (una trama) sul quale si possono intrecciare tutte le attività previste per l'intero anno scolastico.

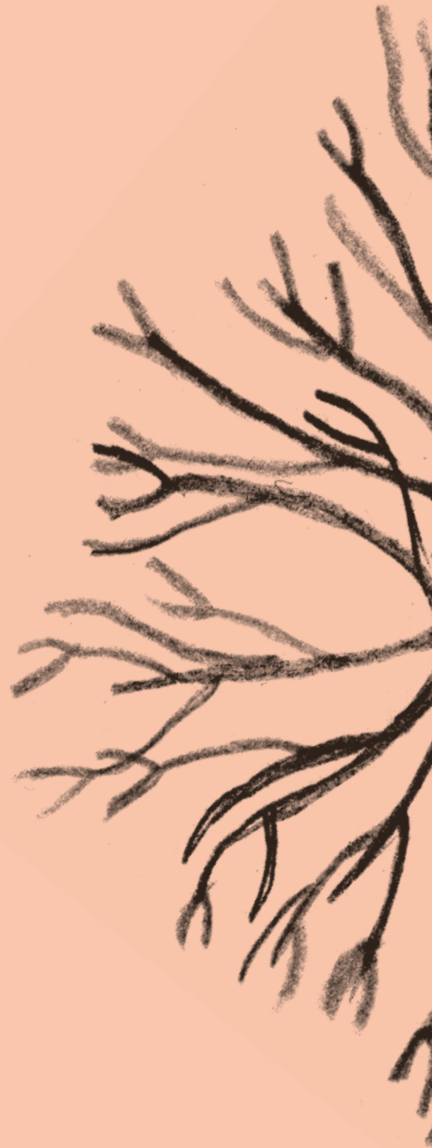
Ho apprezzato molto il coraggio e l'entusiasmo dei molti insegnanti che hanno chiesto di attivare il laboratorio per la loro classe, soprattutto per la fiducia nel progetto che hanno dimostrato, superando ogni difficoltà per realizzarlo, valorizzandolo come ogni altra disciplina scolastica.

La qualità dell'esistenza è data dalla qualità di movimento che si mette in gioco.

*Ideando CorpoGiochi® ho sentito la necessità di fare particolare attenzione ai termini utilizzati durante le attività, scegliendo parole dal significato materico e profondo per realizzare un lessico originale basato su una precisa esperienza corporea.

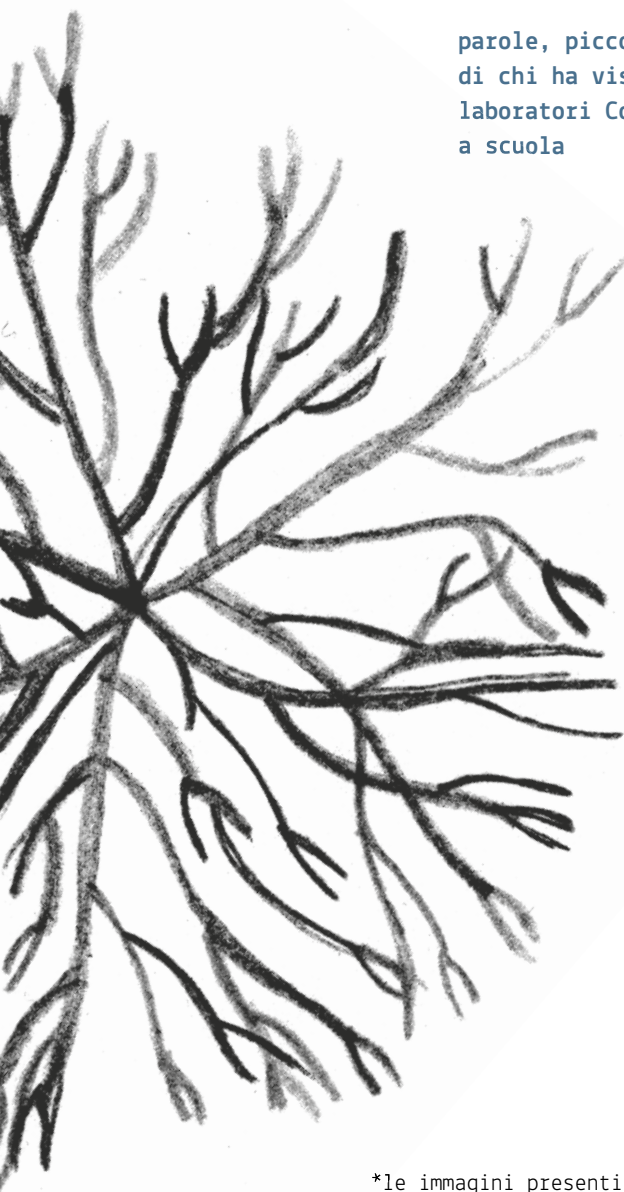
Il termine Conduttore nella 'società CorpoGiochi', va inteso come una persona che si propone con le stesse caratteristiche di un materiale in grado di far scorrere al suo interno le informazioni, le correnti elettriche e il calore. Mi sono ispirata alle proprietà del Rame.

Il termine Antenna va inteso come una persona che incarna le caratteristiche del dispositivo che rende possibile le comunicazioni a distanza, capace quindi di trasmettere e/o ricevere informazioni.



TESTIMONIANZE - BAMBINI E RAGAZZI -

parole, piccoli racconti anonimi e immagini*
di chi ha vissuto una delle esperienze dei
laboratori CorpoGiochi -la giusta distanza-
a scuola



*le immagini presenti sono state realizzate in differenti
momenti della prima parte dell'anno scolastico 2020/21,
alcune di queste sono precedenti il Decreto Regionale
n.205 del 26 ottobre 2020, con il quale, in ottemperanza
al D.P.C.M.24 ottobre 2020 si raccomandava fortemente
l'uso della mascherina anche in posizione statica.



Mi è piaciuto ascoltare il battito del cuore
perché l'ho sentito nel mio corpo,
nelle mani e nel polso.

In CorpoGiochi mi sono sentito libero a vagare
nello spazio in una navicella spaziale super tecnologica.
È stato strano vagare senza una meta precisa.
Ho provato nausea e felicità.

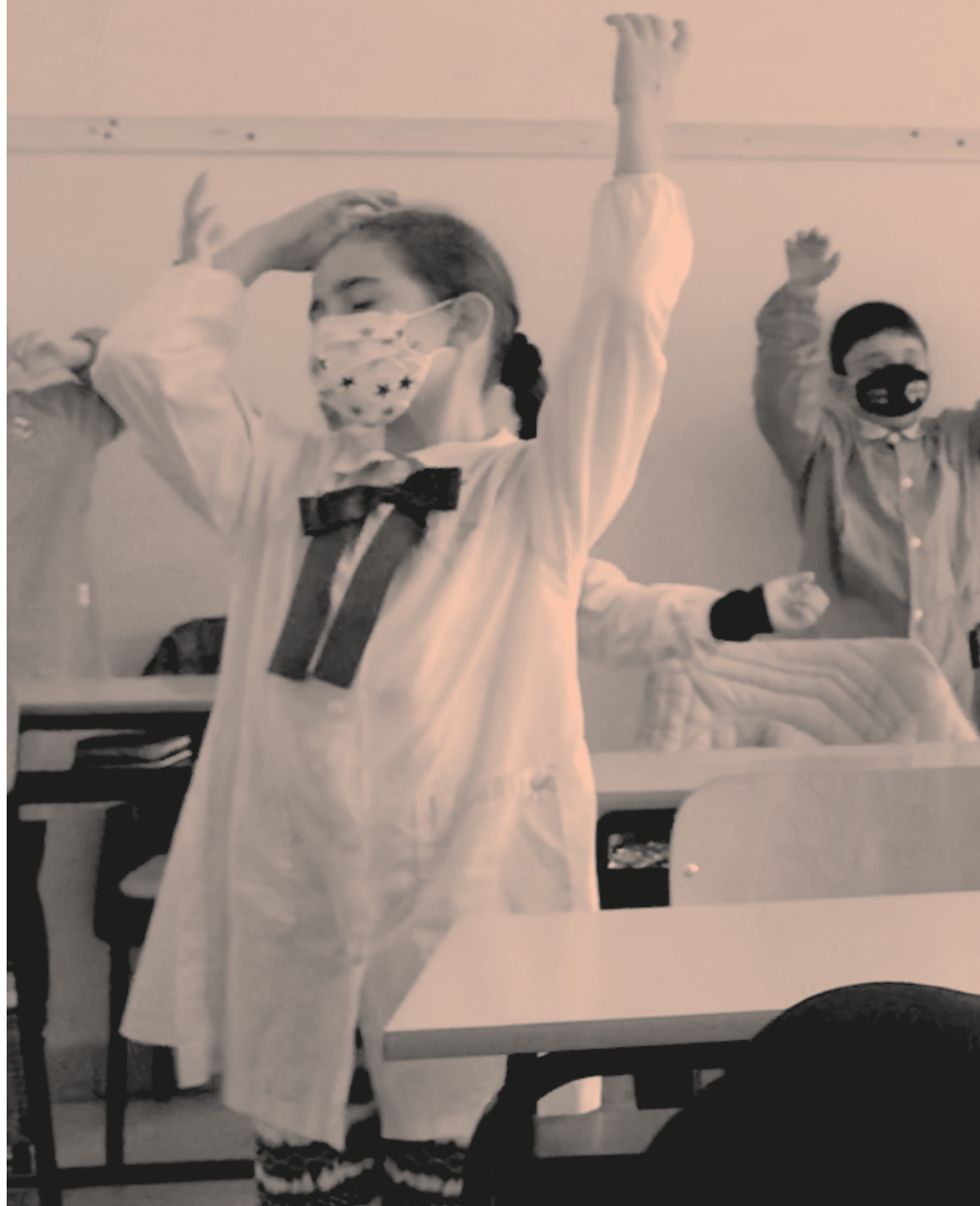
Io mi sono sentita una "persona nuova"
Perché è così difficile tenere gli occhi chiusi?
Perché ho paura e non ce la faccio perché
mi vengono i brividi.
Perché è difficile restare dentro di me.
Faccio fatica.

Durante l'esperienza CorpoGiochi ho provato
queste emozioni: all'inizio curiosità;
poi mi sembravano giochi un po' semplici
ma nello stesso tempo un po' difficili;
mi sentivo in imbarazzo perché erano movimenti
molto strani e quindi entravo in confusione;
poi mi veniva da ridere per questi movimenti
strani, ma non si poteva; quindi spesso non
volevo svolgere l'attività, ma solo per non
sbagliarla.

CorpoGiochi in fondo mi è piaciuto molto,
mi sono rilassata e mi sono divertita.
Volevo continuare a farlo.

Se proprio devo dire la verità nel primo incontro ho trovato
un po' di difficoltà nell'esprimermi liberamente anche perché quando
abbiamo svolto il primo incontro ancora non conoscevo bene i compagni.
Questo progetto a me è piaciuto e oltre che a farci un po' divertire
è servito a formare una classe unita.

non mi sembra così difficile tenere
gli occhi chiusi per me è facile.
Vuoi dire stare dentro la mia mente?
Beh anche questo non è difficile per me.



Per me CorpoGiochi è un progetto
che in questo anno difficile
dove dobbiamo stare distanti
l'uno dagli altri ci fa sentire
comunque vicini.



A CorpoGiochi mi sono sentita bene e libera.
Quando ho ascoltato il battito del mio cuore
mi sono rilassata come se fossi entrata
nel mio cuore. L'antenna mi fa ridere
e con lei mi diverto ad imparare cose nuove
su di me. Mi sono divertita e vorrei
che ci fosse sempre.

Durante CorpoGiochi
io mi sono sentita
libera e felice.
I giochi sono stati
bellissimi invece
in alcuni giochi non
mi sono sentita adatta.

Mi è rimasta impressa una frase, "lo sguardo
è un urto di emozioni" detta dalla conduttrice
del laboratorio che si faceva chiamare "Antenna";
durante questo laboratorio sono stato riempito
proprio da tante emozioni insieme: ansia,
divertimento, curiosità, serenità, entusiasmo.

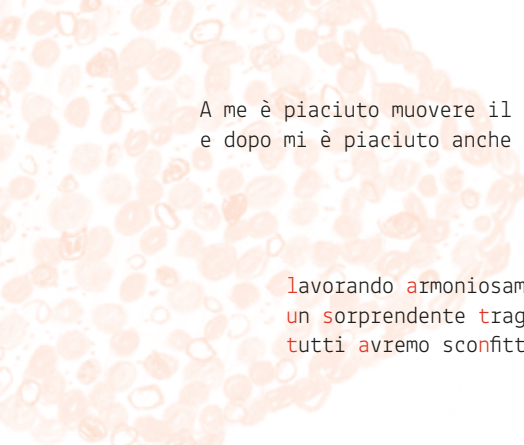
Oggi mi è piaciuto gironzolare
per la classe senza toccare nessun mobile
e fare il simbolo della mia squadra,
sentire nella mia testa la vocina
che mi diceva di scegliere il numero
giusto e ancora riposarmi con la testa
sul banco, sentire con le braccia l'aria.

Guardare gli altri è stata
un'ispirazione.

Perché dentro alla mia testa
il cervello ha solo due pensieri.
La prima è quando penso
alla musica Beatbox.
E la due è che penso sempre
che quando ero piccolo io ero
un punto debole.
Dopo passando gli anni nessuno
non mi ha più combattuto contro
di me. È come che siamo tutti
fratelli e sorelle. Tipo io guardo
che nevicata e ci vado.
Dopo tutti gli altri lo fanno.
È tipo un'ipotesi.

Mi è piaciuto dirvi
cosa ci dava fastidio.





A me è piaciuto muovere il cuore e sentire la musica con i miei amici
e dopo mi è piaciuto anche guardarci sorridendo.

lavorando armoniosamente raggiungeremo insieme
un sorprendente traguardo a distanza di sicurezza
tutti avremo sconfitto l'influenza fatale

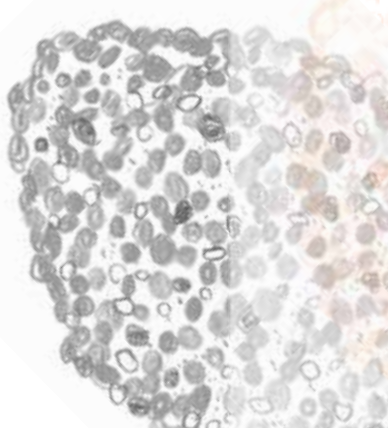
È stato bello ma un po' noioso.

All'inizio mi vergognavo a parlare in pubblico, ma grazie
a questo laboratorio non ce l'ho più. Capita spesso
che quando ci si sbaglia le altre persone ci prendono
in giro, ma la regola "fatti i fatti tuoi" ha eliminato
questa situazione.

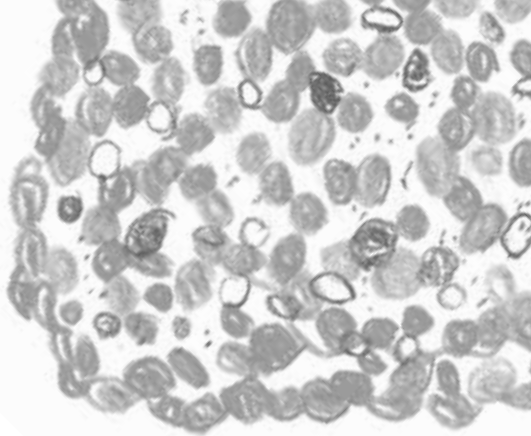
Io non ho difficoltà a tenere gli
occhi chiusi mi sono sentita bene.
Io non ho difficoltà a stare dentro
di me. Viene da guardare perché
si vuole copiare.

Ce la metterò tutta anche se non mi piace. Mi sono sentita bene,
quando gli altri parlavano e io li dovevo guardare con il cuore
che è stato facile. È stato difficile quando dovevo fare le cose
senza vedere gli altri.

Durante il gioco delle vibrazioni sentivo
l'energia da sotto i piedi, durante la danza
privata mi scatenavo, mi sono sentita bene
perché ho fatto cose nuove.



È così difficile tenere gli occhi chiusi
perché mi vergogno tanto, penso che mentre
ho gli occhi chiusi, mi deridono per quello
che sono.



Io di me stessa ho scoperto che nonostante
fossimo distanti si può riuscire a giocare
restando seduti al banco e devo dire
che proprio non me ne ero accorta.

Ho adorato essere un albero durante un terremoto.
Mi sono divertita molto e spero arrivi
velocemente mercoledì.

Io mi sono sentita protetta

Mi sono sentita un uovo
(dentro al nido ero al caldo)

E se posso aggiungere che corpo giochi
mi fa un po' addormentare quando tengo
gli occhi chiusi.

È così difficile tenere gli occhi chiusi perché non sai quello
che ti succede intorno. Mi viene da guardare quello che fanno
gli altri perché devi capire cosa fanno.



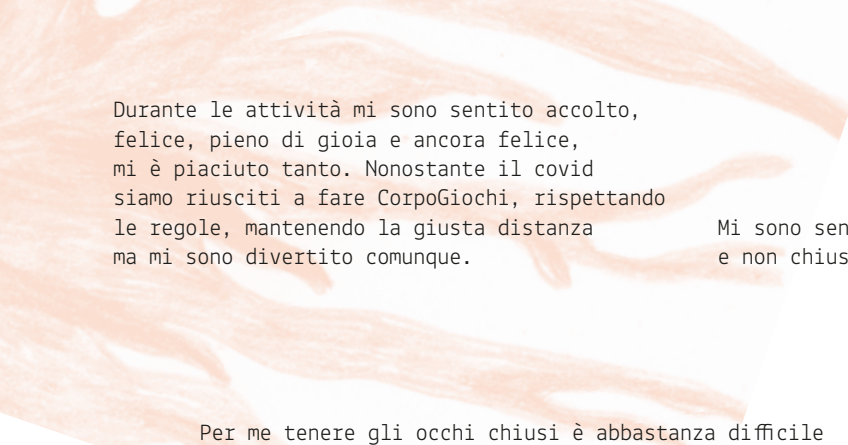
Non ce l'ho fatta a fare CorpoGiochi
perché è troppo difficile per me.

Mi sono sentito molto bene, molto facile
come un bicchiere d'acqua ancora da bere.





non ricordo con precisione
quali fossero le mie emozioni
ma ricordo che è stato interessante
ascoltare le emozioni.



Durante le attività mi sono sentito accolto,
felice, pieno di gioia e ancora felice,
mi è piaciuto tanto. Nonostante il covid
siamo riusciti a fare CorpoGiochi, rispettando
le regole, mantenendo la giusta distanza
ma mi sono divertito comunque.

Mi sono sentita libera, aperta
e non chiusa dentro di me!

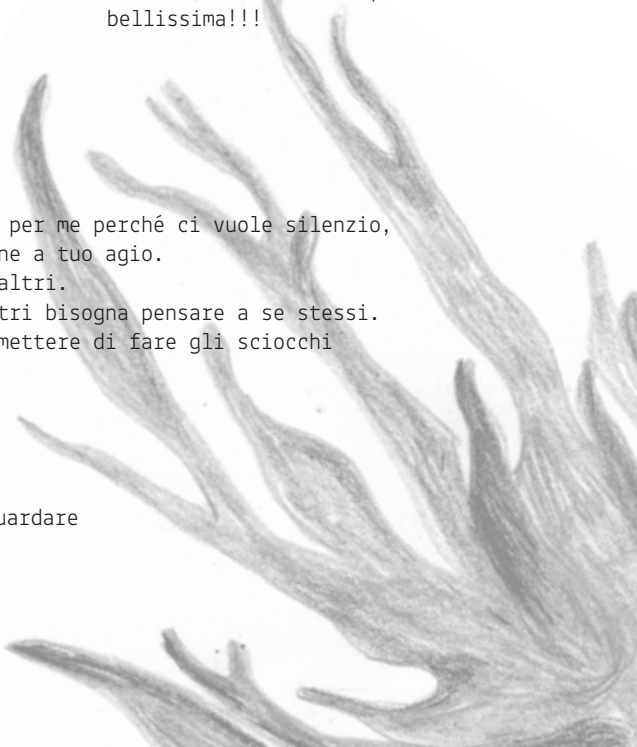
Per me tenere gli occhi chiusi è abbastanza difficile
perché sembra lo stesso che mi stiano osservando.
È abbastanza difficile stare dentro di me perché credo
che intanto altri abbiano gli occhi aperti e mi sembra
che mi possano prendere in giro. Mi viene da guardare
gli altri perché credo di fare male qualcosa!!

dà inaspettate
sensazioni tanto
da non prendere
in considerazione
altro

È stato un momento strano
e bello allo stesso tempo.
Durante l'incontro, Monica
ha messo una musica
e ci ha chiesto di ballare,
mi vergognavo, ma poi ci ha
chiesto di chiudere gli occhi
e mi sono sentito leggero
come una piuma.
Insomma, è stata un'esperienza
bellissima!!!

Per starsi dentro di sé è difficile per me perché ci vuole silenzio,
calma, concentrazione, trovarsi bene a tuo agio.
A me non mi viene di guardare gli altri.
Secondo me per non guardare gli altri bisogna pensare a se stessi.
Per non aprire gli occhi bisogna smettere di fare gli sciocchi
e collaborare e non distrarsi.

Mi ha aiutato il gioco dove ci dovevamo guardare
negli occhi e ora grazie a questo gioco
non mi sento in imbarazzo guardando
una persona mi guarda negli occhi.



mi sono sentita bene e felice,
mi sono sentita come un angelo





ma CorpoGiochi alla fine mi è anche piaciuto,
perché non importa se si farà da seduti, mi piacerà sempre.

Abbiamo girato nello spazio e abbiamo
scoperto che c'è dello spazio
nella classe.

Quando ho fatto la danza al banco mi sono stancato tanto
le gambe, ho scoperto che ci si può stancare anche senza
correre in uno spazio grande ma anche restando davanti
al banco.

È stato molto strano, nel senso che ci faceva
fare cose inusuali, tipo allenarci
nello sguardo non crudele, in questo mi sono
reputato abbastanza bravo, non mi è venuto
neanche una volta da ridere; io ridevo dentro
per la stranezza dall'azione, ma fuori rimanevo
calmo e sicuro, di quello che stavo facendo,
è stato piacevole ma come ho scritto prima
abbiamo fatto delle cose che normalmente
neanche mi passano per l'anticamera
del cervello.

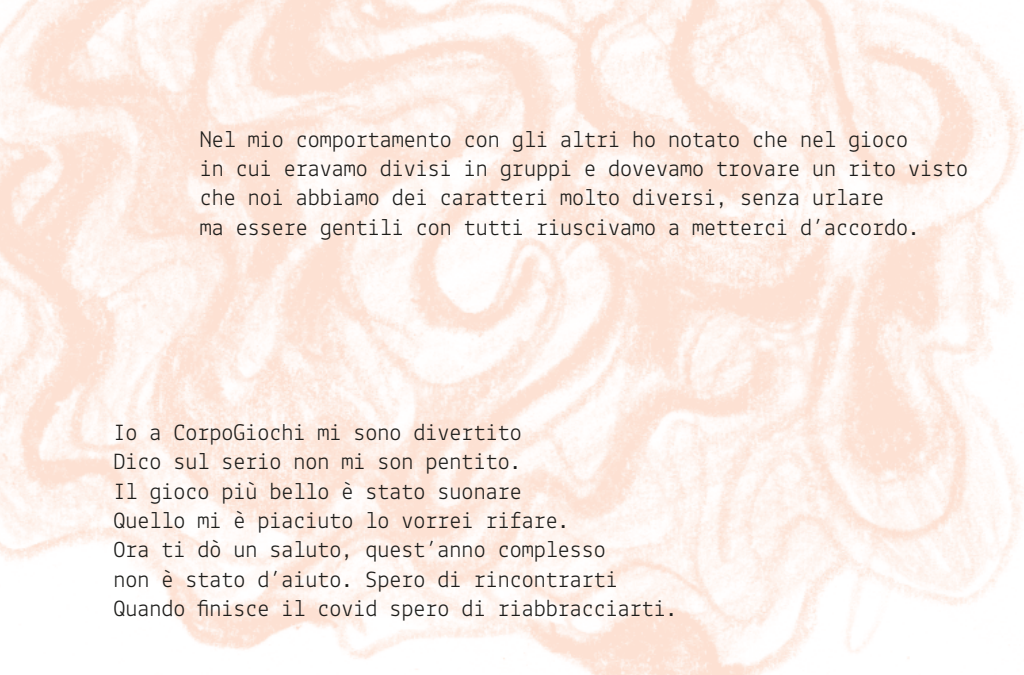
Ho scoperto che mi sento
meglio in mezzo agli altri.

Come mi sono sentita
durante gli incontri
La giusta distanza?
Mi sono sentita ME
STESSA!!

Meravigliata
Entusiasta
Strana
Timorosa
Eccitata
Stupita
Sorpresa
Arricchita

Non mi è piaciuto niente e mi sono stressata
e non voglio fare più Corpo giochi.

I giochi che mi sono piaciuti di più sono stati
lo sguardo gentile che parti dal petto poi man mano
sali fino agli occhi e poi l'altro gioco che mi è piaciuto
molto è stato lo specchio amico che tu facevi un gesto
e potevi prenderlo da qualcun altro e il tuo compagno
a sua volta poteva ricopiare il movimento che facevi tu
e tu lo prendevi da qualcun altro.
Ma anche tutti gli altri giochi sono stati stupendi!
In questi quattro incontri nonostante fossimo distanti
e con la mascherina abbiamo fatto delle cose davvero
indimenticabili!



Nel mio comportamento con gli altri ho notato che nel gioco in cui eravamo divisi in gruppi e dovevamo trovare un rito visto che noi abbiamo dei caratteri molto diversi, senza urlare ma essere gentili con tutti riuscivamo a metterci d'accordo.

Io a CorpoGiochi mi sono divertito
Dico sul serio non mi son pentito.
Il gioco più bello è stato suonare
Quello mi è piaciuto lo vorrei rifare.
Ora ti dò un saluto, quest'anno complesso
non è stato d'aiuto. Spero di rincontrarti
Quando finisce il covid spero di riabbracciarti.

Questo progetto è basato
sul capire chi sei.

Mi sono sentito accolto, felice,
pieno di gioia e ancora felice,
mi è piaciuto tanto.
Nonostante il covid siamo riusciti
a fare corpoGiochi, rispettando
le regole, mantenendo la giusta
distanza ma mi sono divertito
comunque.

Durante le attività mi sono sentito
il più muto della classe e ho notato
i cambiamenti degli altri perché
corpoGiochi ci ha fatto conoscere
la parola "mi dai fastidio"
che possiamo usare quando qualcuno
ci dà fastidio.

Io non pensavo di fare CorpoGiochi
dato che c'era il covid, ma ci siamo
riusciti anche se eravamo sul banco
e questa cosa mi piace.

Su di me ho trovato un solo cambiamento
di comportamento, non parlare sopra ai miei compagni
perché prima mi capitava, ma adesso con lo sguardo
negli occhi non mi capita più.

In alcuni giochi mi sono sentito grande

Abbiamo appreso una nuova tecnica
di dialogo dove ognuno nel silenzio
poteva prendere parola senza alzare
la mano (metodologia che secondo il mio
parere sarebbe carino adoperare nelle
consuete lezioni che teniamo).
Così ci siamo accorti che è difficilissimo
prendere parola nel silenzio, io stessa
non ci sono riuscita e ho sentito
come se le parole non mi riuscissero
ad uscire dalla bocca.

Quando penso a CorpoGiochi
mi vengono i brividi
di felicità.

lentamente abbiamo giocato
in una stanza, tutti assieme,
distanziati, in silenzio, tra
amici, nella zona adatta.

Io non mi sentivo a mio agio
e mi vergognavo. È difficile
tenere gli occhi chiusi perché
mi vergogno.
È difficile restare dentro di me
perché mi vergogno.
Mi viene da guardare gli altri
perché mi vergogno.

Mi sono sentito come un filo d'erba
(Antenna: tu non sei
un filo d'erba, non puoi saperlo
- come ti sei sentito tu), quando
qualcuno mi arriva addosso
riuscivo a resistere,
ero coraggioso







ho notato anche dei cambiamenti
nel mio comportamento con gli altri,
per esempio il gioco dell'orchestra
che mi ha aiutato anche a socializzare
di più soprattutto con icompagni nuovi.

IL SISTEMA DEI NEURONI SPECCHIO IN CORPOGIOCHI

Pietro Sutter nasce a Ravenna nel 1991 e dopo la maturità classica si iscrive a Padova alla facoltà di Psicologia. Si laurea in magistrale in Neuroscienze nel 2016 e svolge il tirocinio professionalizzante all'Università di Gent in Belgio, in psicologia sperimentale. È iscritto all'albo degli psicologi in Emilia-Romagna e ha completato il Master in Etnopsichiatria presso l'Istituto Beck di Roma. Attualmente lavora come educatore scolastico per ragazzi con disturbi del comportamento a Bologna.

Esiste un'ampia bibliografia di articoli scientifici a sostegno dell'attivazione nel cervello di un osservatore di neuroni collegati alla programmazione motoria quando quest'ultimo assiste alla messa in atto di un'azione (Gazzola and Keysers, 2009; Brass and Heyes, 2005). Prove a supporto di tale meccanismo di matching arrivano da vari studi, sia di tipo comportamentale (Brass et al., 2001), che di registrazione intracranica di singola cellula nel cervello di scimmie (Di Pellegrino et al., 1992), che di risonanza magnetica funzionale (fMRI) (Gazzola and Keysers, 2009).

Questo meccanismo di neuroni specchio costituisce un vero e proprio sistema neurale e forma le basi per l'imitazione, la comprensione delle azioni e la cognizione sociale (Gallese & Goldman, 1998; Rizzolatti & Craighero, 2004).

Tuttavia, le risposte di imitazione non sono sempre benefiche per la realizzazione di un comportamento di successo. Una tendenza automatica all'imitazione dei comportamenti degli altri può determinare un'interferenza nell'esecuzione di un'azione quando l'azione osservata è diversa dalla risposta che deve essere messa in atto (Brass et al., 2001).

In più, risposte di regolazione dell'imitazione hanno un vantaggio in certi contesti; per esempio, quando azioni complementari, piuttosto che identiche, devono essere eseguite in compiti che richiedono un'azione combinata. Si pensi per esempio alla situazione in cui ci viene passata una tazzina da caffè. Se la persona che ha in mano la tazza la porge tenendola per il manico (precisiongrip), l'individuo che la riceve deve mettere in atto una presa differente, usando l'intera mano (whole-handgrip). Se si usasse lo stesso tipo di presa, il precisiongrip, la tazza cadrebbe, dal momento che non sarebbe funzionale alla ricezione della tazza.

Sulla base della teoria dell'apprendimento della sequenza associata (Associative sequencelearning, ASL theory), portata avanti da Heyes nel 2001, i collegamenti percezione-azione che mediano risposte di imitazione crescono principalmente attraverso l'esperienza di osservazione ed esecuzione delle medesime azioni (Ray and Heyes, 2011). Si parla in questo caso di 'sistema rappresentazionale condiviso' (Bardi et al., 2016) dal momento che percezione e azione si intersecano sullo stesso piano. Il sistema dei neuroni specchio ci permette di mettere in atto, quindi, sia comportamenti di imitazione diretta che di controllo dell'imitazione o anche comportamenti complementari. Di conseguenza, è possibile concludere che le tendenze all'imitazione non sono necessariamente inevitabili e che tale sistema può essere addestrato a mettere in atto comportamenti di contro-imitazione.

Periodi relativamente brevi di addestramento sensomotorio possono incrementare (Press et al., 2007) o eliminare (Catmur et al., 2007) le risposte di imitazione.

In uno studio condotto da Catmur e collaboratori nel 2007, i ricercatori sottoposero i partecipanti per 90 minuti a un training sensomotorio inverso, di contro-imitazione: veniva loro chiesto di muovere il dito indice ogni volta che vedevano sullo schermo di un computer il movimento di un dito mignolo e viceversa. Al termine del training, i Potenziali Motori Evocati (MEPs) registrati rivelarono un pattern opposto: l'attività registrata dal muscolo del dito mignolo era maggiore quando i partecipanti

osservavano movimenti del dito indice rispetto a quando osservavano movimenti del dito mignolo, a differenza di come avviene normalmente.

Di conseguenza, un addestramento visuo-motorio con indicazioni opposte di contro-imitazione va a colpire direttamente il sistema dei neuroni specchio, il quale può acquisire proprietà di regolazione dell'imitazione.

Il Sistema dei Neuroni Specchio (SNS), costituito da vari gruppi di neuroni distribuiti in diverse aree del nostro cervello, spesso viene considerato il substrato neurale alla base dell'empatia. Questi clusters di neuroni si attivano nel momento in cui vediamo una persona eseguire determinate azioni e, per estensione, tale fatto lascia intendere che effettivamente il SNS possa avere un ruolo concreto nel nostro modo di relazionarci con gli altri. Provate altresì a pensare a quando incontrate qualcuno per la prima volta e volete fare buona impressione oppure a quando l'altra persona vi sta simpatica e volete mantenere un'atmosfera piacevole. In questi casi noterete che i vostri gesti, le pose delle vostre gambe o delle vostre braccia, i vostri sorrisi saranno 'specchio' di quelli del vostro interlocutore. Una parte di voi, mediata dal SNS, si comporterà inconsapevolmente in modo simile a quello della persona che vi sta dinanzi.

A livello neurale, in particolare, attraverso studi di fMRI è emersa un'attivazione in particolare delle aree della corteccia prefrontale antero-mediale (aMPFC) e della giunzione temporo-parietale (TPJ) nei compiti di controllo del comportamento di imitazione (Brass, Zysset & von Cramon, 2001). Queste stesse regioni cerebrali sono in più fondamentali per i processi cognitivi di alto livello: il sense of agency (che permette di identificare chi è l'iniziatore o la causa di un pensiero o di una azione (Farrer et al., 2003); la Theory of Mind, definita come la capacità di riflettere sugli stati mentali delle altre persone (Amodio & Frith, 2006).

Quello che fa CorpoGiochi, in modo indiretto, è sfruttare la natura e il funzionamento del Sistema dei Neuroni Specchio. Questo laboratorio si concentra su modalità di azione collaborative tra i vari partecipanti, i quali (nelle attività proposte all'inizio della sessione) non possono toccarsi e devono rispettare gli spazi di ciascun membro. Le istruzioni per le attività da svolgere sono dettate da un personaggio chiamato Antenna, un nativo del mondo fantastico in cui è ambientato il laboratorio. Costei usa il proprio corpo come un mezzo di comunicazione concreto, allenato e flessibile ed è un modello di adulto che approccia il mondo in modo ricettivo e aperto alle intuizioni provenienti dall'esterno. Sono i Neuroni Specchio, come istruiti dalle regole dell'Antenna, a mettere in atto comportamenti di contro-imitazione, ad attivare il body involvement, a riconoscere le distanze tra il Sé e l'Altro.

A prendere parte a tali laboratori sono spesso persone che non sempre si conoscono reciprocamente tutte, possono essere nuclei familiari diversi o magari bambini di una classe scolastica appena formata. Inevitabilmente, quindi, le relazioni che si concretizzano nell'arco della sessione implicano una certa dose di complicità che si deve instaurare tra i partecipanti. Si tratta di persone che scelgono volontariamente di partecipare a CorpoGiochi oppure individui coinvolti e sollecitati a parteciparvi. In un caso probabilmente hanno già una certa predisposizione all'apertura e all'incontro con l'altro, nell'altro invece dovranno attivarsi e predisporre all'interazione. Il ruolo dei Neuroni Specchio in questo frangente è quindi critico e il SNS si pone come mediatore fondamentale dell'approccio e dell'incontro con l'altro. L'empatia che può instaurarsi tra i partecipanti, quel gioco di complicità e di obiettivi comuni imposti dal gioco sono sicuramente frutto dell'azione stimolante dei Neuroni Specchio.

Le regole di CorpoGiochi possono essere concepite come delle regole per il Sistema dei Neuroni Specchio, in particolare la seconda: *Fatti i fatti tuoi*. Istintivamente, soprattutto i bambini, tendono a rispondere anche senza essere interpellati, a intervenire al posto dei coetanei, a deridere gli altri. Atti di inibizione di questi comportamenti vengono maturati col tempo e durante gli anni scolastici, normalmente. CorpoGiochi si pone come incentivante di tali buone norme comportamen-

tali: mentre i Neuroni Specchio istintivamente si attivano quando un altro svolge un'azione, parla o ride, l'imposizione di una regola netta può suscitare l'attivazione di comportamenti di contro-imitazione mediati dal SNS.

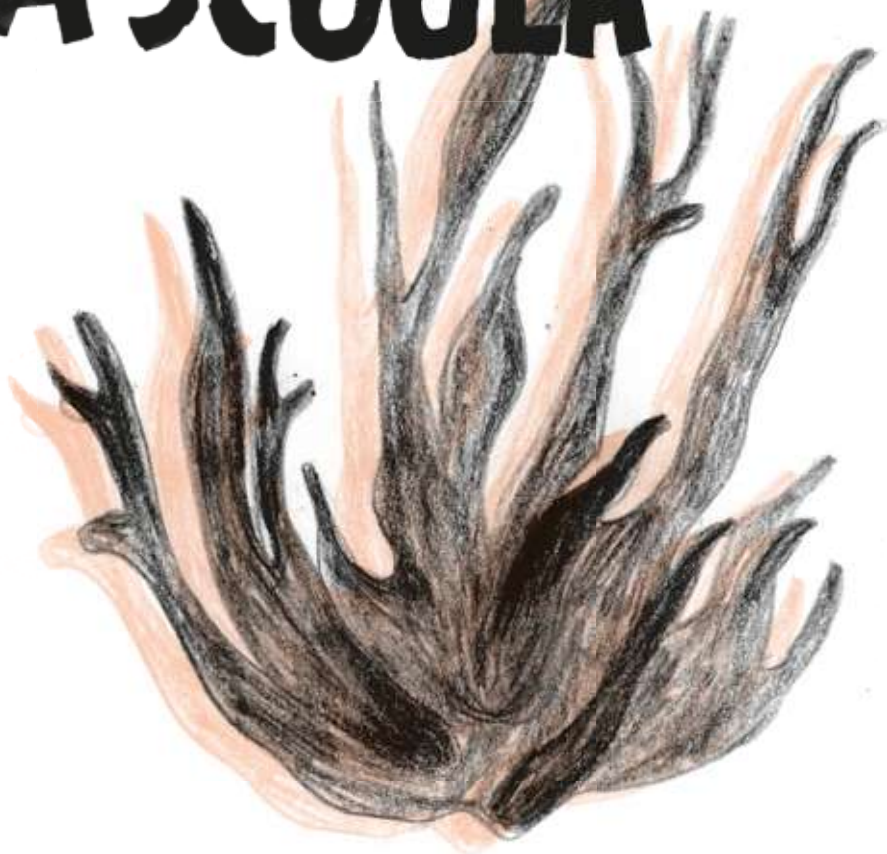
L'essere umano è un animale sociale e la socialità, soprattutto per come uno si immagina un laboratorio simil teatrale, implica il contatto tra gli attori in gioco. Il precludere nettamente questa possibilità è un atto di profondo insegnamento dell'autocontrollo e del rispetto dello spazio personale altrui. In particolare, laddove i partecipanti devono svolgere e superare le prove e gli ostacoli virtualmente creati dall'Antenna, il riconoscimento dell'altro come Altro da Sé, come possessore di un proprio spazio personale invalicabile, è un momento critico. I neuroni specchio, deputati all'imitazione e alla cognizione sociale, si attivano, riconoscono i gesti dei 'mostri' e agiscono gesti opposti, comportamenti di contro-imitazione, necessari al superamento della prova. Il non potersi toccare, in combinazione con l'esecuzione di gesti opposti, pone i partecipanti su un piano di complementarità forzosamente disgiunta.

Nella versione originale di CorpoGiochi, verso la conclusione del laboratorio, il contatto fisico finalmente arriva, una volta superata la prova, per entrambi i gruppi di partecipanti. Gli uni toccano gli altri. Successivamente, gli altri toccano gli uni. Si concretizza così quell'ultimo step di imitazione che le persone quasi attendono. Il tocco, il contatto tra Compatti e Allungati, arriva a sancire l'accettazione di entrambi nella terra della stirpe dell'Antenna, la Terra dei Nativi. L'imitazione del gesto di approccio con l'altro, svolto da entrambi i gruppi di partecipanti, crea un momento catartico per tutti i presenti.

Infine, il saluto di benvenuto e di accoglienza che si rivolgono gli uni gli altri è dato dal solo sguardo. È sufficiente. L'incontro a lungo evitato e inibito dalle regole del gioco, prima finalmente raggiunto con il contatto di accettazione, ora viene di nuovo allontanato, ma solo perché quasi superfluo. Una volta che si è diventati tutti parte della stessa comunità, basta l'incontro di sguardi ad attivare l'empatia di fondo.

Nell'edizione modificata di questo laboratorio, chiamata 'La giusta distanza', il contatto fisico invece non avviene mai tra i partecipanti. Rimane sospeso, come un'illusione, e si potrà colmare tale distanziamento solo in un secondo momento, più avanti, quando le condizioni esterne lo permetteranno. Lo sguardo fa da ponte, necessario per simulare il contatto, ma che deve essere temporaneamente sufficiente, data l'impossibilità di vicinanza tra le persone. Il mancato avvicinamento a Sé di un partecipante stimola anche l'altro, attraverso il SNS, a rifuggire il contatto. Entrambi, consapevoli delle regole e del divieto di toccarsi, si fanno alleati in questo. Il comportamento trasgressivo dell'uno, infatti, inevitabilmente determina anche la violazione dell'altro. È quindi solo attraverso la volontà di entrambi che si riesce a raggiungere l'obiettivo comune.

PRATICHE CORPOREE A SCUOLA





Sociologa, dirigente del Comune di Ravenna per oltre trent'anni, occupandosi di Servizi Sociali, Politiche Giovanili, Politiche di genere, Immigrazione e Cooperazione internazionale. Ha svolto durante la propria vita professionale, e continua a svolgere dopo il pensionamento, attività di formazione, progettazione e valutazione per università, enti pubblici e privati, in Italia e all'estero. È autrice di numerose pubblicazioni in libri e riviste.

Monica Francia ha scelto da molti anni la musica di Arvo Pärt, compositore estone, per accompagnare i laboratori CorpoGiochi, in particolare *Spiegel im Spiegel* che significa "specchio nello specchio"; l'idea di Arvo Pärt è quella di proporre una musica nella quale osservarsi, come in una superficie riflettente, per mettersi a nudo e fare inevitabilmente i conti con se stessi. La musica di Arvo Pärt è minimalista e meditativa, uno spazio di calma per fermarsi, immobili, interrogarsi e guardarsi dentro; il silenzio in Pärt diventa musica e terreno di ricerca interiore.

Il *gioco dello specchio* che coinvolge a coppie i bambini nel guidarsi reciprocamente, senza alcuna comunicazione verbale è una delle attività proposte nei laboratori di CorpoGiochi -la giusta distanza-.

Il Sistema dei Neuroni Specchio (SNS), costituito da vari gruppi di neuroni distribuiti in diverse aree del nostro cervello, spesso viene considerato il substrato neurale alla base dell'empatia; il sistema dei Neuroni Specchio permette di mettere in atto sia comportamenti di imitazione diretta che di controllo dell'imitazione o anche comportamenti complementari (le connessioni tra neuroscienze e metodologia CorpoGiochi sono approfondite in un altro contributo di questo Almanacco)

L'autosservazione e percezione del sé (il *gioco la voce dei pensieri*) l'ascolto delle vibrazioni del proprio corpo (il *gioco delle vibrazioni*) e l'imitazione o contro imitazione dell'altro da sé (il *gioco dello specchio*, il *gioco del direttore d'orchestra*) sono alla base di molti allenamenti laboratoriali di CorpoGiochi; su questi elementi si è basata specificatamente l'attività CorpoGiochi -la giusta distanza- che, considerate le limitazioni imposte alla prossimità ed al contatto fisico al fine di tutelare la salute in tempo di pandemia, ha dovuto escludere tutte le attività di contatto e di affidamento fisico reciproco che erano precedentemente parte integrante della metodologia CorpoGiochi a scuola.

I laboratori CorpoGiochi -la giusta distanza- sono stati per i bambini l'occasione per sperimentare silenzio, comunicazione non verbale, immobilità, isolamento ad occhi chiusi, concentrazione su di sé, sul proprio corpo e sulle sue vibrazioni. Nella restituzione di un'insegnante partecipante al corso di formazione *Capovolti*, che ha preceduto l'avvio dei laboratori nelle scuole, il silenzio [...] è inteso come un alleato, un elemento che aggiunge valore, non un fattore fastidioso e imbarazzante. Si sperimenta l'immobilità. Con l'esercizio *la voce dei pensieri* si cerca di favorire il dialogo e la voce interiore, la percezione del silenzio intorno. Anche la verbalizzazione del proprio pensiero passa attraverso il silenzio.

Un'altra insegnante nella restituzione finale successiva ai laboratori scrive che i bambini hanno sperimentato attraverso il corpo attività statiche e dinamiche che per essere svolte richiedevano impegno e concentrazione in modo da viverle e sentirle attraverso il corpo vissuto non come uno strumento per muoversi o compiere esercizi fisici, ma un corpo che ascolta, sente dentro di sé, percepisce. Nel *gioco dello specchio*, in cui dovevano a coppie guidare e farsi guidare dal compagno nello svolgere movimenti senza comunicare verbalmente, hanno compreso quanto fosse necessario rallentare, andare piano e stare attenti e concentrati Nell'attività delle *vibrazioni* i bambini si sono dovuti concentrare e sentire le vibrazioni che provenivano da sotto la pianta dei piedi e che facevano muovere tutto il corpo, come una

propagazione, e il corpo sussultava di conseguenza ... senza compiere movimenti volontari ... inizialmente veniva loro voglia di compiere movimenti ma poi, piano piano hanno compreso come rilassare il corpo e lasciarsi andare alle vibrazioni.

Monica Francia ha saputo innovare la metodologia CorpoGiochi, ormai collaudata da 18 anni nelle scuole e non solo, rimodulandola in CorpoGiochi -la giusta distanza-, tenendo conto, da una parte, dei vincoli, delle restrizioni e delle nuove regole imposte alle relazioni sociali ed all'organizzazione scolastica in tempo di pandemia, dall'altra parte, dei bisogni, delle ansie, delle paure dei bambini e degli adulti educanti.

Si tratta di un esempio interessante di riorganizzazione di un'attività, finalizzata sia ad adattare la metodologia al nuovo contesto socio relazionale ed educativo che ad innovare, arricchire e rendere flessibile l'applicazione della metodologia CorpoGiochi.

In quest'anno di pandemia ho potuto conoscere e valutare (grazie alla mia attività professionale di sociologa valutatrice di progetti sociali ed educativi) la riorganizzazione di diversi progetti ed attività, che sono stati costretti a ripensare metodologie e regole in tempo di pandemia e di emergenza sanitaria. Nella maggior parte dei casi le attività si sono riorganizzate con modalità a distanza (dalla didattica a distanza, alla conferenza on line, alla consulenza video) che non prevedono interazione dei corpi.

Anche l'attività laboratoriale di CorpoGiochi si è interrotta nella scorsa primavera nel periodo della chiusura delle scuole e della quasi totalità delle attività; poteva anche non riprendere, essendo un'attività centrata sul corpo e la relazione, anche di contatto, tra corpi; tuttavia proprio questa sua peculiarità l'ha resa una metodologia efficace in un momento sociale e culturale in cui il corpo e le relazioni tra i corpi sono negati, ma le relazioni affettive e sociali sono fondamentali per il mantenimento dell'equilibrio psichico. Molte delle attività e delle regole di CorpoGiochi sono state ripensate e riproposte in CorpoGiochi -la giusta distanza-: l'allenamento al rispetto dell'altra, alla consapevolezza del proprio corpo, alle attività relazionali non verbali, all'ascolto di sé e dell'altra, allo sguardo accogliente e non giudicante, al rispetto delle regole. Escluse le attività di contatto di cui però nelle attività laboratoriali è stato riconosciuto il desiderio: "resta la voglia di vicinanza". Nelle attività del -la giusta distanza-, il proprio corpo limitato e negato, il corpo dell'altra che deve essere tenuto a distanza nelle relazioni sociali e talvolta anche familiari, rientrano in gioco in una dinamica rispettosa ed empatica.

Ho potuto svolgere una valutazione dell'impatto del progetto utilizzando sia gli strumenti di monitoraggio già previsti intrinsecamente al progetto, quali restituzioni di insegnanti e di alunni e video dei laboratori, che effettuando interviste ad hoc. La maggior parte delle insegnanti che già avevano sperimentato CorpoGiochi ha richiesto anche nell'anno scolastico in corso la ripresa dei laboratori con l'aspettativa di acquisire da essi nuovi stimoli e metodologie di osservazione degli alunni e di gestione delle relazioni nel gruppo classe, consapevoli dei pesanti influssi esterni della pandemia sui bambini e le loro famiglie (in termini di stress relazionali, ansia, lutti, problemi di salute, economici e lavorativi). Ovviamente non tutte le insegnanti hanno sviluppato lo stesso livello di coinvolgimento e di abilità nel gestire le ricadute potenziali dei laboratori; tuttavia alcune testimonianze sono particolarmente utili per comprendere l'impatto del progetto sui bambini e sul gruppo classe.

Un'insegnante scrive: [...] riteniamo che lo svolgimento del laboratorio sia stato utile per aumentare la consapevolezza degli alunni dell'utilizzo e dell'importanza della comunicazione non verbale tra pari, in un periodo in cui questa risulta spesso essere l'unica praticabile. Ed un'altra: i bambini hanno ritrovato le parole, gli atteggiamenti, le dee che già avevano sperimentato: allenarsi al silenzio, usare l'intelligenza corporea per non produrre suoni inutili, stare concentrati, ascoltare. Questa volta, però, in modo più deciso, sono stati messi di fronte al concetto di responsabilità

nei confronti del gruppo cui appartengono. I giochi e le attività proposte avevano lo scopo di allenarli ad un lavoro introspettivo nei confronti di se stessi attraverso anche l'acquisizione di nuove abitudini[...] Ed un'altra: ho osservato un aumento graduale della capacità di attenzione e di ascolto[...] Il laboratorio è uno strumento utile sblocca rigidità ed aiuta a trovare un proprio equilibrio nella relazione con se stessi e con gli altri, proponendo alternative non invasive e rispettose nell'uso dello spazio e del corpo.

Al rientro a scuola ad inizio anno scolastico gli insegnanti hanno riscontrato negli alunni una forte voglia di ritornare a scuola e di relazionarsi coi compagni; nella maggior parte dei casi non hanno rilevato paure specifiche nei bambini, ma piuttosto ansia, impazienza, urgenza di parlare senza ascoltare; in alcuni casi forti conflittualità nel gruppo classe; in generale comunque nei bambini accettazione delle regole imposte dalle limitazioni di ordine sanitario (mascherina, distanziamento...), anche se da alcuni considerate troppo rigide e non sempre, anche se involontariamente, rispettate, soprattutto dai bambini più piccoli. Le insegnanti in genere non hanno comunque riscontrato in modo evidente nei bambini comportamenti di ansia o paura direttamente riconducibili alla "paura del covid", né maggiore insofferenza alle regole. È da considerarsi tuttavia che comunque la scuola è un luogo in cui tante sono le regole imposte dagli adulti (e le nuove regole si assommano alle altre) e che la flessibilità e capacità di resilienza dei bambini è maggiore di quella degli adulti. Dalle interviste effettuate alle Antenne Francesca Serena Casadio e Daniela Camerani ed a Monica Francia, a sua volta Antenna in alcune classi, emerge invece un'ottica almeno parzialmente diversa della situazione rispetto al "prima". Non sono emerse durante i laboratori, nei bambini, a parte alcuni casi, paure o traumi particolari; c'è consapevolezza, soprattutto nei più grandi, e rispetto delle regole imposte dalla situazione, anche delle più rigide, ma nello stesso tempo voglia di mettersi in gioco, curiosità; stupore per le nuove regole di CorpoGiochi nei bambini che lo avevano già sperimentato gli anni precedenti, specialmente il non potersi toccare ed abbracciare. In particolare spiazzante, per chi aveva già fatto i laboratori in palestra precedentemente, è il fatto che l'attività si svolgesse nell'aula, in spazi ristretti, nei banchi, nel rispetto delle distanze; svolgere il laboratorio CorpoGiochi nello spazio costretto dell'aula invece è stato ritenuto dalle Antenne molto utile per osservare il gruppo classe nelle dinamiche quotidiane, nell'ambiente abituale, per poter osservare e mappare in tal modo le relazioni strutturate dei bambini nella classe, non osservabili con la stessa dinamica in un ambiente palestra. È nello spazio aula che il corpo è dimenticato, nelle attività scolastiche quotidiane ed è lì che è fondamentale riportare sul corpo l'attenzione. Al contrario nelle testimonianze di alcune insegnanti, lo svolgere i laboratori in aula è stato ritenuto limitante, rispetto allo spazio della palestra, luogo della motricità, dove i corpi si possono muovere liberamente.

Dalle interviste alle Antenne inoltre emerge, rispetto al "prima", ansia nelle insegnanti, rigidità nell'imposizione delle regole, modalità diverse di vedere i bambini e di relazionarsi con loro e di gestire i comportamenti individuali e del gruppo classe. Ciò chiaramente è comprensibile dato il carico di responsabilità che pesa sulle insegnanti nel contesto delle nuove e limitanti norme che regolano la vita nella scuola, ma sottolinea anche come sarebbero per le insegnanti utili anche nuovi strumenti e supporti.

Alcune considerazioni finali sulla metodologia di CorpoGiochi -la giusta distanza- sono possibili nonostante il breve periodo di sperimentazione e ritengo siano comunque utili per strutturare e replicare la metodologia che ha proposto soluzioni alternative ed innovative, arricchendo la precedente e strutturata esperienza di CorpoGiochi. La metodologia de -la giusta distanza-, pur mantenendo intatte le acquisizioni e le finalità di CorpoGiochi ha introdotto alcuni elementi che potrebbero poi comunque essere utilizzati anche in contesti post-pandemia e quindi di

allentamento dei vincoli cui oggi la scuola è tenuta.

Innanzitutto l'utilizzo dello spazio aula, che diversamente dalla palestra non è vissuto come spazio per la ginnastica ed in cui "scatenarsi", consente *allenamenti* maggiormente autoriflessivi, concentrati sulla percezione del proprio corpo, sullo specchiamento dell'altro, sullo sguardo e sul non verbale. Lo spazio aula consente di osservare come i corpi si muovono e le relazioni tra di essi (gli sguardi, i gesti, le prossimità ...) avvengono, nello spazio abitualmente utilizzato per apprendere, in cui spesso ci si occupa prevalentemente solo della mente. Lo strumento dell'osservazione e della mappatura delle relazioni fatte di sguardi e di gesti può fornire indicazioni utili alle insegnanti per comprendere e gestire le relazioni nel gruppo classe.

La maggiore limitazione imposta dalle misure sanitarie adottate all'applicazione della metodologia consolidata di CorpoGiochi, è, ovviamente, il divieto di vicinanza e di contatto tra i corpi, il divieto di toccarsi e di abbracciarsi; azioni che erano considerate la naturale conclusione, la prova di fiducia reciproca, successiva all'ascolto dell'altro ed all'apprendimento del rispetto del corpo e dello spazio dell'altro. La soluzione innovativa individuata è stata quella della produzione di un video tutorial *Body Attack. Giochi Domestici per congiunti elastici*, che consente ai bambini di provare a casa, coi propri familiari, quelle attività di contatto che nei laboratori precedenti di CorpoGiochi si svolgevano col gruppo dei pari. Tale parte del progetto sarà sperimentata a breve e successivamente, testatane l'efficacia, la metodologia potrà essere replicata, disseminata e riproposta anche in altri contesti.





TESTIMONIANZE - INSEGNANTI -

parole, piccoli racconti anonimi di chi
ha osservato l'esperienza dei laboratori
CorpoGiochi -la giusta distanza- a scuola



* le immagini sono state realizzate in differenti
momenti della prima parte dell'anno scolastico
2020/21, alcune di queste sono precedenti il Decreto
Regionale n.205 del 26 ottobre 2020, con il quale,
in ottemperanza al D.P.C.M.24 ottobre 2020
si raccomandava fortemente l'uso della mascherina
anche in posizione statica



I laboratori hanno sicuramente offerto un'occasione in più per riflettere su gesti che spesso vengono compiuti senza soffermarsi a pensare che dipendono dalla volontà di ognuno, come ad esempio il produrre rumore spostandosi con la sedia.

Così come il manifestare apertamente, da parte di ogni alunno, i fastidi provati a scuola, è stata un'altra bella occasione per capire che non si è soli nell'avvertire certi stati d'animo e che uno sguardo può essere di immenso valore e supporto, se rivolto sinceramente e non giudicante.

È stato bello vedere i bambin3 in esplorazione che si muovevano per tutto lo spazio, anche nei punti in cui si fatica a passare e il muoversi senza ostacolarsi e riuscendo ad evitare contatti con i compagni. Molto apprezzati dai bambini sono stati i momenti maggiormente dinamici come la danza privata al banco in cui potevano dare sfogo alle proprie energie ma in uno spazio limitato, ed è stato bello poter vedere come due bambine che al primo incontro avevano deciso di stare in piedi e non muoversi, nel susseguirsi degli incontri abbiano iniziato a lasciarsi andare e fare la propria danza personale vincendo l'imbarazzo.

L'essere osservatore e non conduttore mi ha offerto la possibilità di godere appieno dell'esperienza, potendomi soffermare maggiormente sui vari aspetti, da una prospettiva differente rispetto al solito.

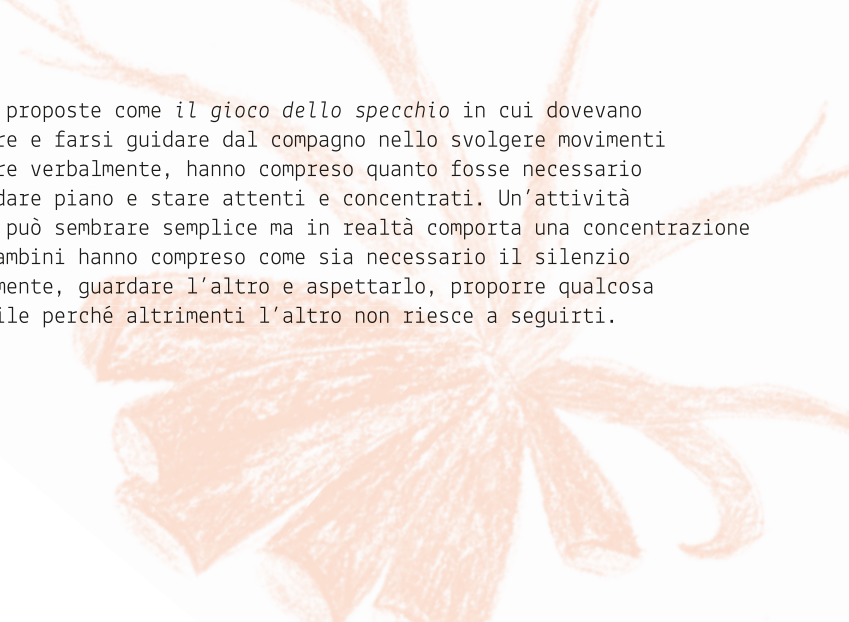
Sono state presentate le regole e in particolare il modo di partecipare agli incontri facendo interventi senza alzare la mano ma attendendo la fine del discorso del compagno e a dare attenzione a chi sta parlando guardandolo e orientando il corpo verso di lui, questa modalità permette al bambino che parla di essere veramente ascoltato e di avere l'attenzione che merita, e gli ascoltatori hanno capito come sia importante fermarsi e non fare altro, trasmettere a chi sta parlando la propria attenzione e il non ascoltare in modo distratto.



Mi sono sentito abbracciato
dal cuore, quindi bene (molto bene)

io mi sono sentita coraggiosa,
paura nel corpo "cuore di fuoco"





Hanno eseguito proposte come *il gioco dello specchio* in cui dovevano a coppie guidare e farsi guidare dal compagno nello svolgere movimenti senza comunicare verbalmente, hanno compreso quanto fosse necessario rallentare, andare piano e stare attenti e concentrati. Un'attività di questo tipo può sembrare semplice ma in realtà comporta una concentrazione profonda e i bambini hanno compreso come sia necessario il silenzio e andare lentamente, guardare l'altro e aspettarlo, proporre qualcosa che sia fattibile perché altrimenti l'altro non riesce a seguirli.

Quest'anno abbiamo accolto con curiosità ma anche perplessità le nuove modalità di CorpoGiochi. Partendo da una classe molto numerosa, movimentata e vivace, il nostro timore era quello che la stessa non riuscisse a seguire con interesse le attività proposte svolte in posizione statica. Le famiglie degli alunni hanno accolto con entusiasmo l'inizio del progetto. Al termine non abbiamo riscontrato nessun dato negativo da parte dei genitori.

Il progetto *la giusta distanza* mi è subito piaciuto perché lo vedevo come una modalità di conoscenza reciproca e di sé stessi, di conoscenza dell'ambiente e di molte regole che si potevano introdurre per poi proseguire durante tutto l'anno scolastico.

Ero però consapevole che non sempre le attività proposte sono ben comprese dai ragazzi e dalle famiglie poiché lavorare su di sé e sul gruppo classe non è talvolta considerata attività scolastica.

In realtà le famiglie sono risultate subito collaborative e i ragazzi entusiasti dell'attività. Si sono messi in gioco ed hanno subito compreso le regole da rispettare.

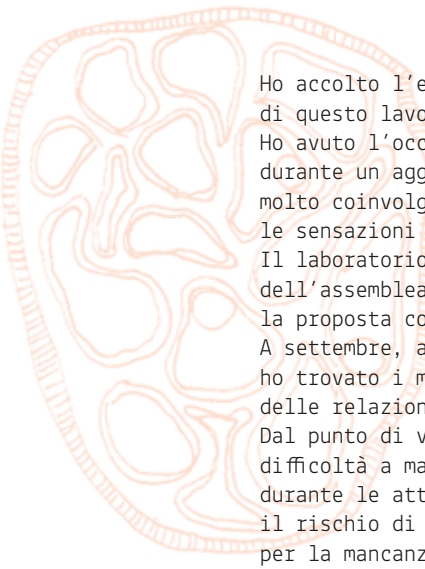
Durante il laboratorio al docente viene data la possibilità di osservare i ragazzi da un punto di vista non didattico, ma comportamentale e relazionale e questo mi ha permesso di conoscere meglio i miei nuovi alunni, cosa che ad inizio anno è molto importante!

Inoltre vengono trasmessi valori fondamentali quali il rispetto reciproco (se mi dà fastidio qualcosa non me la devi fare), l'ascolto dei compagni (parlo solo quando gli altri hanno finito e guardo in faccia a chi parla), pensare a ciò che possiamo fare per il gruppo (concetto di educazione civica che si traduce con "fatti i fatti tuoi"), conoscenza degli altri (se li ascolto li imparo a conoscere), prendersi le proprie responsabilità (se "lotto" per fare una cosa, devo mettercela tutta per dare il meglio, altrimenti posso scegliere di non farla), e tanti altri ancora.

Mi è piaciuto riposarmi con la testa
sul banco, andare vicino alla lavagna
e dire la cosa che mi dà più fastidio
e alzarmi quando gli altri dicevano
i loro fastidi.







Ho accolto l'esperienza con grande piacere. Ho pensato che la proposta di questo lavoro sulla corporeità fosse una preziosa risorsa. Ho avuto l'occasione di partecipare al progetto in prima persona, durante un aggiornamento: l'esperienza, oltre a rivelarsi emotivamente molto coinvolgente, mi è stata di grande aiuto per capire meglio le sensazioni dei miei alunni durante il laboratorio.

Il laboratorio è stato presentato alle famiglie in occasione dell'assemblea di classe ed i genitori presenti hanno accolto la proposta con entusiasmo.

A settembre, al rientro in classe dopo il lungo periodo di lockdown, ho trovato i miei alunni piuttosto "carichi" dal punto di vista delle relazioni: voglia di parlare, di giocare insieme...

Dal punto di vista didattico, li ho trovati piuttosto distratti: difficoltà a mantenere l'attenzione per tempi anche brevi, svogliatezza durante le attività curricolari. Non ho notato preoccupazione riguardo il rischio di contagio. Molti hanno espresso dispiacere per la mancanza degli abbracci. Nel corso del laboratorio alcuni effetti positivi si sono già presentati:

- alcuni bambini hanno riflettuto sulle loro difficoltà legate al corpo (rimanere fermi, non produrre suoni)
- alcuni hanno riflettuto su cosa significhi "sguardo gentile"
- sono emerse criticità legate al "prendere in giro"
- riflessione su "dove vanno i nostri sguardi" e perchè

Non so se questo laboratorio possa aiutare a fronteggiare il disagio psicologico creato dall'emergenza sanitaria, ma sicuramente aiuta ad affrontare il disagio legato a situazioni relazionali poco positive: la mia classe è piuttosto giudicante (i bambini tendono a prendersi in giro, a volere sempre essere i primi, a criticare gli errori degli altri) ed il laboratorio ci sta aiutando a riflettere sull'importanza di accettare se stessi, per riuscire ad accogliere gli altri. Mi farebbe piacere riproporre ai miei alunni il laboratorio (anche se per loro è un'attività estremamente faticosa!) e lo consiglierei senza dubbio ad altri docenti.

Da osservatrice ho potuto notare quanta capacità di ascolto e attenzione sono riusciti ad avere i bambini, si sono impegnati e hanno vissuto le esperienze proposte pienamente e con coscienza.

Si sono dimostrati rispettosi e aperti all'esperienza, capaci di provare a superare i limiti che si auto impongono per l'imbarazzo e ad esprimersi senza paura di giudizi, è stata anche un'occasione di partecipazione attiva da parte dei bambini che verbalmente fanno fatica ad esprimersi.



Bello, calmante, cosa mai fatta,
un gioco molto bello, timidezza.
Per me non è difficile tenere
gli occhi chiusi. Per stare
dentro di sé è difficile per me
perché ci vuole silenzio, calma,
concentrazione, trovarsi bene
a tuo agio.



Mi sono sentita aperta
e non chiusa dentro di me!



Le attività proposte sono state fin dall'inizio molto coinvolgenti sia dal punto di vista fisico che emotivo. Gli alunni hanno risposto attraverso le proprie modalità che sono andate via via affinandosi durante il percorso. La presenza di tanti adulti in classe (tre insegnanti, Monica Francia, tirocinante Irina Varesco) non ha destabilizzato il clima positivo ed intenso che si è venuto a creare durante gli interventi. Gli alunni sono riusciti a partecipare cercando di seguire le regole, a volte diverse dalle quelle del quotidiano scolastico, faticando soprattutto nei primi incontri, ma senza demotivarsi e affrontando le attività con grinta e perseveranza.

Durante la prima lezione i bambini hanno ritrovato le parole, gli atteggiamenti, le dee che già avevano sperimentato: allenarsi al silenzio, usare l'intelligenza corporea per non produrre suoni inutili, stare concentrati, ascoltare. Questa volta, però, in modo più deciso, sono stati messi di fronte al concetto di responsabilità nei confronti del gruppo cui appartengono. I giochi e le attività proposte avevano lo scopo di allenarli ad un lavoro introspettivo nei confronti di se stessi attraverso anche l'acquisizione di nuove abitudini, come ad esempio "Conversazione CorpoGiochi". È un'attività molto interessante durante la quale i bambini faticano a cercare lo sguardo dei compagni e a guardarli negli occhi per tutto il tempo in cui parlano, ma con l'allenamento ci riescono ed è bello vedere come siano soddisfatti delle loro conquiste e come vivono con gioia il fatto di scoprirsi capaci di farlo, con uno sguardo accogliente e non giudicante. Per alcuni è stato molto difficile, specialmente per chi è condizionato da conflitti e insicurezze che generano una sensazione di ansia, ma lo sguardo rassicurante dei compagni li ha aiutati. Proprio il lavoro sullo sguardo, che non deve mai essere provocatorio e giudicante, ha contribuito a creare un clima disteso e rilassante. Un altro aspetto dell'attività che ha coinvolto i bambini è l'idea del corpo che si gira in modo che il cuore illumini chi parla.

Fra un intervento e l'altro le insegnanti hanno continuato a proporre alcune attività/giochi e a trovare "ganci" disciplinari con l'esperienza vissuta. Nel corso dei laboratori si sono osservati miglioramenti sia dal punto di vista del rispetto delle regole sia dal punto di vista dell'intensità con cui hanno partecipato alle attività proposte. Inoltre le tecniche di conversazione, ascolto di sé e degli altri hanno permesso agli alunni di avvicinarsi ad una diversa e più consapevole conoscenza del proprio corpo e di imparare nuove possibilità di relazionarsi con gli altri senza il contatto fisico.



Mi sentivo coraggioso,
ho superato la paura di sbagliare.



Secondo me, il laboratorio è uno strumento utile perché, attraverso una modalità coinvolgente e giocosa, lavora sul movimento creativo e consapevole, aumenta il benessere, attiva le energie, sblocca rigidità ed aiuta a trovare un proprio equilibrio nella relazione con se stessi e con gli altri, proponendo alternative non invasive e rispettose nell'uso dello spazio e del corpo.

Al termine dai vari incontri si è fatto fissare ai bambini su carta ciò che era rimasto loro più in mente o come si erano sentiti nello svolgerla ed è emerso come abbiano apprezzato le proposte e abbiano vissuto lo spazio percependolo più grande o più piccolo, come fossero riusciti a superare una difficoltà come quella dello stare a occhi chiusi, fare critiche su sé stessi riferite alla difficoltà a stare fermi o concentrati nell'eseguire attività particolarmente impegnative in termini di concentrazione, qualcuno è rimasto un po' deluso perché avrebbe voluto fare il direttore d'orchestra ma non ci era riuscito, qualcun'altro si è sentito molto bene perché era riuscito e non pensava di farcela.

Ho avuto come l'impressione che fosse scattata una molla, come se fossero finalmente riusciti a salire quel gradino tanto difficile, per raggiungere un equilibrio. Si sono susseguiti momenti particolarmente emozionanti, partendo dalla condivisione del battito del proprio cuore, passando per il gioco dello specchio (momento nel quale sono stati invitati a riflettere sui movimenti da proporre, in modo da non mettere in difficoltà nessun compagno) per arrivare al culmine emotivo, durante la condivisione degli sguardi. Penso che questo laboratorio sia stato per noi un'importante occasione di riflessione e di crescita.

Il fatto che le insegnanti abbiano frequentato il corso di formazione a settembre 2020 e abbiano, quindi, sperimentato in prima persona le attività, le hanno rese consapevoli del processo e dell'importanza delle attività, rendendole più sensibili, attente ed "accoglienti" rispetto alle possibilità comunicative del corpo. Il ruolo dell'insegnanti - osservatore ha consentito di "scoprire" dei lati inaspettati, o ancora non emersi, del carattere di alcuni alunni.





COME LO SCUDO DI PERSEO

[Carolina Carlone]

Carolina Carlone ha studiato presso l'Università di Bologna.

Da trentasei anni insegnante nella scuola pubblica, ha condotto varie sperimentazioni e progetti, relativi ai linguaggi analogici e digitali. Negli ultimi diciassette anni, si è dedicata, assieme alla coreografa Monica Francia, all'ideazione e alla divulgazione del progetto CorpoGiochi® a Scuola, realizzando diverse pubblicazioni e film-documentari. Autrice di raccolte poetiche che ricevono apprezzamenti e numerosi riconoscimenti a livello nazionale, nel 2018 pubblica "Variazioni nel clima", nuova raccolta di versi con la quale vince il XIV Premio Internazionale Mario Luzi.

Quando, durante l'estate del 2020, ci siamo chiesti cosa fosse maggiormente utile fare, a scuola, con CorpoGiochi®, ci siamo trovati di fronte a un bivio mentale.

Da un lato, nel "tempo sospeso" del lockdown e della pandemia, dove il corpo è vissuto come "veicolo di pericolo" e, come tale, è bloccato e contenuto dai vari protocolli sanitari, tutto premeva perché anche noi suspendessimo il progetto in attesa di un ritorno alla "normalità".

D'altro canto, però, ci rendevamo conto che proprio questa azione coercizzante, questo "stare a distanza" senza toccarsi, anche se ampiamente igienizzati, e con il volto semi-coperto dalle mascherine, andava in qualche modo agito, cavalcato, utilizzato per, al contrario, riaffermare ancora di più l'importanza della corporeità nei processi di apprendimento e, più in generale, nel contesto scolastico quotidiano. Inoltre, se è vero, come affermava Merleau-Ponty in *Fenomenologia della percezione*, che "il mondo non è ciò che io penso, ma ciò che io vivo", allora dovevamo costringerci a considerare normale, per noi docenti e per i nostri alunni, anche questo tempo pandemico, per il quale diventava urgente attivare una nuova prossemica, un nuovo alfabeto di gesti e di sguardi.

Ovviamente, per stare dentro a un "mondo nuovo" era necessario, da parte nostra, un cambiamento, uno sforzo adattivo e creativo, una trasformazione del progetto che lo rendesse perfettamente rispettoso dei protocolli sanitari e utile alla scuola in tempo di covid19.

Di fronte, avevamo una grande sfida complessiva, non scevra di rischi anche personali, e alcuni obiettivi che sentivamo prioritari.

Prima di tutto, il ritornare a con-vivere in classe, accogliendo con la maggior empatia e il maggior calore possibili i nostri alunni, che si sarebbero ritrovati a fare i conti con regole ferree e protocolli, soprattutto per i più piccoli e per i bambini del tempo pieno, faticosi da sostenere.

La necessità, poi, di aiutarli a diventare sempre più consapevoli della distanza fisica, mantenendo attivo il canale comunicativo non verbale e allenandosi, in modo giocoso e divertente, al mantenimento della giusta distanza.

Volevamo anche mantenere vivo nei bambini il desiderio della vicinanza e del contatto, ricordando loro che erano possibili e altrettanto "normali" anche altre modalità di relazione fisica.

Infine, volevamo permettere, proprio attraverso l'uso emozionale del corpo, veicolato dalle attività proposte in classe da CorpoGiochi®, l'affioro indiretto di eventuali paure, vissuti difficili o traumatizzanti riferiti anche al periodo del lockdown, dell'interruzione improvvisa delle quotidianità familiari, amicali e scolastiche.

Per raggiungere tutti questi obiettivi, CorpoGiochi® poteva diventare lo scudo nel cui riflesso guardare Medusa senza rimanerne pietrificati.

Dott.ssa Valeria Savoia, Medico-Chirurgo Spec. Neuropsichiatria infantile e Direttore Struttura Complessa U. O. Neuropsichiatria Infantile e dell'Adolescenza-AUSL Romagna, ambito di Ravenna

La centralità del corpo nello sviluppo fisico, cognitivo ed emozionale nel bambino è un dato assodato e ampiamente studiato dagli psicologi dell'età evolutiva. Nel suo processo di sviluppo il bambino impara ad avvicinare e distanziare il suo corpo dagli elementi di realtà, appartenendo questo aspetto a tutti i percorsi di distanziamento dal genitore e che cominciano con i primi passi del bambino.

Questi movimenti lo portano distante dal corpo dell'adulto e si muovono tra la curiosità dell'esplorazione del mondo e la paura di ciò che può incontrare. Tale aspetto si interseca con la fiducia che il genitore continui ad esistere per sé, essendo possibile ritrovarlo anche dopo che è scomparso dalla vista. È questo il meccanismo che permette al bambino l'avvicinamento (o il distanziamento) agli elementi di realtà coniugandosi con la fiducia di base sulla bontà del contatto.

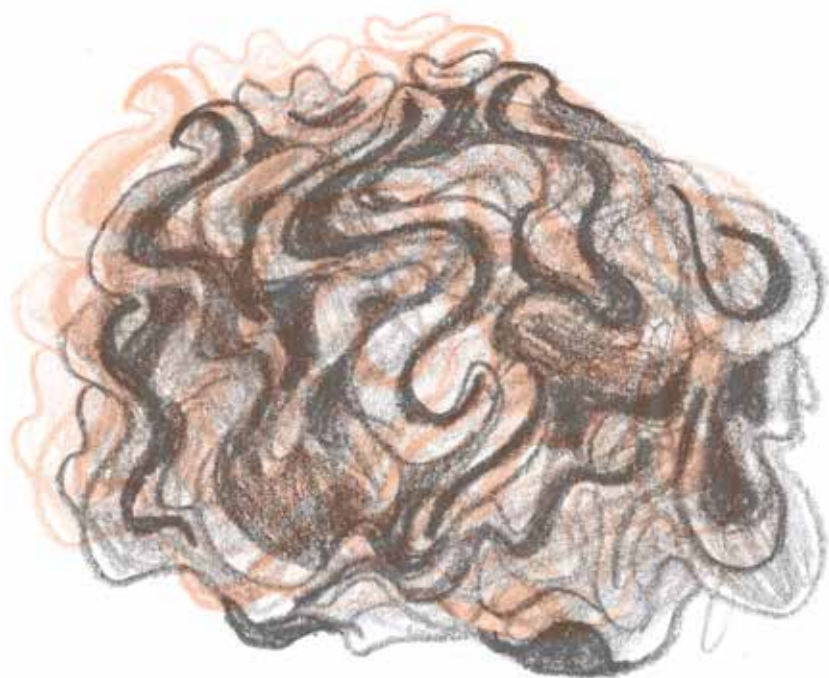
Ogni pensiero collettivo e attività che abbia a che vedere con la rilevanza dell'avvicinamento dei corpi è sicuramente portatore di capacità di controllo delle emozioni che questo evento comporta. Detto questo, si può sicuramente ritenere che l'indicazione a mantenere la distanza dal corpo dell'altro sia da considerare attentamente dal momento che può risultare contraddittoria rispetto a tutto ciò che un'attenta figura educativa ha espresso ed apprezzato fino a poco tempo fa. Allo scopo di non creare confusione e contraddizione l'importante è continuare a ritenere che non ci siano altre modalità di percezione degli elementi di realtà, ma che sia subentrata una variabile interveniente che va presa in considerazione.

Se per un adulto è doloroso ma sensato e non modifica nulla nel rapporto tenere la distanza con una figura affettiva con cui non si sta convivendo, per un bambino questa operazione può risultare confusiva.

La mancanza di chiarezza può indurre reazioni all'indicazione della figura educativa, può creare fantasie angoscianti, può disgregare modalità di relazione acquisite. L'unico elemento che può tenere agganciato il bambino agli elementi di realtà e che deve essere tenuto in considerazione non è tanto un'accurata spiegazione scientifica sulle potenzialità del COVID, non è la paura del contagio, che pure può e deve essere compresa nel suo significato, ma è, almeno in una lunga fase evolutiva, semplicemente l'affermazione fatta da parte del genitore e delle figure educative rilevanti che esprimendo questi concetti in sintonia con la propria emotività, rendono contemporaneamente plausibile e vivibile il contesto sociale e relazionale.

Tutto questo di fatto non si discosta dal processo di contenimento dell'emotività e dei timori del bambino che normalmente i familiari agiscono.

CAPOVOLTI FORMAZIONE ALLA GIUSTA DISTANZA



▶ ● CAPOVOLTI - NOTE DA UN SEMINARIO CON MONICA FRANCIA

[Franca Zagatti]

Studiosa, insegnante, artista di danza. Da anni afferma e promuove una visione plurale e inclusiva della corporeità avvicinando alla danza di comunità gruppi intergenerazionali, nuclei familiari, anziani, persone con diversa abilità. Svolge inoltre una diffusa attività d'insegnamento della danza a bambini e ragazzi e di formazione a educatori, insegnanti di danza, danzatori. Direttrice artistica del Centro Mousikè a Bologna, è responsabile del Corso per Danzeducatore® e presidente della DES - Associazione Nazionale Danza Educazione Società. Dal 1999 al 2012 è stata professor^a a contratto presso la Facoltà di Scienze della Formazione e del DAMS presso l'Università degli studi di Bologna.

È un primo pomeriggio di fine settembre 2020, il clima è mite, c'è il sole, si respira ancora un'aria da fine estate. Sono in macchina e sto cercando un parcheggio a Forlì, mi dilungo in questa ricerca del posto per continuare a ripercorrere alcune strade che da tempo non vedevo: Piazza del Carmine, via Macerì, via Giorgio Regnoli... Sono nata a Forlì e ogni volta che ritorno le strade mi parlano e mi riportano indietro con la memoria.

Ecco, sono arrivata davanti alla palazzina dell'ex deposito Atr, mi fermo, parcheggio e scendo. Di fronte a una porta ci sono diverse insegnant³, stanno aspettando di entrare, mi aggiungo a loro. Stiamo distanziate, indossiamo tutte la mascherina. Da una finestra del primo piano si affaccia Monica Francia e ci saluta festosamente dicendo: "Ma cosa state aspettando?". Allora la porta si apre ed entriamo.

Sono stata felice di venire invitata a partecipare a questo percorso di formazione sul Sistema CorpoGiochi® pensato per le insegnant³ di scuola primaria e secondaria e inserito all'interno del Festival Ipercorpo. Conosco e stimo Monica da anni, ma non ho mai seguito da vicino i suoi laboratori.

Questa sua proposta cade in un momento di grande sofferenza dei corpi, è un tempo di distanziamento, di contatti impossibili e apprezzo la sua indomita fiducia nelle possibilità dei corpi, ovunque, comunque e per tutti. Trascorrerò poco più di 4 ore in compagnia di una ventina di insegnanti ai quali verrà offerta un'esperienza estremamente chiara, coinvolgente, per qualcun^a forse un po' spiazzante, ma credo che al termine tutti siano usciti arricchit³, incuriosit³ e con uno sguardo rinnovato sulle possibili proposte motorie per le loro classi.

Siamo tutti sedut³, rigorosamente distanziat³ e con mascherina, la situazione spaziale rimanda a una conferenza, Monica è di fronte a noi dietro una scrivania, il clima è quello un po' passivo dei corsi di aggiornamento, eppure lei esordisce dicendo: "Via tutto! Non prendete appunti, via i cellulari. Per questa materia serve un corpo - presente e vulnerabile - nient'altro". Parla con schiettezza ed empatia, infonde positività e vitalità al gruppo sin dall'inizio. Sa chiedere e chiede con esattezza, ma allo stesso tempo stimola a spingersi con fiducia un po' oltre quello che ognuno già conosce.

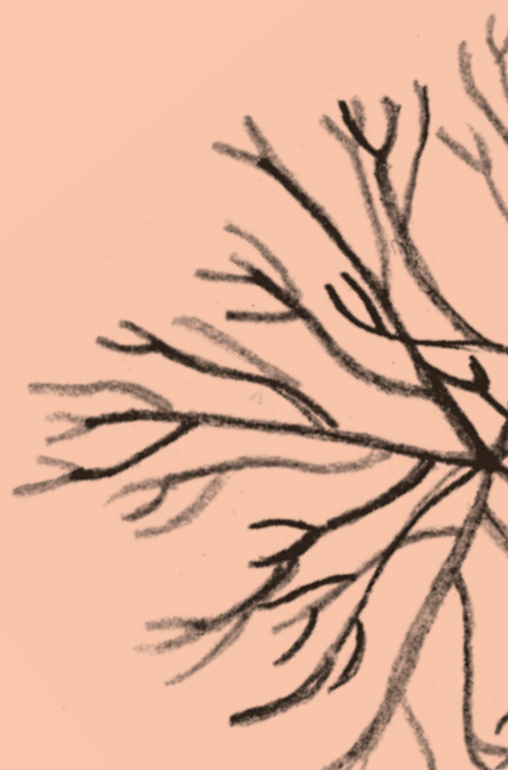
Il pomeriggio scorre via veloce attraverso una serie di attività concatenate con estremo rigore una nell'altra. Ogni esperienza che ci viene proposta contiene in sé delle informazioni di tipo sensoriale, cinetico, sonoro e semantico che non sono messe lì a caso, ma servono a costruire un percorso a tappe dove il corpo viene aiutato ad esprimersi, a riconoscersi e a lasciarsi andare.

In particolare sono catturata dal preciso uso delle parole, c'è una sorta di rifondazione del linguaggio da parte di Monica che riconosco come identificativo di una sua ricerca attorno al corpo di cui condivido ampi territori di indagine. E il linguaggio è uno di questi.

Non c'è che dire: spesso ci mancano le parole per "dirlo", ci mancano i pensieri per dire quel corpo che noi siamo. Le parole del nostro italiano sembrano imprecise,

come generate da una visione del corpo derivante da uno sguardo esterno al corpo e non dal proprio sentire interiore del movimento e dalle sensazioni ad esso collegate. Sembriamo più abituati a sentirci visti e giudicati, piuttosto che ad ascoltarci e sentirci, e questo, forse, ha finito con l'impoverire il linguaggio. È vero: sembra che le parole manchino, che siano alquanto limitate nel saper restituire l'esattezza, la vitalità, la complessità del dirsi corporeo. E allora, come Monica, a volte è necessario reinventarsi delle parole (ad es. "compatto" e "allungato") o creare dei concetti (ad es. "la voce del pensiero") in maniera da poter fare ricorso, coi gruppi che partecipano a un laboratorio di CorpoGiochi®, a una semantica condivisa basata su una comune e precisa esperienza corporea.

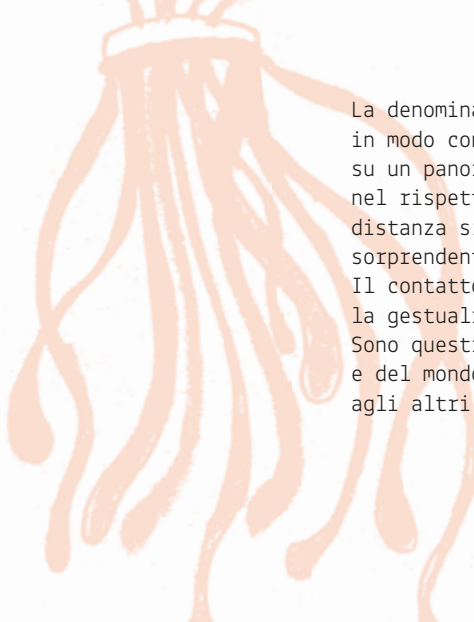
Quando esco è già sera e, guidando verso casa, penso che assumere così coraggiosamente il corpo come categoria del sapere e della conoscenza, soprattutto in ambito educativo, significhi veramente credere nell'esistenza e nella possibilità di trasmissione di una forma di sapere sensibile, dinamico che intreccia l'esperienza concreta del gesto con una elaborazione giocosa della consapevolezza del movimento. Promuovere, poi, un tipo di ascolto alle insegnanti, partendo dalla loro stessa corporeità e dalla loro disponibilità a mettersi in gioco in prima persona, non potrà che condurle ad allenare la capacità di guardarsi per guardare, di comprendersi per comprendere, di mettersi in gioco per giocare. E di cosa, se non di queste sensibili capacità del vivere di ognuna, oggi, possiamo dire di avere maggiormente bisogno?



TESTIMONIANZE - INSEGNANTI -

parole, piccoli racconti anonimi
di chi ha partecipato a Capovolti,
percorso di formazione per docenti





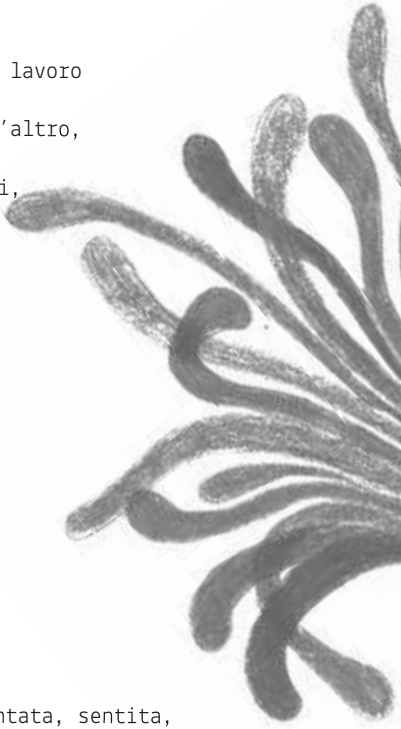
La denominazione del percorso *La giusta distanza* chiarisce in modo contingente il nuovo bisogno emerso e apre su un panorama immaginativo; un itinerario attualizzato nel rispetto della normativa anti-covid, da proporre in aula: distanza sí, imposta, ma giusta, equilibrata e creatrice di sorprendenti emozioni. La corporeità assume una valenza diversa. Il contatto con l'altro/a si commuta in prossemica, la gestualità e lo sguardo acquistano la priorità. Sono questi i nuclei centrali per la conoscenza di sé e del mondo, per aumentare la consapevolezza personale rispetto agli altri e per creare possibilità di partecipazione.

Penso ai miei alunni (...), a come risulterebbe utile un lavoro su movimento e azione, dove il corpo assume importanza di per sé, ma soprattutto come veicolo per esplorare l'altro, per averne "coscienza", per conoscersi, per aprirsi, per la formazione del gruppo, facendo emergere emozioni, sensazioni, pensieri.

Facendo quest'esperienza mi sono messa in gioco sia a livello fisico che emotivo e ho riscoperto che il corpo ha una grande importanza nelle relazioni interpersonali

È un'esperienza che va provata, sperimentata, sentita, contribuisce a riconoscere talvolta i propri limiti, a cambiare e migliorare sé stessi ed anche le persone che ci stanno attorno

Al termine di ogni giornata di lezione del corso provavo una piacevole sensazione di benessere e mi sentivo carica di energia positiva, libera e rilassata



Ciò che ha contribuito ad incrementare la mia "cassetta degli attrezzi" e che mi è parso confacente nell'applicazione concreta, sono stati alcuni esercizi che, attraverso il corpo e sollecitando il "coraggio" di mettersi in gioco, potenziano alcune aree, che nei bambini risultano un po' deboli come: l'ascolto e il rispetto delle proprie e altrui sensazioni, l'empatia, la fiducia, l'autonomia, la pazienza e le regole



I giochi proposti sono articolati in modo preciso e si "possono" svolgere solo se tutti i partecipanti si coinvolgono e assumono i vincoli previsti. (...) Regole che si interiorizzano come un valore, una garanzia per tutti e non come un'imposizione da subire



Esso (nota: il silenzio) è inteso come un alleato, un elemento che aggiunge valore (...) Anche la verbalizzazione del proprio pensiero passa attraverso il silenzio, nel flusso degli interventi che non hanno bisogno di essere segnalati, ma si miscelano spontaneamente e implicitamente, mediante l'ascolto reciproco



Tutte le esperienze sono state piacevoli e interessanti per ascoltare il mio corpo anche in profondità



MONDI CAPOVOLTI

[Rosanna Lana]

Dopo una laurea in lettere moderne, si trasferisce a Berlino dove conosce oltre a molte persone il mondo dell'illustrazione. Oggi vive in Italia, è grafica e illustratrice, ma anche fioraia all'occorrenza e docente, ha lavorato con il teatro, in ristoranti e stampato magliette. Dal 2015 segue il progetto CorpoGiochi. Esiste comunque un filo che collega tutte le diverse esperienze, ed è il pensiero che quello che sta facendo serva a continuare ad imparare qualcosa di nuovo.

Seguo il progetto CorpoGiochi e Monica Francia dal 2015, da quando spinta dall'interesse per una collaborazione sul piano grafico ho capito e deciso che per raccontare questo particolare progetto aveva senso farne parte, esperirlo.

Ci sono troppe cose su cui vorrei soffermarmi, ma pur in questi pochi anni la caratteristica che continua a convincermi e a renderlo un progetto per cui vale la pena continuare ad esserci è la sua capacità di adattarsi e dunque di essere sempre attuale e contemporaneo.

In questi cinque anni partecipare alla formazione è sempre stata l'occasione per scoprire sfumature, accezioni nuove del sentire e sentirsi con altr3. Mai uguale, mai ripetitivo, perchè l'universo su cui CorpoGiochi opera è il noi. E noi siamo in continua evoluzione, o almeno dovremmo esserlo. Ecco perchè CorpoGiochi è un progetto in movimento, non trova una forma statica, e neppure definitiva e mi auguro che mai lo faccia. Tutti i *metodi* dopo una iniziale fase di esplorazione e sperimentazione rischiano di congelarsi in una forma che poi viene perpetuata all'infinito, perdendo purtroppo spesso la propria validità con cui erano nati.

Perchè l'*hic et nunc* cambia, e cambia la società, i contesti, i bisogni.

Monica Francia per fortuna sembra aliena a queste dinamiche, del resto è una *Antenna* e forma *Antenne* che siano capaci di restare in costante ascolto di quel che accade, pronte a trasformare le intuizioni in giochi e prove alla portata di tutt3.

In questo almanacco trovate disegni, un immaginario che ci riporta ad un mondo naturale, poco considerato a volte, ma che resiste da molto prima dell'uomo sul pianeta terra. Piante, funghi, radici, spore. Un universo molto utile come metafora per un progetto che si muove secondo logiche che il mondo naturale mette in atto spontaneamente come metodo di esistenza ma soprattutto di co-esistenza nel mondo.

Capovolti, il sottotitolo della formazione di quest'anno, mi suggerisce questo, rovesciare il nostro punto di vista, andare a cercare quello che c'è sotto la superficie, come fanno funghi, micorrize, radici per restare in contatto fra loro, scambiarsi informazioni utili al benessere della specie (che non può vivere senza tener conto dell'altr3 che è accanto a sè) per imparare dall'altr3, per trovare strategie sempre nuove di vita.

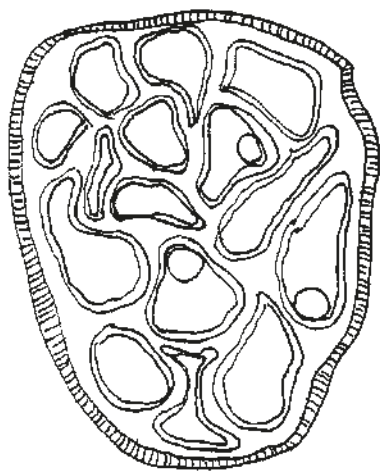
L'ascolto, la qualità del movimento ti permette di percepire qualcosa di nuovo. Le *vibrazioni*, gli *sguardi*, innescano a catena un propagarsi di onde sonore? stimoli elettrici? spostamenti di energia? Non so definirli e neanche mi importa, ma certamente mi ha aiutato a capire che il nostro orizzonte visivo, percettivo può allargarsi, e che incredibilmente è in risonanza con chi è con te. *Essere con*, in quel momento specifico, pur non sapendo niente dell'altr3, pur probabilmente non condividendo idee e visioni del mondo.

Il sentire è qualcosa di biologico, che supera le nostre costruzioni culturali e quindi potentissimo. Va scoperto, allenato, e mai dimenticato.

Quest'anno sono stata poco presente ai laboratori nelle scuole, ma aver partecipato al momento di formazione è come se avesse scavato un buco nel terreno per farmi entrare in quella rete di connessioni che si crea ogni volta che un laboratorio ha

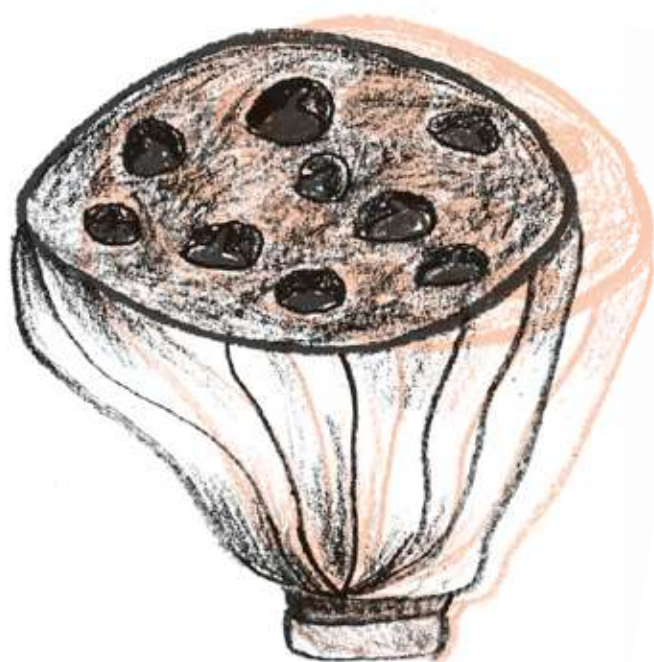
luogo in posti anche lontani da te. Io me lo immagino così; quel giorno a Bologna, sono partite delle radici, che si estendono con i loro tempi, attraverso cavità spugnose, aggirando ostacoli, sfruttando altre radici o micorrize, fino ad incontrare quelle che si sono formate nella scuola x di ravenna, che a loro volta nell'espandersi in tutte le direzioni si sono già intrecciate con quelle della scuola y e così via. E tutto questo intreccio di cui non si capisce nè l'inizio nè la fine è quello che mi fa sentire quest'anno ancor più vicina al progetto, pur essendone distante.

L'essenziale è invisibile agli occhi, dice Antoine de Saint-Exupéry nel Piccolo Principe, CorpoGiochi tenta di renderlo visibile, e anche io nel mio piccolo ci provo.



BODY ATTACK

COMPITO CORPOGIOCHI



BODY ATTACK - GIOCHI DOMESTICI PER CONGIUNTI ELASTICI -

Body Attack Tutorial 1. Prova di Fiducia è una azione del Progetto CorpoGiochi -la giusta distanza-, prodotto da CorpoGiochi ASD in collaborazione con Cantieri Danza APS e grazie al contributo di Comune di Ravenna e Fondazione del Monte di Bologna e Ravenna.
Riprese e Montaggio: Gerardo Lamattina
Illustrazioni e animazioni: Rosanna Lama

Dai primissimi giorni di quest'anno scolastico, i laboratori CorpoGiochi sono entrati nelle aule di molte scuole per realizzare un'attività sperimentale intitolata *-la giusta distanza-* che, pur rispettando i protocolli scolastici e il forzato distanziamento, continua a valorizzare il ruolo centrale della corporeità, provando a capirne nuovamente il valore e la funzione, osservando e praticando le distanze con intensa leggerezza, contribuendo a ricostruire sensi e sensazioni del corpo.

Vista l'impossibilità di proporre, negli incontri di laboratorio a scuola, le attività di gruppo che prevedono la prossimità ed il contatto, parti fondanti del metodo CorpoGiochi®, abbiamo ideato *Body Attack- Giochi domestici per congiunti elastici*- un progetto video che propone attività di gioco da realizzare con la famiglia con la finalità di veicolare in modo sotteso anche quanto la normalità sia fatta di contatto e non di distanziamento.

Il primo video *Body Attack Tutorial 1. Prova di Fiducia*. è dedicato esclusivamente agli student3 che hanno partecipato ai laboratori a scuola, per dar loro modo di sperimentare con i propri congiunti, nelle proprie case, le attività a contatto del progetto incentrate sull'ascolto, sulla presenza e sul tocco rispettoso e gentile.

Gli insegnant3 che hanno aderito a questa proposta, hanno affidato ai loro allievi questa attività come "Compito CorpoGiochi delle vacanze di Natale" che consiste nello sperimentare le attività del tutorial con i congiunti e poi intervistarli per raccogliere le loro impressioni e sensazioni. Sono i bambin3 e i ragazz3 che organizzeranno i propri congiunti e troveranno un momento adatto durante le giornate di vacanza per formare il gruppo di gioco, giocare insieme e intervistarli dopo l'esperienza.

Scopo dell'attività

Le attività proposte in questo primo tutorial, permettono di sperimentare la capacità di affidarsi e abbandonarsi con fiducia all'interno di una relazione, un affidarsi fisico e allo stesso tempo psicologico, che nel corpo si manifesta con l'abbandono ai movimenti agiti dall'esterno e osservati senza doversi difendere con la rigidità. Visto che si cresce psicologicamente disposti a difendersi, soli contro il mondo e l'unə contro l'altra, proponiamo di sperimentare un tempo dove diventare meno competitiv3 e più collaborativ3, meno guardingh3 e più fiducios3.

In questo capitolo trovate una selezione delle interviste che bambin3 e ragazz3 hanno rivolto ai propri congiunti e familiari dopo aver svolto insieme il Compito CorpoGiochi nelle proprie case.

Sulla base delle indicazioni del videotutorial *Body Attack- Giochi domestici per congiunti elastici*- gli student3, dopo aver sperimentato le attività con i propri congiunti, dovevano intervistarli per raccogliere impressioni e sensazioni.

Su 250 bambin3 e ragazz3 a cui è stato assegnato il compito, solo 52 famiglie lo hanno effettivamente svolto. Riteniamo che questo dato sia molto interessante e indicativo, restituisce domande importanti e utili anche per lo sviluppo del progetto; questo dato tratteggia elementi di un contesto che va osservato e tenuto in considerazione, per questa ragione abbiamo scelto di lasciare anche le note di chi non ha svolto il compito e le relative motivazioni.

Si sarebbe portati a pensare che, considerato il periodo di lockdown e, più in generale, di grave privazione legata alla sfera della socializzazione e del “contatto fisico”, una proposta che mettesse al centro del gioco proprio la dimensione del corpo in un ambiente familiare e conosciuto, venisse facilmente accolta.

Il fatto che un numero così ristretto di famiglie sia riuscita a svolgere il compito può in parte rivelare che la difficoltà o la disabitudine a mettere in gioco il proprio corpo siano altissime anche in contesti che definiremmo “protetti”.

Il video *Body Attack Tutorial 1. Prova di Fiducia* è visibile su vimeo, il video è protetto da password perché è stato realizzato per essere utilizzato solo da chi ha partecipato al progetto ma, motivando la richiesta, è possibile richiederne la visione scrivendo a info@corpogiochiasd.it



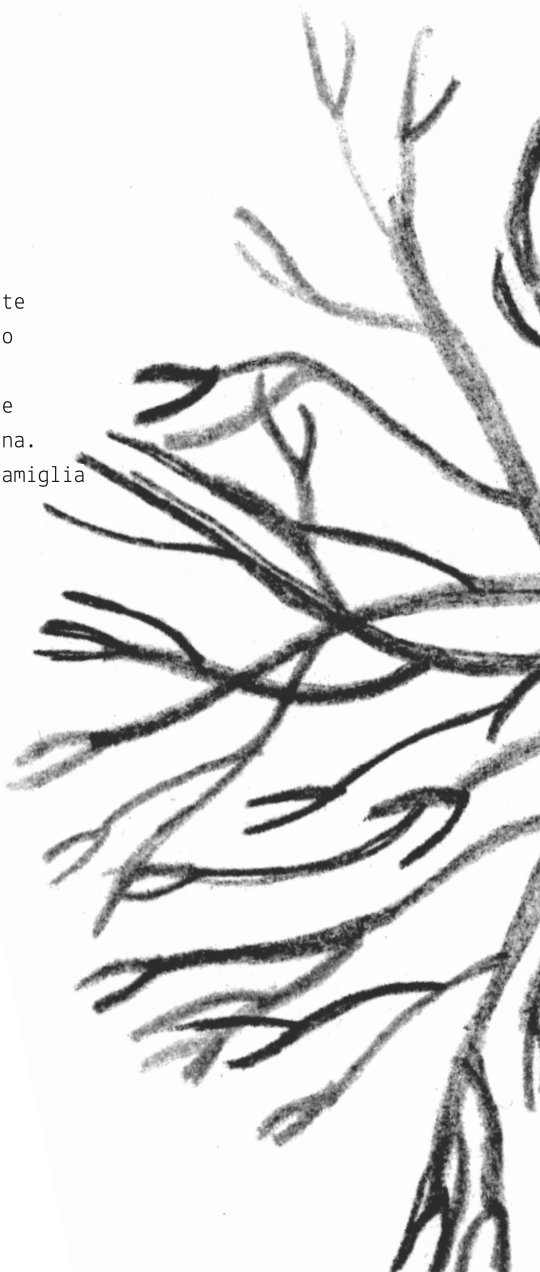




TESTIMONIANZE - FAMIGLIE -

parole, piccoli racconti anonimi di chi ha provato l'esperienza di Body Attack, compito proposto a scuola e da svolgere a casa con i propri familiari

*le immagini presenti in questo capitolo sono state realizzate in una abitazione privata, e ritraggono un gruppo di congiunti che svolge il Compito del video-tutorial Body Attack. Per questo trovate immagini di persone che non indossano la mascherina. Ringraziamo per la disponibilità e l'impegno la famiglia Bracci-Amico: Sebastiano, Simone, Marco e Rhuena







una mamma

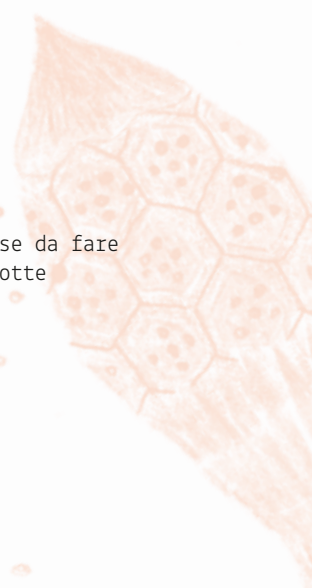
All'inizio ho reagito con felicità di stare tutti insieme, ho provato stupore per la strana attività, ho scoperto di avere le gambe molto sensibili e di essere molto fiduciosa. Ho anche scoperto che mio figlio è molto poco fiducioso. Questa esperienza ha creato molte condivisioni e trasmissioni. Tu mi sei piaciuto di più perché hai un tocco più delicato di papà. In conclusione mi piacerebbe molto rifarlo

Mi sono divertita tanto, perché ho giocato con mamma e papà, ho provato calma e una sensazione di relax. Quando mi hanno massaggiata, ho provato piacere, mentre è stato faticoso massaggiare papà, quando mi ha trascinato mi sembrava di essere su uno scivolo lento. Durante la prova di affidamento, mi è piaciuto essere il capo delle pose, ho creato delle pose difficili.

un fratello

Io ho provato curiosità e piacere. Di solito mi muovo tanto ma in questa attività sono stato molto fermo. Mi è piaciuto perché di solito non stiamo molto insieme perché mio padre è al lavoro o fa lavori in casa e mi è piaciuta la parte in cui mi tiravano per le gambe perché sembrava di essere in piscina e che l'acqua mi trasportava. Avrei voglia di rifarlo quando sono teso per rilassarmi un po'

Non sono riuscita a farlo perché avevo tante cose da fare e anche la ginnastica online che durava fino a notte



una mamma

Sembrerà strano, ma non mi sono sentita proprio a mio agio, forse perché da madre faccio fatica a tenere gli occhi chiusi e lasciarmi affidare a qualcuno (NDR: si riferisce a me e mia sorella). Di me ho trovato qualcosa ma non so come spiegarlo. Lo definirei un senso di consapevolezza. Ho scoperto un lato calmo e tranquillo di mia figlia che di solito è sempre vivace, una piccola peste in parole povere, e durante l'attività è stata particolarmente tranquilla. Mi è parso di comunicare con la telepatia. Mi piacerebbe riprovare l'attività con altre persone.

un papà

Ero un po' scettico ma ho voluto comunque mettermi alla prova. I giochi sono stati svolti nel pomeriggio perchè era il momento in cui tutti eravamo insieme e liberi da impegni. Sono stati utilizzati, come spazio di gioco, il soggiorno e la mansarda, perchè il soggiorno è grande e la mansarda per noi è un luogo rilassante.

Ho provato sempre piacere e curiosità, ho scoperto che è bello affidarsi e fidarsi degli altri e che mio figlio è molto interessato e preso da esperienze di questo tipo. Le sensazioni erano molto positive e mi è particolarmente piaciuta la prova di fiducia per essermi totalmente affidato agli altri componenti della famiglia.

Spero ci siano altre esperienze simili per sperimentare altre modalità di condivisione.

All'inizio l'attività non mi è piaciuta, perché mi dava fastidio quando mi toccavano, poi, piano, piano mi sono abituato e sono riuscito a rilassarmi. Mi è piaciuto fare un'attività nuova con i miei genitori e mi sono divertito molto.

un fratello

Mi sono sentito molto rilassato e tranquillo. Mi è piaciuto stare fermo e farmi massaggiare e accarezzare dal babbo e dalla mamma. Durante la prova di immobilità sentivo le gambe molto leggere.

Non sono riuscita a farlo perché, lo stavamo facendo, ma mia sorella non voleva partecipare, stavamo facendo il gioco in cui bisognava stendersi e mia sorella non lo voleva fare, allora non lo abbiamo fatto più perché la mamma diceva che si doveva fare per forza in famiglia, quindi non lo abbiamo fatto. Quando abbiamo iniziato il gioco, mi sono sentita bene; quando abbiamo interrotto il gioco, mi sono sentita meno bene, mamma e papà hanno detto che lo volevano fare e hanno detto che lo avrebbero fatto da soli, ma non so quando, forse lo devono ancora fare, mia sorella non voleva farlo perché non ne aveva tanta voglia.







un papà

In un mondo diventato così frenetico
e poco attento ai dettagli, stare anche
solo pochi minuti in silenzio e rilassato
è stato bellissimo.

un papà e una mamma

Troviamo questa attività molto interessante per i bambini, ma effettivamente molto efficace anche per noi adulti. Abbiamo riscontrato momenti di pura leggerezza fisica e mentale, momento di incontro efficace in questa vita frenetica. Ci siamo abbandonati a noi stessi e alla nostra bambina, abbiamo abbandonato pensieri e paure dedicandoci solo al compito da svolgere, gradevole e allo stesso tempo molto divertente perché ci ha permesso di ridere tanto.

una sorella

All'inizio non volevo farla. Ho provato disagio e inquietudine e ho scoperto che si sta bene sul pavimento e che vi rilassate anche se vi toccano la gamba o il braccio. Mi è piaciuto quando dovevamo toccare con la fronte una tua parte del corpo e il babbo aveva scelto il piede perché mi ha divertito ma rifarei solo alcune parti del gioco

Questo compito mi è piaciuto molto, perché mi sono divertita con la mia mamma e il mio papà facendo giochi rilassanti.

una mamma

Appena abbiamo iniziato a guardare il video ho pensato che fosse assai piacevole ed utile per socializzare. Abbiamo svolto l'attività nel salotto di casa nostra, dopo aver spostato l'albero di Natale ed i divani, perché è una sala molto spaziosa e con il pavimento riscaldato. Ho subito provato una piacevole sensazione di rilassamento, ho apprezzato molto i massaggi e tocchi sul mio corpo, ho faticato a restare in silenzio perché mi veniva da sorridere o parlare sul come mi sentivo. Mi sono ricordata di quando facevo training autogeno ed era molto bello e utile per rilassarsi. Ho ricevuto conferma di quanto sia bello stare insieme e che basta poco per divertirsi e di quanto siamo uniti ed affiatati. I momenti che ho gradito maggiormente sono stati due: il massaggio col tocco gentile, perché ogni componente del gruppo aveva tocchi differenti, l'affidamento agli altri, perché è bello farsi trasportare. Mi piacerebbe rifarlo.

Non sono riuscita a farlo perché la mamma aveva troppi impegni, il mio papà era a lavorare e ... non sono riuscita a farlo





un papà

Inizialmente ho provato disagio perché si trattava di sensazioni nuove a cui non sono abituato ma mi ha sorpreso piacevolmente il modo in cui il mio corpo reagiva durante l'attività. Ho scoperto che la tua mamma soffre il solletico alle ginocchia. Questa esperienza ha creato nuoveconnessioni, connessioni temporanee, percepite durante lo svolgimento dell'attività. Il momento che ho apprezzato maggiormente è stato quando tu e la mamma mi avete trascinato per le gambe, ed io con gli occhi chiusi mi sono lasciato andare. Rifarei l'attività per riprovare le belle sensazioni a distanza di tempo.

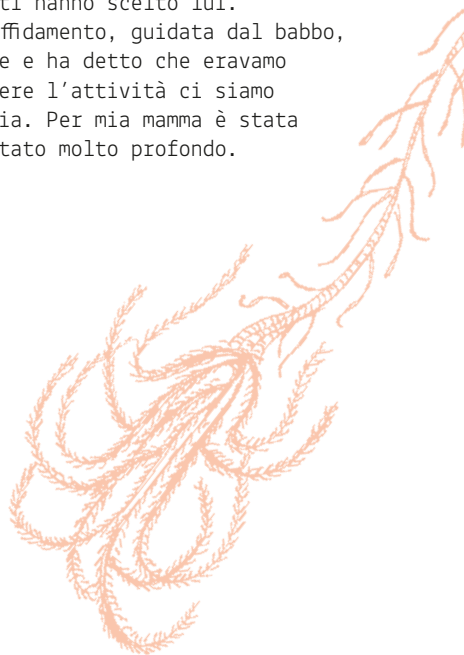
Dopo l'allenamento per la prova di immobilità, il mio fratellino ha commentato che il gioco gli era piaciuto molto, nonostante la musica lo facesse un po' ridere. Il mio babbo non pensava di riuscirsi a rilassare così tanto, probabilmente grazie alla musica; mentre mia mamma è stata piacevolmente stupita dai tocchi delicati degli altri. In seguito alla prova di immobilità la mamma ha commentato che i più bravi erano stati il babbo e mio fratello, ma io ho fatto notare che il babbo era stato il migliore nella prova precedente, perciò tutti hanno scelto lui. Infine abbiamo svolto la prova di affidamento, guidata dal babbo, che l'ha giudicata molto divertente e ha detto che eravamo dei quadri bellissimi. Per concludere l'attività ci siamo dati un grande abbraccio di famiglia. Per mia mamma è stata un'esperienza unica, per babbo è stato molto profondo.

una sorella

Facendo questo lavoro abbiamo scoperto che lavoriamo meglio in squadra. Sì perché abbiamo lavorato tutti insieme. Mi è piaciuta di più la parte in cui si doveva restare immobili perché mi sentivo più rilassata. Vorrei rifarlo perché mi sentivo più rilassata e libera.

una mamma

Mi è piaciuta molto questa esperienza, soprattutto la parte in cui mio figlio e mio marito dovevano appoggiare la fronte sulla parte del mio corpo che avevano scelto.







All'inizio mi è sembrato tutto strano e non riuscivo a rilassarmi, perché mi veniva da ridere e disturbavo la concentrazione di tutti. Poi quando ho trovato la giusta concentrazione, sono riuscito a partecipare al gioco. Devo dire che mi è piaciuto il silenzio a cui non sono molto abituato.

Ho fatto Corpo Giochi con mamma, babbo e mia sorella.
È stato bellissimo per tutti, ci siamo divertiti
e rilassati. Durante il gioco dovevamo stare
in silenzio, ma ogni tanto ci siamo messi a ridere
come matti. Alla fine ci siamo abbracciati.
È stato bellissimo.

una sorella

All'inizio ero incuriosita perchè non non sapevo cosa fosse
e poi ho provato stupore, piacere e anche divertimento. Ho
scoperto di non riuscire ad abbandonarmi completamente perchè
infastidita dal solletico provato
e che mia sorella trova difficoltà a rimanere seria durante
queste attività.
Questa esperienza ci ha fatto capire i punti di vista degli
altri. Mi piacerebbe rifarlo

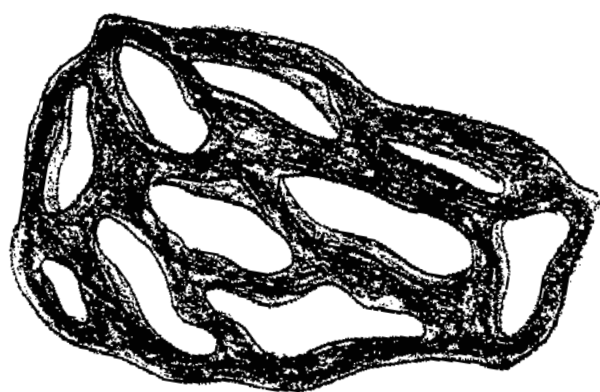
Io non l'ho fatto perché i miei genitori, praticamente
io lo volevo fare, avevo spiegato tutto alla mia mamma, solo
che c'era la parte in cui dovevamo scrivere
sul corpo, solo che la mamma non voleva, quindi non l'ho fatto;
mi sono sentita un po' "così così"; la mia mamma non voleva
anche perché svegliavamo il papà per niente

un papà

L'attività è stata bella e rilassante.
La ripeteremo per scaricare le tensioni accumulate
e piano, piano impareremo ad abbandonare sempre meglio
il nostro corpo.

una mamma

Sentendo spesso parlare da mio figlio di Corpo Giochi
e non avendo idea di cosa si trattasse e di quali benefici si potessero
ottenere, posso dire che è stata un'esperienza piacevole. Come famiglia
abbiamo rafforzato il contatto "corporale", importante in questo
momento tanto difficile, abbandonandoci in tranquillità a noi stessi
senza rigidità
e paletti, al tempo stesso divertendoci tutti insieme.
Spero che l'attività di corpo giochi possa essere svolta nuovamente
liberamente a scuola perché molto importante
per i nostri figli, i quali possono crescere imparando a stare in mezzo
agli altri conoscendo il proprio corpo ed eliminando quella rigidità
che spesso ci porta a chiuderci in noi stessi.



◉ ► ESERCIZI PER CONTROSPAZI CONDIVISI

[Viviana Gravano]

Contemporary Art Curator,
Accademia di Belle Arti di Bologna
Attitudes_spazio delle Arti, Bologna(www.attitudes-bologna.com)
Routes Agency (www.routesagency.com)
roots\$routes(www.roots-routes.org)

La questione della possibilità in qualche modo di trasmettere il gesto è uno forse dei temi centrali dell'arte da quando è nata l'arte performativa, ma si polverizza letteralmente nel momento in cui si pensa alla performance non come ad una azione solipsistica, in cui la sola forma di partecipazione dello spettatore e della spettatrice è la presenza. Dopo gli anni Settanta, nelle arti in genere, appare una modalità che possiamo definire in maniera generica con Bourriaud "relazionale", che implica una condivisione dell'atto performativo da parte di una vera e propria comunità che non solo lo condivide, ma ne diviene co-autore e co-autrice. L'asse del discorso ha una mutazione radicale: dalla presenza all'agency, che non solo cambia come ovvio la posizione di chi "assiste" all'evento, ma costituisce materia prima, elemento essenziale, per chi la performance la studia e la realizza.

Il contesto in cui si muove CorpoGiochi confina e sconfinava tra didattica e co-autorialità, perché certo trae origine da "indicazioni" o se si vuole esercizi, evidentemente disegnati da qualcuno in partenza, ma pone i/le riceventi non come meri esecutori(seppure anche nell'esecuzione è sempre compresa una forma di co-autorialità, come ha detto da tempo Umberto Eco) ma come co-produttori. Ogni azione, ogni movimento, ogni sperimentazione corporea si compie solo quando qualcun'altro la personifica, non c'è un margine per la conservazione di quelle indicazioni iniziali, perché il loro senso non risiede nel conservarle, ma solo nell'agirle.

Mi sembra interessante immaginare questa idea nella categoria dell'inarchiviabile, che era non a caso il titolo di una mostra di Marco Scotini a Milano che parlava degli anni Settanta, cioè di un momento in cui l'arte ridefiniva i non-confini della azione estetica. I video-tutorial di CorpoGiochi sono oggetti inarchiviabili, perché il loro stesso esistere nega la loro oggettualità, il loro essere cose, azioni estetiche o documenti, perché trovano il loro senso solo nell'atto performativo dell'essere rimessi in atto al momento in cui arrivano nelle case delle famiglie coinvolte. Questo appare come il senso più eversivo e interessante dell'intera azione: non considerare i video come un "insegnamento", quindi come un sapere trasmesso e trasmissibile, ma come un'occasione, una eventualità, cioè come una situazione che si realizzerà solo quando qualcun altro ne prenderà possesso.

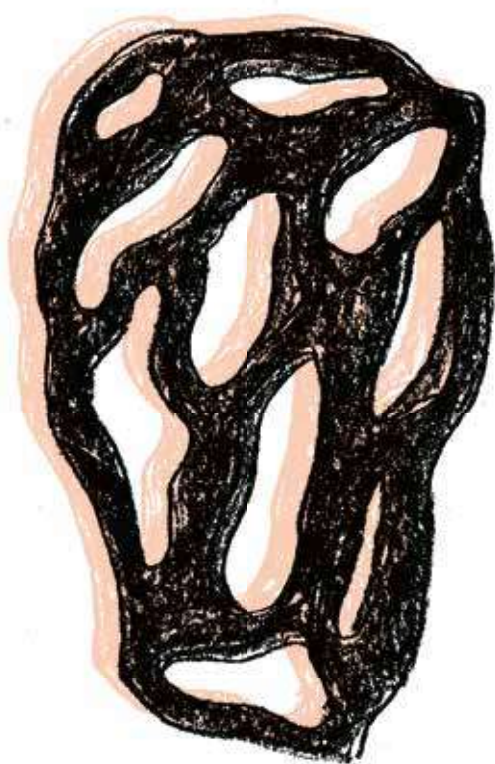
Un altro punto che mi sembra focale, e particolarmente interessante, è la condivisione proprio della trasmissione che, in qualche misura, decentra l'idea di maestria. Chi disegna i gesti, le sequenze parte evidentemente da una propria "maestria", da un corpo o da corpi che sanno, ma il passaggio di consegne non è diretto all'allievo/a in senso tradizionale, gerarchico, ma passa per una struttura intermedia che è la scuola, che però fa solo il passa parola, suggerisce, e poi alla famiglia, intesa nel senso più largo del termine come il progetto dice espressamente. In ogni passaggio qualcuno mette in atto una propria "abilità", una propria conoscenza, intesa non solo in senso intellettuale ma corporeo, come corpo sensiente, e rilegge, reinterpreta e rivive ovviamente quell'assunto iniziale. Lo stesso passaggio del/della maestro/a della scuola, il suo solo suggerire alle famiglie di aderire, è una forma performativa che indica una sua compartecipazione, e attribuisce a ogni soggetto agente un suo ruolo che però, proprio perché sempre condiviso, non diviene mai autorità.

Quando gli esercizi entrano nelle case accadono altri due eventi creativi essenziali: da un lato persone, in nessun modo riconosciute esternamente come professioniste,

mettono in atto un passaggio di conoscenze che è prima di tutto condiviso, senza divisione di età o di ruolo familiare; dall'altro lato l'atto performativo si compie nello spazio domestico, non "convenzionale" per la danza, portatore di ricordi e memorie fortemente intime, di nuovo condiviso tra tutte le persone della famiglia. La prima indicazione che dà il tutorial di scegliere dove compiere l'esperienza è già, come direbbe Perec la creazione di un contospazio, di uno spazio interstiziale, che da un lato fa discutere le memorie individuali con le memorie collettive condivise, ma dall'altro, in maniera molto radicale, imprimerà in quel luogo una memoria, non solo collettiva della piccola collettività familiare, ma condivisa. Un luogo, cioè una precisa particella della casa che avrà sempre avuto una nominazione e una sua funzione abituale (il divano del salotto, o vicino al tavolo della cucina), diventerà uno spazio, cioè un contesto performativo in cui le traiettorie dei corpi che lo hanno attraversato ne hanno disegnato un'altra geografia, che avrà una sua forma e una sua memorabilità.

Un'ultima considerazione sul racconto, sul feedback dell'esperienza da parte dei/delle partecipanti, che al di là delle interessanti considerazioni che se ne potranno trarre sui ruoli familiari, e sulle relazioni con il corpo in ambito ad esempio maschile e femminile, mi sembra importante proprio l'atto in sé di "documentare" l'esperienza. Quello che credo caratterizzi questa azione finale sia la costruzione di quella che Agamben chiama "la comunità che viene". Cioè una comunità fatta da "non importa chi", dall'uomo e dalla donna comune, che non sono uniti per sempre da qualcosa che indelebilmente li unisce, che non conservano una particolare conoscenza, che non hanno specialismi, ma che per un attimo sono portatori e portatrici di una storia che li/le accomuna, che li/le rende una comunità labile e temporanea, tutt'altro che definitiva e definibile, ma portatrice di memorie. Ecco, questo lavoro, all'interno di una comunità che è una sorta di pietra tombale delle relazioni per come è stata delineata dalla cultura capitalistica occidentale, cioè la famiglia, partorisce spontaneamente una magnifica "comunità che viene" che nella sua temporaneità, nella sua indefinitezza, finalmente scardina i rapporti solo gerarchici interni alla famiglia stessa.

SCONCLUSIONI IMPRESSIONANTI



UN ATTO POLITICO

Gerardo Lamattina è un regista cinematografico appassionato di tecnologia, nuovi Media e Storia e critica dei Social. Ha diretto e interpretato diversi cortometraggi premiati e distribuiti in Tv e nei principali festival nazionali e internazionali. Nel 2017 ha scritto prodotto e diretto il suo primo lungometraggio *Cimitero azzurro*, mentre nel 2019 ha scritto e diretto *Il drago di Romagna* una docufiction che racconta la singolare ibridazione culturale del gioco cinese romagnolo del Mahjong.

CorpoGiochi® è un'esperienza di lavoro formativo ormai quasi ventennale di cui ho potuto seguire l'evoluzione nei diversi contesti ed apprezzare le potenzialità innovative in ambito pedagogico, formativo ed artistico.

Il 2019 rappresenta un anno di svolta per l'esperienza di CorpoGiochi: un piccolo gruppo di persone che da sempre ha collaborato con le sperimentazioni del metodo decide di fondare l'associazione CorpoGiochi ASD, tra gli obiettivi quello di formare istruttori certificati e di tutelare in questo modo il metodo stesso.

Due sono le motivazioni principali che inducono a creare un'associazione autonoma dall'Associazione Cantieri Danza, nel cui ambito fino a quel momento si erano sviluppati i laboratori CorpoGiochi e con la quale comunque prosegue uno stretto rapporto di collaborazione. Innanzitutto l'esigenza di creare un soggetto che abbia un'unica specifica vocazione, cioè lo sviluppo della metodologia CorpoGiochi® e che conseguentemente possa individuare autonome strategie operative, organizzative e comunicative, massimizzandone l'efficacia. Poi la necessità di focalizzare specificatamente le competenze professionali e le risorse finanziarie sull'obiettivo di ampliare gli ambiti di intervento e di applicazione di questa metodologia. La metodologia CorpoGiochi®, per le sue peculiari caratteristiche e per i suoi ambiti di applicazione, richiede un approccio interdisciplinare ed offre l'opportunità di creare sinergie tra competenze professionali diverse.

In quest'ottica ho seguito fin dall'inizio l'esperienza di CorpoGiochi, sia collaborando nell'individuazione delle strategie complessive che mettendo a disposizione le mie specifiche competenze professionali per le attività di documentazione e comunicazione dei laboratori e degli eventi; fino alle ultime attività, documentate in questo almanacco, in cui la produzione video (il video *Body Attack Tutorial 1. Prova di Fiducia*) non è più un'attività esterna di documentazione, ma diventa parte integrante dell'attività laboratoriale di CorpoGiochi.

Quando il gruppo fondatore dell'associazione CorpoGiochi mi ha chiesto di assumere il ruolo di presidente ho accettato non per protagonismo, ma perché consapevole del fatto che sia un ruolo importante necessario dal punto di vista giuridico. Però ho chiarito fin dal principio che sarebbe stata una responsabilità da condividere alla pari, con le socie ed i soci e non un ruolo dove esercitare il potere, memore di esperienze in altre associazioni dove il ruolo di presidente aveva creato non pochi problemi.

CorpoGiochi® promuove l'educazione alla corporeità intesa come origine di ogni esperienza, cognitiva, sensoriale, emozionale e relazionale; è un metodo efficace nel modificare la percezione del sé ed il coinvolgimento nelle relazioni interpersonali, che pone corporeità ed emozionalità al centro della relazione educativa e costringe a mettersi in gioco. Per questi motivi credo sia una metodologia molto potente nel produrre cambiamento, abbia un impatto rilevante nei contesti in cui viene sperimentata ed abbia in questo senso un valore politico.

GIOCO DELL'ALMANACCO 2020

Offriamo ai lettori un gioco CorpoGiochi, una piccola pratica da sperimentare come assaggio del metodo e atto conclusivo di lettura.

GUARDO NELLO SGUARDO

ISTRUZIONI PER SPERIMENTARE LA PRATICA GUARDO NELLO SGUARDO

Attività da svolgere in silenzio evitando di usare gesti per comunicare.
Durata circa 5 minuti per ogni sessione.

Materiali necessari.

- uno specchio di forma circolare (da borsetta/tascabile) che sarà utile anche a pagina 91
- un diffusore di musica adatto allo spazio.
- a questo link <https://vimeo.com/513448800> trovate il tutorial audio che contiene le indicazioni necessarie per realizzare questa pratica, le frasi motivanti che sostengono i partecipanti, i tempi previsti per ogni soggetto e il brano musicale *Spiegel im Spiegel* (specchio nello specchio) di Arvo Pärt.

L'immersione nell'ascolto musicale, migliora la concentrazione e trasforma il modo in cui sentire e percepire, sia emotivamente che fisicamente. Durante gli incontri di laboratorio CorpoGiochi è immediata la comprensione di quanto la musica, un'alleata fondamentale per raggiungere gli obiettivi del progetto, sia una forza motivante e ispiratrice che sostiene i partecipanti durante le attività soprattutto quelle da realizzare in silenzio e ad occhi chiusi.

Per iniziare

Trova una persona disponibile a sperimentare la pratica con te e disponetevi in un luogo comodo e tranquillo.

Il soggetto A si posiziona seduto su una sedia con gli occhi chiusi.
il soggetto B tiene nella mano lo specchio e, dopo aver attivato l'audio, si posiziona in piedi dietro al corpo di A.
I due corpi mantengono una 'giusta' distanza per evitare contatti.
A conclusione della pratica, dopo aver sperimentato entrambi, è previsto un momento per i commenti.

Se vuoi farci avere una restituzione scritta dell'esperienza invia una mail a info@corpogiochiasd.it



SCONCLUSIONATE DI PAROLE LUNGA FILA

filastrocca riflessa [LESSICO PRATICATO DELL'ANTENNA][illegible]

CorpoGiochi ASD è stata fondata il 7 novembre 2019 con lo scopo di realizzare i laboratori condotti da istruttori certificati e formati sul metodo CorpoGiochi® e di tutelare il metodo stesso.

CorpoGiochi® è un metodo originale ideato da Monica Francia (tutelato come idea originale dal marchio registrato di proprietà personale) che promuove l'educazione alla corporeità intesa come origine di ogni esperienza, cognitiva, sensoriale, emozionale e relazionale.

Monica Francia porta avanti un metodo personale di ricerca sulla danza che ha riscritto e sistematizzato per renderlo efficiente ed efficace per ogni corpo, sia adulto che bambino, ideando e sperimentando il progetto CorpoGiochi da proporre principalmente nei contesti educativi e sociali.

Il laboratorio CorpoGiochi (sia all'interno che all'esterno della scuola) è un'occasione per sperimentare la natura rivoluzionaria del metodo che si manifesta grazie alla creazione di un luogo e di un tempo dove, con grande semplicità e immediatezza, i corpi tornano ad avere valore, peso, importanza e significato.

Il progetto CorpoGiochi viene realizzato da CorpoGiochi ASD che si riserva di continuare ad ideare e sperimentare nuove azioni sulla spinta delle nuove urgenze educative.

CorpoGiochi ASD si occupa di promuovere e distribuire le azioni del progetto attivando collaborazioni e aprendo nuove linee di finanziamento presentando domande di contributo agli enti e convenzioni con aziende, rassegne e festival.

CorpoGiochi ASD con sede a Ravenna in Via Luca Longhi, 14 Ravenna, ha nominato Presidente e legale rappresentante Gerardo Lamattina, come tesoriere e vice Presidente Monica Francia e Rosanna Lama Consigliere e segretario.

I responsabili dell'attività dell'Associazione nominati a fine 2019:

Monica Francia/

direzione di progetto e formazione degli istruttori

Carolina Carlone/

responsabile della didattica relativa al progetto a Scuola

Raffaella Sutter/

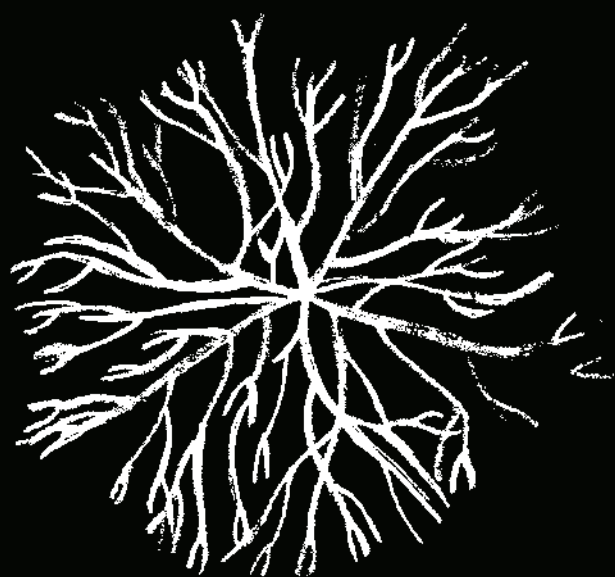
linee di finanziamento

Alice Marzocchi/

divulgazione su Bologna

Soci: Gerardo Lamattina, Rosanna Lama, Monica Francia, Carolina Carlone Raffaella Sutter, Alice Marzocchi, Daniela Camerari, Francesca Serena Casadio, Alessandro Bedosti

CorpoGiochi ASD aderisce ad ASI, Ente di Promozione Sportiva riconosciuto dal CONI è iscritta al Registro Coni e realizza laboratori condotti da Istruttori Certificati e formati con il metodo CorpoGiochi®.



RESTI LA VOGLIA DI VICINANZA

