

Bollettino della Fondazione Nazionale

«Vito Fazio-Allmayer»

TEORIE PEDAGOGICHE E PRATICHE EDUCATIVE

Anno L – nn. 1-2 – Gennaio-Dicembre 2021

Dal corpo virtuale alle virtù del corpo (Atti del Convegno Nazionale APID® 2021)

a cura di

Elena Mignosi e Fernando Battista

Periodico semestrale. Autorizzazione del Tribunale di Palermo n. 4 del 25 gennaio 1972

Stampato con il contributo dell'“Assessorato Regionale dei Beni Culturali e dell'Identità Siciliana. Dipartimento dei Beni culturali e dell'Identità Siciliana”.

Abbonamento: Italia € 15,00; estero € 20,00; sostenitore € 50,00; da versare sul c/c Unicredit IBAN: IT56M0200804642000300250938.

Direttrice

Elena Mignosi

Comitato scientifico

Massimo Baldacci, Anna Bondioli, Franco Cambi, Alessandro Mariani, Catarina Moro, Gizele de Souza, Simonetta Ulivieri, Jorgen Will

Coordinamento redazionale

Francesco Cortimiglia, Maria Grazia Rotolo, Chiara Pignatti

Redazione

Antonio Raimondo Di Grigoli, Antonio Di Lisi, Stella Rita Emmanuele, Samantha Peroni, Simona Schittone

Direzione, redazione, amministrazione

Via Sammartino, 134 - 90141 Palermo

Tel. 091 6258423 - e-mail: info@fazio-allmayer.it

Gli articoli della Rivista sono sottoposti a *peer review* da parte di due *referee* anonimi

La versione *on line* della Rivista (ISSN: 2532-0203) è disponibile all'indirizzo bollettino.fazio-allmayer.it

SOMMARIO

INTRODUZIONE

Elena Mignosi, Fernando Battista, <i>Le valenze della Danza Movimento Terapia in presenza e a distanza. Corpo e relazioni durante la pandemia del COVID-19</i>	7
--	---

PARTE 1 – Emergenza, creatività e resilienza: i contributi delle relatrici

Ines Federica Tecchiati, <i>L'Arte del Danzare nel Caos: Ri-crearsi e Ri-conoscersi. Presentazione del Convegno Nazionale APID® 2021</i>	27
Sara Diamare, Emilia D'Anna, <i>Verso l'innovazione: analisi dei bisogni dei DMt APID® in emergenza pandemica</i>	37
Renza Cambini, Anna Restelli, Angelica Sturiale, <i>Professione formatore fra fisico, reale, virtuale. L'etica professionale e la comunità di pratica</i>	49
Rosa Maria Govoni, <i>La benevolenza del testimone interno: ritrovando il proprio corpo e il suo respiro in movimento</i>	57
Hilda Wengrower, <i>How can awareness and creativity come out of deprivation?</i>	79
Maria D'Ambrosio, <i>Spazio al vivente come danzante. Tracce ed emergenze dalla ricerca pedagogica</i>	91

PARTE 2 – Apid®: scelte organizzative, comunità e prospettive internazionali

2.1 APID® E CONTESTO EUROPEO

Fernando Battista, Federica Tecchiati, <i>L'Associazione Europea Danza Movimento Terapia, tra storia e attualità</i>	105
--	-----

2.2 I LABORATORI

Mariateresa Cancelli, <i>Laboratori "cuore pulsante"</i>	117
Roberta Bassani, Vittoria La Costa, <i>Essere tridimensionali in uno spazio bidimensionale: dal contatto fisico a quello percepito</i>	127

2.3 I GRUPPI DI STUDIO

Elena Mignosi, <i>Ritrovarsi in gruppo e fare ricerca insieme: dall'esperienza artistica ai gruppi di studio</i>	139
--	-----

Francesca Pieia, Elisa Ribichini, Nicoletta Vaccamorta, <i>Lo sviluppo della DMT nei Set/ting modificati: dal Gruppo di Studio all'esperienza condivisa</i>	151
---	-----

2.4 LE SEZIONI LOCALI

Maria Paola Rimoldi, <i>Reti reali a supporto di reti virtuali: il contributo delle Sezioni locali APID®</i>	167
--	-----

E INFINE...

Maria Paola Rimoldi, <i>Il rituale di conclusione</i>	171
---	-----

Autrici-Autori	173
----------------------	-----

INTRODUZIONE

Le valenze della DanzaMovimentoTerapia in presenza e a distanza. Corpo e relazioni durante la pandemia del COVID-19

1. Specificità della DanzaMovimentoTerapia

La danza è la madre delle arti. Musica e poesia si determinano nel tempo, le arti figurative e l'architettura nello spazio: la danza vive ugualmente nel tempo e nello spazio. In essa creatore e creazione, opera e artista, fanno tutt'uno. Movimento ritmico in una successione spazio-temporale, senso plastico dello spazio, viva rappresentazione di una realtà visiva e fantastica. Danzando l'uomo ricrea queste cose col suo stesso corpo, ancor prima di affidare alla materia, alla pietra, alla parola, il risultato della sua esperienza (Sachs, 1933, p. 21).

Le parole del noto etnomusicologo tedesco Curt Sachs pongono l'accento su alcune delle caratteristiche più importanti della danza: la coincidenza tra il prodotto artistico e il suo creatore e il suo dispiegarsi in uno spazio e in un tempo. È proprio in tali caratteristiche che vanno ricercate le specificità e le potenzialità della danza in senso terapeutico e di promozione della salute: è infatti attraverso la strettissima connessione tra se stessi (come unità somato-psichica), la propria espressione di sé sul piano tridimensionale e la comunicazione agli altri di un tale "prodotto estetico" che, se adeguatamente sollecitati e condotti, si realizzano i processi di sviluppo dell'identità e delle capacità creative.

La danza ha accompagnato da sempre ed in ogni latitudine l'uomo in momenti fondamentali della sua vita sociale, nei riti di passaggio, nelle celebrazioni corali, espressioni di una cultura di gruppo e del legame intersoggettivo, nella mediazione con il mondo trascendente. Nel mondo occidentale, connotandosi a partire dal XVI secolo come "arte coreografica", ha nel tempo perso la sua funzione partecipativa collettiva e/o religiosa e si è trasformata da un lato in "spettacolo" (con precisi canoni e regole da rispettare), dall'altro in occasione

¹ *L'articolo è frutto delle riflessioni e degli scambi di entrambi gli autori.*

ricreativa relegata nella quotidianità o in particolari celebrazioni in luoghi deputati².

Nel senso comune oggi il termine “danza” rimanda quindi immediatamente o a qualcosa di altamente formalizzato (come il balletto classico) o ad “attività di svago”, in genere di gruppo. Pur senza voler nulla togliere alla valenza di queste manifestazioni, in Italia si è scelto allora il termine “DanzaMovimentoTerapia” (abbreviato DMT) per evidenziare la differenza di tale disciplina dalle concezioni più diffuse³: “danza” fa infatti riferimento alla dimensione artistica, “movimento” rimarca la mancanza di “canoni formali” da perseguire e “terapia” introduce il principio della “cura”, intesa sia come “prendersi cura” che come “cura di sé”. Come sottolinea Puxeddu (1996, p. 2):

Se la DMT è linguaggio, lo è sia in senso espressivo sia in senso espressivo. Infatti la DMT non è solo rivolgersi verso l'interno e dare forma alla profondità dell'esperienza interiore, ma è anche accoglienza di risonanze e risponde alla necessità di imprimere le esperienze perché si depositino e lascino il segno. L'accoglienza delle risonanze favorisce l'auto-osservazione e l'autoconoscenza. La possibilità di esaminarsi e di acquisire un maggior numero di informazioni sui propri pensieri, emozioni e azioni, che non si fermi alla ricerca nella propria interiorità a sfondo narcisistico, consente una maggiore conoscenza di sé e permette anche di gestire meglio la propria immagine all'esterno di se stessi.

In Italia vi sono al momento 10 scuole di formazione in DMT che condividono uno statuto, un codice etico, criteri formativi e monte ore, ed un registro professionale e tutte afferiscono all'Associazione Professionale Italiana di DanzaMovimentoTerapia (APID®). Fondata nel 1996 tale associazione nel 2021 ha 561 iscritti distribuiti sull'intero territorio nazionale.

² Non è questa la sede per fare un *excursus* storico, ma è importante ricordare che il “balletto accademico” (così com'è avvenuto per altri linguaggi artistici) è stato profondamente messo in crisi e trasformato dalla ricerca espressiva e dalle sperimentazioni/contaminazioni con altri linguaggi della danza moderna e contemporanea a partire dai primi del '900 (cfr. Casini Ropa, 1990) e che le nuove prospettive aperte hanno avuto una profondissima influenza sulla nascita della DanzaTerapia in USA negli anni '40 del XX secolo.

³ Si tratta di una scelta operata in Italia ma, in altri Paesi europei o in USA, viene correntemente utilizzato il termine “DanzaTerapia”.

La DMT viene definita dall'APID® come “una pratica professionale utile a promuovere le risorse creative personali per incentivare il benessere personale e sociale, a supporto dell'armonizzazione di manifestazioni psichiche, somatiche e relazionali” (www.APID.it). Una definizione di ampia portata che attribuisce alla DMT un valore sociale, culturale, scientifico e terapeutico, orientata ad integrare le diverse componenti dell'individuo. Implica il prendersi cura a vari livelli della condizione umana: comporta, cioè, un atto intenzionale che si sostiene su un pieno riconoscimento della dignità della persona ed è volto a promuovere il cambiamento (in senso di miglioramento) fornendo strumenti concettuali ed emotivi per compiere scelte di valore e per individuare criteri secondo i quali orientare la propria vita. Lévinas (2018) sottolinea l'aspetto dell'accogliere l'altro rispettando il suo valore e la sua vulnerabilità, senza che questo generi un esercizio di potere o possesso su di lui. In questo senso il lavoro di cura viene ad assumere uno statuto non solo etico ma anche politico: il mio interesse per l'altro è consapevolezza del nostro comune inter-esse e della qualità relazionale della condizione umana (Mortari, 2015). L'idea del prendersi cura, secondo Miguel Benasayag e Gérard Schmit (2003), è basata sull'incontro, l'instaurazione di legami, nuove appartenenze che possano essere fonte di creazione comune di pensieri e rappresentazioni che suggeriscano una nuova prospettiva, nuovi progetti e orientamenti, nuovi legami relazionali di senso. Condizioni che ribaltano il paradigma sintomo-bersaglio-farmaco sostenuto da chi vuole speculare sulla sofferenza, sulla malattia e il disagio in favore di un atteggiamento che possa davvero operare un cambiamento attraverso la creazione di legami tra le persone. Questa è la direzione verso la quale si rivolge la DMT, dove prendersi cura di qualcuno significa riconoscere dove si trova e dove desidera andare; si tratta di iniziare a costruire un ponte per stabilire una relazione, un ponte che possa essere il viatico per fornire degli strumenti, non per tracciare il percorso per l'altro (Battista, 2021).

Non va dimenticato che la DMT è un'arte-terapia. Non si limita quindi a proporre una simbolizzazione attraverso il gesto, ma cerca anche di renderlo espressivamente significativo per chi lo compie. Permette dunque di esprimere le emozioni in un linguaggio artistico che utilizza il corpo, di provare a creare “opere d'arte” attraverso il proprio

corpo⁴. Ciò non va confuso con una concezione della danza che esige una perfezione plastica del corpo:

la DMT non si indirizza a ballerini professionisti né tirannizza il corpo per dargli una forma ideale come nella danza classica. Si tratta piuttosto per ciascuno di trovare il proprio gesto come emanazione della propria autenticità, di percepire la relazione profonda con se stessi e di sentirsene rappresentati. Si tratta di un processo nello stesso tempo di ordine artistico (trovare la bellezza della propria espressione) e terapeutico: consente la “creazione di sé a partire da se stessi”, attraverso la creazione artistica (Schott-Billman, 1994, p. 229).

In una tale prospettiva fare un percorso di DMT consente un processo di integrazione delle parti di sé insieme ad una condivisione esperienziale ed estetica carica di emozioni e affetti e può avere una molteplicità di ambiti applicativi (educativo, formativo, clinico, riabilitativo ma anche legati al benessere psicofisico in senso lato, per tutti ad ogni età). Una esperienza di DMT, infatti, sollecita e sviluppa:

- il coinvolgimento della persona nella sua unitarietà psicocorporea e la conseguente integrazione del sé;
- il contatto e l'intimità in tempi brevi con se stessi e con gli altri;
- un coinvolgimento emotivo intenso e immediato;
- la messa in gioco di sé a livello pluridimensionale e la “fiducia primaria”;
- l'esplorazione, la sperimentazione e la creatività in relazione a sé ed alle proprie potenzialità espressive;
- apprendimenti rapidi, connessi al coinvolgimento parallelo del piano motorio, psicoemotivo e corporeo;
- un profondo livello di consapevolezza rispetto a sé ed alle proprie dinamiche;
- l'attenzione alla comunicazione analogica e non verbale;
- le capacità di ascolto di sé e dell'altro;

⁴ Com'è stato detto, il fatto che nella danza artista e “materia/mezzo” coincidono, in un'ottica formativa di “sviluppo della consapevolezza”, porta ad un massimo livello di auto-riflessione e di contatto con se stessi, facilitando, tra l'altro, un percorso dalla scoperta di sé alla costruzione di sé. È da rilevare, inoltre, che ciò che differenzia altre pratiche motorie e psico-corporee (quali ad es. la psicomotricità o la bioenergetica...) dalla DMT è proprio la dimensione artistica e quindi creativa ed estetica.

- un elevato coinvolgimento della dimensione relazionale ed affettiva;
- interazioni di gruppo ricche e articolate a più livelli (Mignosi, 2016).

Alla base di alcune delle caratteristiche della DMT possono essere individuate ragioni neurobiologiche e ragioni psicodinamiche che trovano, spesso, reciproche conferme.

L'unità psicocorporea dell'essere umano e l'influenza circolare tra "stato emotivo del corpo" e processi cognitivi e relazionali sono ormai dati acquisiti per le neuroscienze che, negli ultimi anni, hanno avuto un ruolo fondamentale nel dare "consistenza scientifica" a idee ed ipotesi da sempre dibattute e oggetto di numerose controversie in ambito filosofico, medico e psicologico.

Esse hanno dimostrato come tutti i "sistemi" che costituiscono l'essere umano (scheletrico, muscolare, neuronale, sanguigno, ormonale, linfatico...) siano interconnessi e interagenti e, in particolare, come cervello e corpo siano indissolubilmente integrati da circuiti neurali e biochimici che dall'uno puntano all'altro e viceversa (Damasio, 1994; Changeux, Ricoeur, 1998). Hanno inoltre evidenziato che non solo l'organismo costituito dalla associazione corpo-cervello interagisce con l'ambiente come un tutt'uno, ma anche che alla base della mente umana vi è una interazione tra interno ed esterno, tale da generare "risposte interne" agli stimoli sotto forma di "immagini" (visive, uditive, sensoriali)⁵. Si assiste quindi al ribaltamento del famoso "penso quindi sono" cartesiano in quanto "noi siamo, e quindi pensiamo; e pensiamo solo nella misura in cui siamo, dal momento che il pensare è causato dalle strutture e dalle attività dell'essere" (Damasio, 1994, p. 337). La mente va pertanto correlata ad un organismo intero, in possesso di un cervello e di un corpo integrati e in interazione con un ambiente fisico e sociale e non è concepibile se non in quanto *incorporata*.

⁵ "Organismi complessi quali i nostri non si limitano a generare le risposte esterne – spontanee o reattive – complessivamente designate come comportamento. Essi generano anche risposte interne, alcune delle quali costituiscono immagini (visive, uditive, somatosensoriali, etc.) che io suppongo essere la base della mente" (Damasio, 1994, p. 140).

Come sottolinea Galimberti (1987, p. 47) “Il corpo è incompatibile con lo statuto dell’oggetto perché è costantemente percepito, mentre dall’oggetto posso anche distogliere l’attenzione; perché è sempre con me e mai, come l’oggetto, di fronte a me”. La percezione, correlata tanto alla ricezione di segnali dall’ambiente, quanto all’azione sull’ambiente stesso, ha a che fare con due tipi di segnali, l’uno proveniente dall’esterno e l’altro dal proprio corpo che tale segnale recepisce (per cui, ad esempio, quando si vede non ci si limita a vedere, ma si sente anche di star vedendo qualcosa con i propri occhi). In questo senso è connessa alla percezione *di sé*, intesa come “stato biologico ripetutamente ricostruito” (Damasio, 1994, p. 309).

Relativamente alla dimensione somato-sensitiva, ancora dalle neuroscienze è stata messa in luce l’importanza della *pelle* non solo come strato sensoriale rivolto all’esterno, ma anche “come protagonista essenziale della regolazione omeostatica, come confine del corpo, in quanto interfaccia rivolta sia all’interno dell’organismo, sia all’ambiente con il quale l’organismo interagisce” (Changeux, Ricoeur, 1998, p. 216). Si crea, attraverso la pelle, come una “mappa dinamica dell’intero organismo ancorata al disegno del corpo e al confine di esso” (Damasio, 1994, p. 315) e, grazie alle afferenze sensoriali *enterocettive* (provenienti dalle viscere) e *propriocettive* (provenienti dai muscoli e dalle articolazioni) noi concepiamo un’immagine tridimensionale del corpo, tale per cui riusciamo a percepire il nostro schema posturale (o schema corporeo) come una “realtà plastica” all’interno di una dimensione spaziale e temporale. Tale percezione viene continuamente rinnovata, a livello psichico, dalle interazioni con l’ambiente e, ancora una volta, è *costitutiva rispetto al senso di sé*⁶. Si tratta di un’esperienza soggettiva ed unica, correlata agli stati emotivi che il processo di interazione tra interno ed esterno provoca in ogni singolo individuo. Il senso e il significato che a tale esperienza vengono attribuiti, dipen-

⁶ “Le rappresentazioni primitive del corpo in attività ci fornirebbero una cornice temporale e spaziale, una metrica alla quale riportare le altre rappresentazioni. La rappresentazione di quello che ora costruiamo come uno spazio tridimensionale sarebbe generata nel cervello, sulla base dell’anatomia e degli schemi di movimento del corpo nell’ambiente. C’è una realtà esterna, ma ciò che ne sappiamo giungerebbe per opera del corpo in attività, attraverso rappresentazioni delle sue perturbazioni” (Damasio, 1994, p. 319).

dono in larga misura dalla qualità dello scambio affettivo-emozionale con altri esseri umani.

Anche nella prospettiva dello sviluppo, recenti ricerche nel campo delle neuroscienze hanno evidenziato che le prime esperienze di contatto emozionale e fisico dei bambini con gli adulti di riferimento, stimolano nel cervello la formazione di *pattern* di connessioni neuronali che hanno potenzialmente effetto per tutta la vita, dimostrando che corpo, mente ed emozioni sono inseparabili (Damasio, 1999). Schore (1994) ipotizza l'esistenza di un processo di trasmissione inconscia di *stati psicobiologici* tra il bambino e l'adulto attraverso il "cervello destro". L'emisfero destro del cervello, dominante per il corpo e le emozioni e predominante per i primi tre anni di vita, decodifica, infatti, gli stimoli emozionali attraverso le reazioni somatico-emozionali agli stimoli stessi in un "dialogo preverbale basato sul corpo".

Se considerate nella loro ricaduta sul piano psico-dinamico e riprese in chiave simbolica, tali acquisizioni hanno notevoli punti di contatto con la prospettiva psicoanalitica; in particolare D. Anzieu (1985; 1990), prendendo spunto dalle ipotesi di E. Bick (1964) sostiene che ogni attività psichica si fonda su una funzione biologica e che la pelle, nelle sue diverse funzioni, gioca un ruolo fondamentale nella strutturazione dell'Io. Essa è infatti "sacco che contiene e trattiene all'interno il buono dell'allattamento e delle cure"; superficie di separazione e di limite tra interno ed esterno (protezione dalle aggressioni); mezzo primario di comunicazione con gli altri con cui stabilire relazioni significative. È possibile, quindi, parlare di un "Io-pelle" alla base dell'elaborazione di un "Io pensante"⁷.

L'Io-pelle ha dunque a che fare con la costruzione dell'identità, ma anche con la comprensione del dentro e del fuori, dello spazio tridimensionale e della percezione della possibilità di "agirlo". Come sottolinea Lesage (1996, p. 98):

⁷ "L'Io pelle è una realtà di ordine fantasmatico (...), è una struttura intermedia dell'apparato psichico: intermedia cronologicamente tra la madre e il bambino, intermedia strutturalmente tra la reciproca inclusione degli psichismi nell'organizzazione fusionale primitiva e la differenziazione delle istanze psichiche". La costruzione di un "Io pelle" o pre-Io corporeo (che contiene, trattiene, delimita una frontiera tra l'*interno* e l'*esterno* e serve alla relazione con l'altro) è essenziale all'elaborazione ulteriore dell'Io pensante" (Anzieu, 1985, p. 15).

Il soggetto non si muove in uno spazio costituito prima di lui, egli spiega e assume lo spazio in cui si colloca (...) Di fatto la nostra prima spazializzazione è legata alla definizione di un dentro e di un fuori organizzati dalla pelle vissuta come interfaccia. Da questa distinzione fondamentale derivano altre forme di opposizioni: alto/basso, avanti/dietro, destra/sinistra... I limiti del sé prendono forma non come barriere, ma come zone transizionali a partire da un incessante va e vieni, o alternando tempi di densità e di diluizione. L'identità si organizza dunque attraverso lo spazio, il ritmo e il flusso⁸.

Ma lo spazio, nella costruzione dell'identità e nell'integrazione della persona, è anche uno spazio relazionale, in cui gli scambi significativi con gli altri hanno una funzione strutturante. La DMT, in questo senso, favorisce la "comunione di stati interni" attraverso processi di "sintonizzazione"⁹ attivati *dalla forma, dall'intensità e dalle caratteristiche temporali* dei "comportamenti". La sintonizzazione ha luogo sul piano degli "affetti vitali", un tipo di esperienza che, secondo Stern (1985, p. 69), indica "qualità sfuggenti", che si esprimono meglio in termini *dinamici, cinetici* (quali "fluttuare", "svanire", "trascorrere", "esplodere", "crescendo", "decrecendo", "gonfio", "esaurito", etc.) e che è strettamente connessa alla sensazione di essere vivi:

Scoprire gli affetti vitali e sintonizzarsi con essi permette ad un essere umano di "essere con" un altro, condividendo esperienze interiori probabilmente simili in un'atmosfera di continuità. Proprio così, come in una linea ininterrotta, noi sperimentiamo l'esistenza di una connessione fra i nostri sentimenti e quelli di un altro, l'essere reciprocamente sintonizzati (Id., p. 164).

⁸ Si veda in proposito anche Laban (1950) che per primo ha individuato gli "*effort* del movimento", le qualità cioè che costituiscono ogni movimento e attraverso cui, quindi, ogni movimento può essere descritto.

⁹ Per *sintonizzazione* Stern (1985, pp. 146-147) intende la sensazione di "essere con", di "comunione" all'interno della dimensione degli affetti, degli stati d'animo (non di quella dei comportamenti), senza altri obiettivi, più o meno consapevole, spesso quasi automatica. Ha luogo principalmente per mezzo di una operazione "transmodale" (attraverso l'intensità, le caratteristiche temporali e la forma). In questo senso non va confusa con l'*imitazione* e con il *rispecchiamento*. Proprio per il suo prodursi a livello delle pre-categorie e non a quello dei significati, la sintonizzazione non va nemmeno confusa con l'*empatia*.

Sostenendo che non esiste mente senza continua interazione con l'altro, Stern mette al centro dello sviluppo psicologico e della stessa funzione della mente la relazione intersoggettiva in una cornice psico-corporea e motoria. La sua prospettiva è stata recentemente confermata dalle neuroscienze, attraverso l'importante scoperta dei "neuroni specchio", compiuta da Rizzolatti, Gallese e altri ricercatori dell'Università di Parma (Rizzolatti, Sinigaglia, 2006; Gallese, 2015). Si tratta di circuiti neuronali specifici che si attivano quando osserviamo il movimento o la "mimica emozionale" di un'altra persona, nelle stesse aree che si attiverebbero se fossimo noi a compiere quel movimento o a provare quelle emozioni e questo facilita la comprensione di ciò che sta accadendo. Indicano, quindi, una sorta di predisposizione neurobiologica dell'essere umano all'intersoggettività. Il contatto intersoggettivo ha luogo, principalmente, all'interno di esperienze emozionali condivise, che utilizzano linguaggi impliciti, come quelli che ci permettono, fin dai primi giorni di vita, di apprendere e comunicare attraverso i gesti, gli sguardi, la mimica, il contatto fisico (Mignosi, 2017). Questa "conoscenza relazionale implicita", attraverso cui gli esseri umani si incontrano su un piano che è in prevalenza "preconscio", ha per Stern un'enorme importanza in quanto fondamento dell'intersoggettività e implica la mediazione del corpo. Si tratta di una concezione che, riprendendo le intuizioni anticipatrici della filosofia fenomenologica, dà alla mente quella dimensione *embodied* che oggi le neuroscienze riconoscono e fa della corporeità la base dell'intersoggettività e il centro di emanazione delle "forme vitali".

Le forme o "affetti vitali" legati alle "situazioni di passaggio" hanno una entità dinamica e di continuità temporale che lo stesso Stern (2010) accomuna alla danza e alla musica e sono collegati ai processi di sintonizzazione. Il ritmo, la forma, l'intensità e la qualità del movimento costituiscono, pertanto, l'unità sensoriale attraverso cui è possibile realizzare un'esperienza di incontro e di reciproco riconoscimento, e grazie alla quale possono sperimentare processi creativi condivisi (Mignosi, 2019).

Focalizzando l'attenzione sulla dimensione relazionale, un ruolo fondamentale e specifico nel contesto della DMT gioca la dimensione di gruppo, in cui le trasformazioni ed i cambiamenti, rispetto ad altri contesti gruppalì, avvengono a volte improvvisi e con grande rapidità,

grazie a complessi processi di rispecchiamento visuo-motorio ed alle risonanze emotive attivate dal coinvolgimento in una comune esperienza di DMT.

Un *setting* di gruppo in cui il terapeuta è esplicitamente e attivamente parte del gioco relazionale (...), si presenta come un campo di interazioni e attribuzioni (visibili e invisibili) complesse, incrociate, reciprocamente co-determinantesi: un campo con-transferiale, uno spazio cioè dove ciascuno partecipa di un processo transferiale collettivo, mettendoci del proprio in una “danza” di risonanze e rispecchiamenti (...) Il *mirroring* nel gruppo di danzaterapia è letterale: negli altri vedo me stesso¹⁰ (...) Nel gruppo il movimento di un singolo individuo spesso “risuona” in tutti, suscitando sinestesie minimali, amplificandole e sincronizzandole. La “risonanza” ha una profonda valenza di empatia cinestetica, sollecitando la condivisione di elementi emozionali. Questo fenomeno si produce con effetto di contagio a catena. Spontaneo in ogni tipologia gruppale, nel gruppo di danzamovimentoterapia è indotto e amplificato da alcuni codici caratteristici: l’investimento corporeo, l’andamento ritmico, la ripetizione di movimenti: la risonanza in gruppo di tracce coreografiche, di solito, attiva e coinvolge anche chi si esprime poco nella relazione duale o chi manifesta un ritiro psicomotorio (Bellia, 2001, pp. 96-98).

2. DanzaMovimentoTerapia e società

I fondamenti culturali della danza sono stati fonte di individuazioni metodologiche e della pratica della DMT. Infatti, alcune danze popolari e sociali nel mondo contengono passi e gesti specifici che possono fungere da modelli cinestetici nella DMT a sostegno del benessere o del processo terapeutico, risvegliando immagini personali e/o emozioni del passato utili nelle esperienze di DMT. Danze che sono anche fonte di memoria collettiva, legando generazioni, dando significato al movimento, e promuovendo nei gruppi un sentimento di “appartenenza” e il rafforzamento di un’identità socio-culturale.

Danze sociali e danze di rivendicazione politica sono state riferimenti per metodologie nate, ad esempio, dall’introduzione di stili di movimento influenzati dal jazz e dalla *modern primitive* della ballerina,

¹⁰ Bellia (*ivi*) sottolinea anche come il “rispecchiamento” induca una “conferma narcisistica” (cfr. anche Schott-Billmann, 1994), che nel gruppo assume, evidentemente, forme più complesse rispetto alla situazione duale.

coreografa, antropologa afroamericana Katherine Dunham. La Dunham ha rappresentato la danza come elemento determinante, costitutivo e fondamentale per ogni società, descrivendo la sua tecnica come una serie di schemi motori basati su ritmi primitivi (Dunham, 2005). La sua tecnica è stata utilizzata a lungo dai danzatori come strumento per facilitare la comprensione della cultura. Durante il suo lavoro, la Dunham ha scoperto che alcune danze avevano una forma e una funzione specifica all'interno di una data cultura, e questo significato culturale è incarnato nei movimenti. Questa trasmissione della cultura in senso antropologico e educativo attraverso la danza costituisce il nucleo della "Tecnica Dunham". L'antropologia, infatti, affronta i comportamenti espressivi delle persone come rappresentazioni di un senso di sé, immersi in un contesto culturale (Dosamantes-Beaudry, 1999; Pallaro, 1993).

Albirta Rose, co-fondatrice dell'*Institute for Dunham Technique Certification*, afferma che la tecnica Dunham, come forma decoloniale e decolonizzante

permette di comprendere una cultura, o molte culture, attraverso la danza. [Dunham] ha scoperto che la comprensione delle diverse culture avviene quando si è immersi nella cultura. Sperimentando altri modi di vivere, soprattutto attraverso le danze, si acquisisce conoscenza (Rose, 1990, p. 17).

E proprio un ex membro della compagnia di Dunham, il ballerino di origine haitiana Herns Duplan, ha sviluppato una particolare enfasi sulle fonti antropologiche e universali del corpo danzante. Durante gli anni '70 Duplan portò in Francia l'*Expression Primitive* definendo questo stile di danza come un'impresa antropologica che conduce l'individuo a una ricerca all'interno di sé e poi, attraverso il gruppo, della propria genesi. Duplan lo definisce un percorso di conoscenza che parte da una unità, da una stessa origine, ed è guidato da leggi che si fondano sul principio ciclico della vita, materializzando tutto ciò con il corpo, "il corpo nella sua globalità, e nella sua identità" (Duplan, 2001, p. 135). L'*Expression Primitive* non è solo una questione di apprendimento delle danze tradizionali, ma anche un metodo per avvicinarsi all'essenza dell'individuo attraverso gesti universali e ancestrali (Battista, 2021).

Le forme sociali della danza hanno riguardato anche i periodi bui

come quello della seconda guerra mondiale, dando luogo a strumentalizzazioni della danza e dei più famosi coreografi dell'epoca. Ma è proprio in questo scenario che alcuni pionieri della DMT posero le basi per il suo sviluppo. Tra questi troviamo nomi quali Liljan Espe-nak, Elaine Siegel, Trudi Schoop, Judith Kestenberg, Rudolf Laban e Irmgard Bartenieff che, influenzati dalla ballerina tedesca Mary Wig-man, furono i primi pionieri che liberarono la danza dalla tecnica del balletto più controllata e svilupparono nella Germania dell'epoca l'*Ausdruckstanz*, o danza espressiva. Intorno al 1940, fu Pina Bausch nella Germania occidentale a diventare la principale rappresentante della danza come espressione di processi interni. Bausch (Climenhaga, 2013, p. 60) dice: "*I am not so much interested in how they move as in what moves them*" e lo sviluppo della sua coreografia ricorda il processo di DMT, in quanto pone ai suoi ballerini domande su diversi argomenti e situazioni che sono intuitivamente rilevanti nella loro vita e li incoraggia a muoversi in risposta.

Sono proprio due danzatrici, Marian Chace e Trudy Schoop, negli stessi anni, partendo dalla loro esperienza coreutica, a gettare le fondamenta della DMT. La prima lavorando in un progetto educativo e riabilitativo presso l'Ospedale di St. Elisabeth a Washington, rivolto a soldati che nell'immediato dopoguerra soffrivano di disturbi mentali, e l'altra, nata in Svizzera, ma che in America sviluppa il suo lavoro di terapeuta con pazienti residenti presso una clinica psichiatrica. Entrambe svolgono il proprio lavoro in *équipe* di psicologi e psichiatri delineando, attraverso l'esperienza, una metodologia di lavoro che verrà poi ripresa ed elaborata negli anni a seguire. Anche Maria Fux è una danzatrice e coreografa argentina che ha individuato il valore terapeutico della danza a partire dai benefici ottenuti da lei stessa, in una fase di forte depressione, e in seguito sviluppando una metodologia con la quale poter lavorare con persone in particolare sorde, cieche, con sindrome di Down, ritardi mentali ed altre patologie psichiche e motorie.

Carl Jung (1936) scriveva che la vita non può essere riparata, ma può essere ricreata, e la danza è una delle espressioni del processo di creatività attiva che permette di ricrearla. Di grande interesse è, in questo senso, l'ipotesi di Jung relativa alla "funzione trascendente" dell'arte che permette di mettere in relazione e integrare tra loro conscio e inconscio passando organicamente da una dimensione all'altra (Jung, 1957-58).

Poiché il fluire della vita richiede un adattamento continuo e la capacità di sapere affrontare le difficoltà man mano che queste si presentano, è necessaria una consapevolezza che nasce dalla “permeabilità del diaframma tra coscienza e inconscio”, che è caratteristica degli uomini creativi (*ivi*, p. 20) e che è legata proprio alla funzione trascendente.

Per Jung le esperienze estetiche e artistiche hanno dunque un ruolo fondamentale, perché danno luogo ad una “cooperazione dell’inconscio con la coscienza” permettendo di superare il “perturbamento automatico dell’inconscio” e consentendo quindi di accogliere la dinamicità e la trasformazione continue insite nella vita stessa: “la funzione trascendente si manifesta come una caratteristica di opposti che si sono reciprocamente avvicinati. Fin quando questi opposti sono mantenuti estranei l’uno all’altro – allo scopo naturalmente di evitare conflitti – non funzionano, e ne consegue un morto ristagno” (*ivi*, p. 50).

È qui che possiamo rintracciare il valore simbolico della danza dove – come scrive Liljan Espenak, DanzaMovimentoterapeuta e coreografa degli anni ‘30, allieva di Mary Wigman – attraverso la postura, i gesti, la respirazione, l’individuo comunica con una eloquenza che “trascende la sua stessa verbalizzazione e supera la propria percezione del suo stato interiore” (Eспенak, 1981, pp. 3-4). Espenak imputa agli aspetti espressivi di una personalità, ai suoi gesti, movimenti e posture, una funzione riguardante la totalità dell’individuo: la totalità intellettuale, emozionale, inconscia e somatica, individuando la visione di fondo della DMT.

3. La DanzaMovimentoTerapia durante la pandemia e il Convegno Nazionale APID®

Da quanto esposto finora risulta evidente che nella DMT vengono coinvolte più dimensioni interrelate: psicologica, emozionale, immaginativa, creativa, relazionale, espressiva, comunicativa, estetica. Fondamentale, data la complessità dei processi coinvolti, è garantire un *setting*; in DMT esso va inteso come un insieme di componenti stabili e riconoscibili che consentono di creare uno “spazio extra-ordinario” protetto e intimo, connotato affettivamente, in cui è possibile rievocare durante il percorso ciò che si è vissuto e connetterlo con ciò che si vive, ritrovare se stessi e gli altri, sperimentare il senso di sicurezza e di libertà necessari al processo di crescita e di cambiamento/appren-

dimento; componenti principali del *setting* sono: il “luogo fisico”, i partecipanti, la struttura di ogni incontro, i materiali utilizzati (compresi gli stimoli sonori), la metodologia adoperata.

La relazione psicocorporea intersoggettiva, la significatività dello spazio, il *setting* presuppongono la presenza, la possibilità di scambi e contatti emozionali che sembrerebbero non poter prescindere dal trovarsi fisicamente insieme.

La pandemia da COVID-19 ha costretto a trovare nuovi assetti, a ripensare le possibilità di interazione creativa e di esplorazione di sé e dell'altro nella DMT. Si è trattato di una sfida difficile che abbiamo voluto cogliere e su cui abbiamo voluto riflettere attraverso il Convegno Nazionale dell'APID® che si svolge ogni anno in una città italiana e che, nel 2021, abbiamo dovuto organizzare online.

Il Convegno annuale dell'APID® si è quindi tenuto, nonostante tutto, il 17 e il 18 aprile 2021, in un periodo in cui la pandemia imponeva l'isolamento, costringendoci a ripensare un *setting* che fino a ieri credevamo immutabile. Il titolo del convegno “Dal Corpo virtuale alle virtù del corpo” ha riportato la riflessione su quanto in questi mesi ha agitato le acque della nostra professione facendoci perdere la stabilità e l'equilibrio dati da parametri e riferimenti certi, e ci ha spinto a cambiamenti profondi e nuovi adattamenti.

Antonella Viola, scienziata immunologa che ha assunto un ruolo di rilievo nella lotta contro il COVID-19, scrive che l'azione del nostro sistema immunitario è segnata da un movimento perenne che “somiglia molto più alla coreografia di una danza che a una guerra” (Viola, 2021, p. 9) contro gli agenti patogeni esterni. Una danza che esercita un movimento continuo non restando uguale a se stessa, un dinamismo che è “capace di adattarsi al cambiamento”, di trovare un nuovo equilibrio. Ancora una volta è il corpo che detta le linee guida da seguire in momenti di criticità, “sulla convivenza fra le parti e il tutto, fra gli individui e l'ambiente che li circonda” (*ivi*, p. 10). Una connessione che ci porta a riflettere nuovamente su aspetti qualitativi e relazionali del nostro lavoro. Si tratta di un processo particolarmente significativo per noi che amiamo e pratichiamo una professione che si occupa del prendersi cura delle persone, del rapporto con il mondo interno ed esterno, dei mutamenti e delle diversità, delle variazioni e delle trasformazioni, sia come individui che come collettività (Battista, 2021).

Gli articoli che seguono ripercorrono le fasi principali del Convegno e, parallelamente, esplicitano la struttura organizzativa dell'APID® e la sua cornice internazionale.

Sono pertanto suddivisi in due parti: nella prima sono raccolti gli interventi delle relatrici che, nella giornata di apertura, sono stati suddivisi tra mattina e pomeriggio, alternandosi a esperienze laboratoriali online proposte in sessioni parallele. Oltre ai contributi delle esperte invitate (R. M. Govoni, H. Wengrower, M. D'Ambrosio) che hanno trattato il tema del Convegno sotto diverse angolature, vi si trovano la presentazione introduttiva della Presidente, I. F. Tecchiati, i risultati dell'indagine sui bisogni dei DMt APID® durante l'emergenza pandemica, presentati da S. Diamare e E. D'Anna, ed il contributo delle rappresentanti delle Associazioni OPPI e OPPIForma con le quali è stato stipulato un accordo di programma per avviare scambi e collaborazioni nel campo della formazione.

Nella seconda parte viene inizialmente presentata da I. F. Tecchiati e F. Battista l'Associazione Europea DanzaMovimentoTerapia di cui l'APID® è tra i membri fondatori; viene quindi condotta da M. Cancelli una riflessione sui laboratori in presenza e a distanza e viene riportato da R. Bassani e V. La Costa un esempio di uno dei laboratori proposti durante il Convegno; E. Mignosi approfondisce poi il tema dei gruppi di studio e F. Pieia, E. Ribichini, N. Vaccamorta descrivono in maniera articolata il gruppo di studio dell'APID® di cui fanno parte; successivamente M. P. Rimoldi presenta le sezioni locali e la loro funzione di supporto all'interno dell'Associazione professionale ed, infine, conclude (anche simbolicamente) la rivista, riportando il rituale di chiusura del Convegno in cui, con grande emozione, le partecipanti e i partecipanti hanno danzato insieme e, nonostante la distanza, sono riuscite/i a sintonizzarsi.

RIFERIMENTI BIBLIOGRAFICI

- Anzieu D. (1985), *L'io-pelle*, trad. it., Roma, Borla, 1987.
- Anzieu D. (1990), *L'epidermide nomade e la pelle psichica*, trad. it., Milano, Raffaello Cortina, 1992.
- Battista F. (2021), *Pedagogia del confine: una architettura di corpi per una geografia delle relazioni*, Tesi di Dottorato di ricerca in XXXIV ciclo, Università Roma Tre.

- Bellia V. (2001), *Dove danzavano gli sciamani. Il setting nei gruppi di danzaterapia*, Milano, Franco Angeli.
- Benasayag M., Schmit G. (2003), *L'epoca delle passioni tristi*, Milano, Feltrinelli.
- Bick E. (1984), *L'esperienza della pelle nelle prime relazioni oggettuali*, in V. Bonamino, B. Iaccarino (a cura di), *L'osservazione diretta del bambino*, Torino, Bollati Boringhieri.
- Casini Ropa E. (1990), *Alle origini della danza moderna*, Bologna, Il Mulino.
- Changeux J. P., Ricoeur P. (1998), *La natura e la regola. Alle radici del pensiero*, trad. it., Milano, Raffaello Cortina, 1999.
- Chodorow J. (1991), *Danza Terapia e psicologia del profondo*, trad. it., Como, Red edizioni.
- Climenhaga R. (2013), *The Pina Bausch sourcebook: the making of Tanztheater*, London-New York, Routledge.
- Damasio A. (1994), *L'errore di Cartesio*, trad. it., Milano, Adelphi, 1995.
- Damasio A. (1999), *Emozione e coscienza*, trad. it., Milano, Adelphi, 2000.
- Dosamantes-Beaudry I. (1999), *Divergent cultural self-construals: implications for the practice of dance movement therapy*, in “The Arts in Psychotherapy”, 26(4), 225-231.
- Dunham K. (2005), *Notes on the dance*, in K. Dunham, V. Clark, S. Johnson (eds), *Kaiso!: writings by and about Katherine Dunham*, Madison, University of Wisconsin Press.
- Espenak L. (1981), *Dance Therapy: theory and application*, Illinois, Charles C. Thomas Publisher.
- Galimberti U. (1987), *Il corpo*, Milano, Feltrinelli.
- Gallese V. (2015), *Sé corporei in relazione: simulazione incarnata come prospettiva in seconda persona sull'intersoggettività*, in L. Onnis (a cura di), *Una nuova alleanza tra psicoterapia e neuroscienze. Dall'intersoggettività ai neuroni specchio*, Milano, Franco Angeli.
- Jung C. (1936), *Il concetto di inconscio collettivo*, trad. it., in *Opere*, vol. 9, Torino, Boringhieri, 1980.
- Jung C. (1957-58), *La funzione trascendente*, trad. it., Torino, Bollati Boringhieri, 1993.

- Laban R. (1950), *L'arte del movimento*, trad. it., Macerata, Ephemeria, 1999.
- Lesage B. (1996), *Le geste selon Laban: une mise en ordre de soi?*, in “Danse-Thérapie”, 2/4, 97-101.
- Lévinas E. (2018), *Altrimenti che essere o al di là dell'esistenza*, Rimini, Jaca Book.
- Mignosi E. (2016), *Corpo e movimento come arte della costruzione di Sé: Danza Movimento Terapia e formazione*, in A. Cunti (a cura di), *Sfide dei corpi. Identità, Corporeità Educazione*, Milano, Franco Angeli.
- Mignosi E. (2017), *Oltre le parole: le relazioni intersoggettive nei nidi d'infanzia e la formazione delle educatrici*, in A. Bondioli, D. Savio (a cura di), *Crescere bambini. Immagini d'infanzia in educazione e formazione degli adulti*, Parma, Edizioni Junior.
- Mignosi E. (2019), *Bridges between people: nonverbal mediation in an intercultural perspective and training proposals*, in “Studi sulla Formazione/Open Journal of Education”, [s.l.], 265-281. Consultato a luglio 2019, da <http://www.fupress.net/index.php/sf/article/view/25569/22747>
- Mortari L. (2015), *Filosofia della cura*, Milano, Raffaello Cortina.
- Pallaro P. (1993), *Culture, self and body self: Dance/Movement Therapy across cultures*, in F. J. Bejjani (ed), *Current research in arts medicine*, Chicago, IL: a capella books.
- Puxeddu V. (1996), *Introduzione alla danza movimento-terapia*, in “Chorégraphie, Studi e ricerche sulla danza”, 7, IV, Roma, Di Giacomo.
- Rizzolatti G., Sinigaglia C. (2006), *So quel che fai: il cervello che agisce e i neuroni specchio*, Milano, Raffaello Cortina.
- Rose A. (1990), *Dunham technique: a way of life*, Dubuque, Kendall/Hunt Publishing Company.
- Sachs C. (1933), *Storia della danza*, trad. it., Milano, Il Saggiatore, 1994.
- Schore A. S. (1994), *Affect regulation and the origin of the Self: the neurobiology of emotional development*, Hillsdale, NJ, Lawrence Erlbaum.
- Schott-Billmann F. (1994), *Quand la danse guerit*, Paris, La Recherche en danse.

- Stern D. (1985), *Il mondo interpersonale del bambino*, Torino, Bollati Boringhieri, 1987.
- Stern D. (2010), *Le forme vitali*, Milano, Cortina, 2011.
- Viola A. (2021), *Danzare nella tempesta. Viaggio nella fragile perfezione del sistema immunitario*, iBooks, Milano, Feltrinelli.

PARTE 1

Emergenza, creatività e resilienza: i contributi delle relatrici

**L'Arte del Danzare nel Caos: Ri-crearsi e Ri-conoscersi.
Presentazione Convegno Nazionale APID® 2021
“Dal corpo virtuale alle virtù del corpo”**

Abstract

Nel Convegno ha trovato spazio il desiderio di trasmettere i frutti di un tempo complesso, ma ricco di scoperte e trasformazioni che hanno interessato il mondo intero e ovviamente la nostra identità professionale. Dal trauma iniziale seguito alla pandemia, ha preso forma e si è diffusa endemicamente la voglia di dare voce alle esperienze, porsi domande e cercare risposte con gli strumenti della nostra professione, che abbiamo dovuto imparare a svolgere attraverso la connessione virtuale. La danza senza una struttura, seppur invisibile, può apparire come caos. La struttura che ha permesso di includere pienamente la tecnologia, è costituita da *creatività e tras-formazione*, aspetti sostanziali della nostra professione. Da una situazione compensativa è emerso un processo capace di creare una Nuova DanzaMovimentoTerapia, quella del corpo virtuale accanto alla DanzaMovimentoTerapia delle virtù del corpo.

Parole chiave: creatività, fluire della forma, resilienza, post-trauma, danza cosmica.

The desire to transmit the fruits of a complex time, but rich in discoveries and transformations that have affected the whole world and obviously our professional identity, found space in the conference. From the initial trauma following the pandemic, the desire to give voice to experiences, ask questions and seek answers through the tools of our profession, which we had to learn to carry out through virtual connection, took shape and spread endemically. Dance without a structure, albeit invisible, can appear as chaos. The structure that has allowed us to fully include technology are creativity and shape changes, essential aspects of our profession. From a compensatory situation, a process emerged capable of creating a New DanceMovementTherapy, that of the virtual body alongside the DanceMovementTherapy of the virtues of the body.

Keywords: creativity, shape flow, attunement, post-trauma, cosmic dance.

Introduzione

Danzare nel caos dovrebbe essere più naturale per una/un DanzaMovimentoterapeuta. Danzare nel caos, per chi viene dalla Danza, può fare immaginare una danza in cui si mantiene il proprio centro, la propria struttura interiore, mentre lo spazio fuori si muove e ci trascina cercando di disfare e trasformare le forme della nostra danza. Si tratta quindi di riuscire a fluire attraverso le forme che cambiano velocemente, ad *adattarsi* mantenendo la direzione scelta senza venire travolti: *un pensiero e un movimento alla volta, uno dopo l'altro*. Questo significa *danzare col caos*, non possiamo impedire che ci travolga, ma possiamo imparare a fluire nelle onde, nel vento, onde alte e bufere potenti in cui rotolare e lasciarsi sollevare per atterrare agilmente. Inevitabilmente, queste parole risuonano col concetto di *resilienza*, tanto citato recentemente (D'Onghia, 2020; cfr. Di Lauro, 2012).

Ma com'è stata in realtà per tutte noi questa fase pandemica mondiale? Molto varia, mi sentirei di dire. Questo Convegno è forse la prima occasione per condividere ciò che è accaduto. Siamo passati attraverso un grande fluire di emozioni, di azioni, di trasformazioni globali da cui forse non c'è possibilità di tornare indietro, ma vorrei piuttosto dire, da cui si dovrà soltanto continuare a cogliere i cambiamenti come opportunità.

La DanzaMovimentoTerapia ha a che fare con aspetti centrali dell'esistenza. Ne citerò alcuni: l'incontro, il sentire se stessi e l'altro/gli altri allo stesso tempo. Ha a che fare col corpo e con la nostra natura, con la "Natura con la N maiuscola". Essere in contatto col corpo ci fa diventare ancora più consapevoli di essere uniti a tutte le forme viventi: vegetali, animali e minerali, dentro noi vivono tutti gli elementi chimici che riguardano gli organismi viventi: anche i batteri e i virus sono esseri viventi, parti del nostro ambiente. Il vissuto di dualità, dentro/fuori, giusto/sbagliato, mascherina e non mascherina, morte e vita, confinamento/libertà ci ha dominati in questo anno trascorso. Ci siamo sentiti spinti a combattere un'entità esterna a noi, quando forse, sono le nostre azioni umane di allontanamento e non ascolto di "Madre Natura", ad avere degenerato gli eventi che tanta sofferenza ci hanno portato e ancora ci portano. O forse no: anche la pandemia è parte della "Danza Cosmica", di cui noi siamo solo una piccola e relativamente significativa porzione.

In un pomeriggio di fine estate, seduto in riva all’oceano, osservavo il moto delle onde e sentivo il ritmo del mio respiro, quando all’improvviso ebbi la consapevolezza che tutto intorno a me prendeva parte a una gigantesca danza cosmica... “vidi” scendere dallo spazio esterno cascate di energia, nelle quali si creavano e distruggevano particelle con ritmi pulsanti, “vidi” gli atomi degli elementi e quelli del mio corpo partecipare a questa danza cosmica di energia, percepii il suo ritmo e ne “sentii” la musica, e in quel momento “seppi” che questa era la danza di Shiva, il Dio dei Danzatori adorato dagli indù (Capra, 1993, pp. 11-12).

Il Convegno APID® avviene sempre a ridosso dell’equinozio di Primavera, simbolo di rinascita e rinnovamento, celebrato in tutte le culture con rituali di purificazione e trasformazione, d’integrazione e unione, fra Cielo e Terra, Sole e Luna, il matrimonio tra maschile e femminile (<https://it.wikipedia.org/wiki/Equinozio>).

Questa riflessione mi conduce all’esperienza di quanto in una associazione professionale sia necessario lavorare in cooperazione, nel rispetto del ruolo che ognuno ricopre e nel sostenere la responsabilità del ruolo che si è scelto. In questi tre anni, nonostante il caos, abbiamo strenuamente lottato per nutrire e coltivare il superamento della divisione e della dualità. Abbiamo lottato perché l’imbarcazione, che ci hanno incaricato di governare, arrivasse in porto sana e integra, con tutto il carico prezioso raccolto.

Questo, come ben sa chi ha contribuito alla sua realizzazione, è perfettamente rappresentato nella storia della creazione del bel video che ci ha accolte e che ha aperto il Congresso Nazionale APID® 2021 e, proprio per il processo che ha sotteso questo atto creativo, voglio ringraziare tutte le socie e i soci che hanno preso parte a questo progetto, su richiesta del Consiglio Direttivo 2018-21.

Il mio ruolo adesso è aprire la porta e dare un vasto sguardo a ciò di cui ci nutriremo in questa giornata, presentando i contributi.

1. Contributi delle relatrici

Sara Diamare, membro del CD 2018-21, ha condotto una importante raccolta di dati per APID®, al fine di avere un quadro chiaro di ciò che ha significato per la nostra associazione, l’ultimo anno. La ricerca si basa sul questionario pensato e creato collettivamente da tutto il CD e operativamente elaborato dalla collega Diamare; la ricerca è stata

denominata “COVAPID” (vedi Diamare S., *Verso l’innovazione: analisi del bisogni dei DMt APID® in emergenza pandemica*). Nella lettura potrete apprezzare l’importanza e il valore di avere un quadro dell’esperienza basato sui dati reali restituiti dai soci.

Rosa Maria Govoni ha presentato, in modalità applicativa, la pratica di integrazione fra la DMt e la Teoria Polivagale sviluppata da Amber Gray (vedi Govoni R. M., *La benevolenza del testimone interno: ritrovando il proprio corpo e il suo respiro in movimento*).

Maria D’Ambrosio riporta in relazione allo sviluppo di una nuova realtà accademica, la *Pedagogia del Corpo*.

Hilda Wengrover va al centro della nostra riflessione affrontando la ricerca su come Consapevolezza e Creatività possano emergere proprio dalla privazione (vedi Wengrover H., *How can awareness and creativity come out of deprivation?*).

2. Laboratori Esperenziali

Il senso di rinascita, di integrazione e trasformazione della sofferenza, di isolamento e condivisione, di confinamento e liberazione, è ben rappresentato nella qualità e nei temi dei contributi presentati. Ovviamente qui troverete solo una sintetica presentazione, che spero stimoli ancor di più l’interesse, per la ricchezza di ciò che è stato offerto dalle socie APID®, che generosamente hanno scelto di condurre i laboratori in questo Convegno, così come ringrazio le nostre ospiti *non* socie, ma in stretta relazione e condivisione di percorsi e intenti con APID®.

Nei nostri workshop e poster abbiamo sperimentato cosa significa il viaggiare nella Luce e nel Buio¹.

Un viaggio che è potuto avvenire facendo appello al nostro Spazio Interiore da cui nasce la spinta alla danza della relazione con lo Spazio Esterno, col fuori, col mondo in questa epoca, complicata e soverchiante.

Si è parlato della capacità di utilizzare mezzi mai considerati prima, che hanno preso il posto della Presenza Corporea. Considerate che questa idea era impensabile per un/una DMt (DanzaMovimentoter-

¹ Workshop Convegno APID® Aprile 2021, *La luce nel buio. Trovare l’azione dall’inerzia: il superamento della dualità* – Co-conduttrici workshop: Tania Cristiani, Elena Cerruto.

peuta), sino a qualche mese fa. Questi mezzi hanno preso il posto del contatto fisico e dello spazio occupato da corpi reali, concreti, vicini, dotati di un odore, un calore, una consistenza.

Un tema affrontato in uno dei workshop è la creazione di un *holding environment* in uno spazio “non tridimensionale”, un *holding environment*/un contenitore che sostiene e contiene in particolare chi vive in una condizione di disabilità, come anche chi affronta la perdita della salute fisica, in un momento in cui il supporto di una collettività incarnata è necessariamente venuto a mancare.

Fra ciò che abbiamo incontrato in questo anno, come DMt c'è stata la necessità di trasformare il concetto di FORMA. In DMT, il fluire della forma, i cambiamenti della *forma corporea* sono collegati al flusso degli stati interiori, stati mentali, emotivi, incarnati nel movimento, i cambiamenti di tono muscolare possono essere appunto molto evidenti ma anche molto sottili. La/il DMt è allenata-o a coglierli e a rispondere, amplificare, rispecchiare e fluire con queste variazioni, con consapevolezza. La situazione contingente ha richiesto nuovi modi per creare quel fondamentale *attunement* (sintonizzazione) e *adjustment* (adattamento) che permette di incontrare l'altro in questo modo così immediato, unico e autentico².

Una metafora interessante è la proposta di trovarci, come Dorothy del Mago di Oz, nella condizione e nella necessità di attraversare un *portale*; ciò ci rimanda a immagini di mondi paralleli e quindi con una diversa dimensione spazio-temporale. Un portale che viene attraversato da *stati incarnati*, che sono essenziali elementi della nostra pratica³.

E poi la sperimentazione sullo *stare nella memoria* del corpo dell'altro, anche a distanza. Ciò richiede una grande fiducia, la fiducia dei processi di cui è dotato l'essere umano. Anche nella situazione di distanziamento sociale, come esseri umani dotati della facoltà del movimento, possiamo attingere a risorse che consentono un contatto profondo, fra esseri di questa dimensione, figli di Madre *Natura*: in quale modo, attraverso la memoria corporea del contatto, una memoria

² Workshop Convegno APID® Aprile 2021, *Essere tridimensionali in uno spazio bidimensionale: dal contatto fisico a quello percepito* – Co-conduttrici workshop: Vittoria La Costa, Roberta Bassani.

³ Workshop Convegno APID® Aprile 2021, *No. Non siamo più in Kansas* – Conduttrice: Marcia Plevin.

iscritta nella nostra pelle, riusciamo anche a distanza a toccare e vivere la percezione del contatto, incontrando e ricevendo sollievo e cura da questo incontro. Un incontro essenziale per il completo *ben-essere* di ogni essere vivente. Questo perché abbiamo ricevuto in dono chiavi che aprono: cioè il respiro, le sensazioni, l'allenamento all'ascolto e al nutrire la consapevolezza per essere portati nell'*hic et nunc*, nel presente, diventando abili a nutrire un "testimone interno" che osserva e che è anche *mover*, capace di essere nella danza e contemporaneamente guardarla⁴.

Un ampio spazio è quello occupato dalla DMT APID® nei luoghi dove ci si reca quando si sta male, l'ospedale o comunque nei contesti riabilitativi. La DMT APID® contribuisce a riconoscere a questi luoghi e contesti, l'identità di spazi in cui si nutre la salute, vitalità e creatività, sia per chi è curato che per chi cura. Questo ha rivestito un prezioso supporto al personale sanitario che tanto ha dato e donato in questo anno a tutta la collettività. La DMT è strumento privilegiato, una vera terapia complementare nel curare chi cura, ma anche nell'accompagnare l'essere umano nel passaggio finale dell'esistenza. Il contatto e il gesto creativo sono unguenti che leniscono l'essere umano, anche quando il corpo deve essere abbandonato, un vero accompagnamento in una dimensione spirituale⁵.

La DMT APID® si è rivelata, grazie alla competenza delle nostre socie, molto capace d'integrare approcci all'unità corpo mente e alla visione energetica della forza vitale dell'essere umano: dalla teoria polivagale, allo yoga, al *chi kung*, ma anche a forme più tradizionali e vicine alla nostra cultura occidentale come la fisioterapia⁶.

Nelle di-stanze incarnate, la musica, i suoni e il canto, strumenti della DMT, che per loro natura sono in grado di attraversare e muoversi

⁴ Workshop Convegno APID® Aprile 2021, *Corpo e respiro: quando il movimento incontra la consapevolezza* – Co-conduttrici: Valentina Di Ludovico, Lucia Piedimonte.

⁵ Workshop Convegno APID® Aprile 2021, *Il gesto corpo-creativo "Prendersi cura di chi si prende cura"*. Pratiche di benessere per il personale medico-sanitario di Hospice A.C.C.D. Cremona – Condittrici: Marina Oliveri, Arianna Lima (Psicoterapeuta).

⁶ Workshop Convegno APID® Aprile 2021, *Connettersi e co-regolarsi via web: la DMT e il paradosso polivagale ai tempi della pandemia* – Condittrice Roberta Sort, co-conduttrice Elisabetta Colace.

nello spazio, hanno sostenuto la creazione di fili virtuali per unire nella distanza⁷.

Il gruppo di studio APID® sulla *DMT nei setting modificati*, da tempo investiga su ciò che stiamo vivendo come abitanti del mondo e come professioniste della DMT. Da questa ricerca sono scaturite una serie di domande e risposte/proposte su ciò che è stato alterato e costretto, ma che ha costituito anche una sfida costruttiva e creativa di trasformazione nel nostro lavoro⁸.

3. Dare forma scritta all'esperienza del corpo

Il 2020/21 ha generato una grande necessità di dare forma scritta al nostro operato e vorrei parlare di un contesto in cui la DMT APID® ha una grande esperienza, e tanto più è chiamata a operare nel prossimo futuro, un futuro che forse è già presente, cioè il campo dell'educazione, degli apprendimenti e delle competenze che le linee guida stabilite nella Comunità Europea già da tempo hanno posto in evidenza. Il gruppo di Studio su *DMT e apprendimenti* (ora concluso), ha focalizzato la sua ricerca sui Disturbi Specifici dell'Apprendimento pubblicando, col sostegno di APID®, un prezioso piccolo testo (Lagomaggiore, Massa, a cura di, 2021), quale frutto di una ricerca condotta in collaborazione con professionisti altri nell'ambito degli affetti e degli apprendimenti, portando al centro il corpo quale aspetto fondamentale dei processi di sviluppo del bambino, in una visione globale della persona. Il lavoro condotto con la sapienza d'intrecciare le *expertise* di ogni diverso professionista, intorno a un obiettivo comune è un modello che, auspichiamo, possa replicarsi anche per altre tematiche, quelle di cui si occupano sia gli attuali gruppi di studio attivi che quelli che speriamo a breve nascano numerosi.

L'articolo di Monica Re sulla sua esperienza con le Famiglie, in un'offerta alla comunità di movimento, relazione e danze (di DMT)

⁷ Workshop Convegno APID® Aprile 2021, *Di-stanze Incarnate – affordance e body resonance* – Co-conduttrici: Elena Bennati, Michela Caccavale.

⁸ Workshop Convegno APID® Aprile 2021, *Essere un/a DMt online: Meta-ri-flessione, Tridimensionalità, Presenza* – Co-conduttrici: Francesca Pieia, Nicoletta Vaccamorta, Elisa Ribichini (Gruppo di Studio APID® “Lo sviluppo della DMT nei set/ting modificati”).

ha coinvolto e sostenuto adulti, anziani e bambini in un progetto via web durante il *lockdown* (Re, 2021).

Sempre ad opera di soci APID® voglio citare la recente pubblicazione del volume *Colorati di Natura* (Semeraro, a cura di, 2021), con contributi di diversi professionisti, in cui troviamo anche il capitolo scritto dal collega Fernando Battista, membro del CD APID® (2018-21), sul tema della scuola e dell'intercultura, tema di cui si occupa ormai da anni e che esplora il territorio della corporeità dell'espressività e dell'arte quale luogo privilegiato per un incontro trasformativo con l'altro da sé. Come anche il contributo della socia Plevin, sul *Transformational Body tracing*, all'interno di un libro (Wengrover, Chaiklin, a cura di, 2021), che ci offre una prospettiva internazionale sulla Danza-MovimentoTerapia e i processi creativi che soggiacciono alle Arti terapie in generale, anche in relazione a un'ampia varietà geografica e culturale. Nella rivista "KIP Journal", destinata ai professionisti della psichiatria, è stata pubblicata una mia intervista dal titolo *Oltre la Danza, la cura*, sul ruolo della DMT nel campo della salute mentale (<https://drive.google.com/drive/folders/1vaHhC1BuuZoQ7NUHdA8jLghUPoRs0olU?usp=sharing>).

È veramente un territorio interessante da esplorare quello della DMT nella scuola; il corpo, ancora troppo assente nella didattica, necessita di entrare ed essere oggetto di studio in relazione al nutrire le competenze necessarie all'apprendere, al comprendere e al memorizzare per tutti i bambini e giovani in età evolutiva, ma anche per quegli insegnanti che continuano a formarsi e ad essere sempre studenti, studenti esperti ma desiderosi di sempre maggiore efficacia nel loro bellissimo e impegnativo mestiere. Il corpo nella scuola e anche subito fuori dalla scuola in tempi di DAD e DDI. In tempi in cui anche e non solo in ambito educativo si parla di *Sindrome Post Covid*. Possiamo dire che in generale le Arti terapie hanno un ruolo di grande risorsa già pronta e disponibile per la collettività.

Su quest'ultima riflessione e in questa cornice si colloca il Protocollo d'Intesa fra APID®, OPPI (<https://www.oppi.it>) e OPPIForma (<https://www.oppiforma.it>). Tre associazioni che condividono l'interesse per la Formazione Permanente, l'Educazione, la Didattica, l'Inclusione e la Ricerca.

RIFERIMENTI BIBLIOGRAFICI

- Battista F. (2021), *La Danzamovimentoterapia. Il corpo e l'arte come strumento educativo nella scuola, nei contesti interculturali e nelle migrazioni*, in R. Semeraro (a cura di), *Colorati di Natura. L'Arte terapia a sostegno dell'immagine corporea*, Milano, Magenes Editoriale srl.
- Capra F. (1989), *Il Tao della Fisica*, Milano, Adelphi.
- Di Lauro D. (2012), *La resilienza. La capacità di superare i momenti critici e le avversità della vita*, Xenia Edizioni.
- D'Onghia M. V. (2020), *Resilienza, una parola alla moda*, in “Treccani magazine”. Consultato da https://www.treccani.it/magazine/lingua_italiana/articoli/parole/Resilienza.html
- Lagomaggiore A., Massa M. (a cura di) (2021), Gruppo di Studio APID® “Età evolutiva e DSA”, *Corpo, affetti e apprendimenti. DanzaMovimentoTerapia e Disturbi Specifici di Apprendimento Uno studio pilota*, Milano, Edizioni Ma.Gi.
- Plevin M., Zeynep C. (2021), *A way to embodiment through aesthetic relationship: transformationale body tracings*, in H. Wengrover, S. Chaiklin (eds), *Dance and Creativity within Dance Movement therapy. International Perspectives*, Routledge Taylor and Francis Group.
- Re M. (2021), *Isolated systems towards a dancing constellation: coping with the Covid-19 lockdown through a pilot dance movement therapy tele-intervention*, in “Body, Movement and Dance in Psychotherapy”, 16, Issue 1: *Embodied psychoterapies in the digital age*.
- Semeraro R. (a cura di) (2021), *Colorati di natura. L'arteterapia a sostegno dell'immagine corporea*, Editore Kiwi.

SARA DIAMARE e EMILIA D'ANNA*

Verso l'innovazione: analisi del bisogno dei DMt APID® in emergenza pandemica

Abstract

In questo complesso periodo dovuto all'emergenza pandemica da COVID-19, si è reso necessario indagare se e in quale modalità l'attività di DanzaMovimentoTerapia avesse subito modifiche o arresti. L'esigenza nasce dallo stretto legame di questa disciplina con il corpo ed il movimento che, ovviamente, mal si sposa con le norme di distanziamento sociali messe in atto per arginare la diffusione del virus. Per tale ragione, è stato sviluppato un questionario atto ad indagare se, e in quale misura, i/le DanzaMovimentoterapeuti/e avessero risentito degli effetti dell'emergenza sanitaria in relazione alla loro professione e, nello specifico, per andare ad individuare fattori di criticità derivanti dall'utilizzo di eventuali metodi alternativi online per non interrompere la propria attività. Si è voluto, inoltre, indagare quali sono le proiezioni future delle/i DMt APID® in merito alla loro attività professionale, focalizzandosi, in particolare, sullo stato d'animo percepito, ovvero sull'eventuale senso di incertezza, tenuto conto che i/le soci/e APID® svolgono la loro attività di DMt in vari ambiti lavorativi.

Parole chiave: DanzaMovimentoTerapia, COVID-19, attività a distanza, resilienza.

In this hard period due to the COVID-19 pandemic emergency, it was necessary to analyze whether and how the activity of DanceMovement Therapy had been affected or completely stopped. The need arose from the close link with the body and movement that this discipline has, which obviously doesn't fit in with the social distancing norms put in place to stem the spread of the virus. For this reason, a questionnaire was developed to investigate whether and to what extent the Dance Movementtherapists had been affected by the health emergency and, above all, to underline the most critical factors arising from the use of alternative methods which allowed some of them to not to interrupt

* In particolare Sara Diamare ha curato i paragrafi 1, 2, 3 e le conclusioni; il paragrafo 4 è frutto della collaborazione di entrambe le autrici.

their activity. Moreover, we wanted to investigate what are the future projections of the DMt APID® regarding their professional activity, focusing, in particular, on the perceived state of mind, e.g. the possible sense of uncertainty, taking into account that APID® members carry out their DMt activities in various working environments.

Keywords: DanceMovementTherapy, COVID-19, online activity, resilience.

Introduzione

Durante i primi mesi del 2020, lo scoppio della pandemia e l'utilizzo delle norme di contenimento hanno portato numerose attività a fermarsi per un tempo indefinito, lasciando tutti in una situazione di incertezza dalla quale sembrava impossibile uscire. Se alcune attività di supporto psicologico e *counseling* incentrate prevalentemente sullo scambio verbale, hanno potuto ricorrere facilmente all'utilizzo delle piattaforme online per ovviare al problema della distanza, altre attività in cui l'elemento intorno al quale si costruiva la relazione era il corpo, il con-tatto e il movimento (Diamare, 2010), cioè la comunicazione non verbale, non hanno potuto giovare della stessa possibilità in modo automatico. Nel caso della DanzaMovimentoTerapia, alcuni professionisti hanno cercato di utilizzare i mezzi online per poter rimanere in contatto, benché virtuale, con i propri clienti e continuare, nonostante tutto, la propria attività. Ciò però ha comportato numerosi adattamenti del metodo che hanno modificato inevitabilmente lo svolgersi normale degli incontri. Quindi, se altre attività hanno potuto continuare il loro naturale esercizio durante l'emergenza dei primi mesi del 2020, grazie all'ausilio di strumenti tecnologici, non era scontato lo stesso per l'attività di DanzaMovimentoTerapia in quanto occorreva una riflessione sulle nuove modalità di intervento a distanza. Esperienze pionieristiche erano già state fatte, prima della pandemia, nel campo della didattica della DMT online, per superare le distanze geografiche e consentire un marketing adeguato ai tempi, ma era stato trascurato l'approfondimento metodologico di confronto fra pari, che ora è possibile grazie allo sviluppo della metodica via web.

È stato concepito dunque un questionario online utilizzando la piattaforma Google Moduli per poter evidenziare le eventuali criticità incontrate durante i primi mesi del *lockdown*, ovvero in che misura i DMt APID® abbiano continuato a svolgere la propria attività, rein-

ventando, in alcuni casi, la propria professionalità per poter dare supporto alle situazioni di disagio psico-fisico e psicologico dei loro pazienti emerse anche a seguito alla situazione pandemica.

1. Metodologia

Per indagare se e in quale misura l'attività dei DMt APID® fosse cambiata durante il periodo del *lockdown* a causa dell'epidemia da COVID-19, è stato sviluppato dal Comitato Direttivo Nazionale dell'APID® allora vigente (dr.ssa Ines Tecchiati, dr. Fernando Battista, dr.ssa Maresa Cancelli, dr.ssa Sara Diamare, dr.ssa Elena Mignosi, dr.ssa Maria Paola Rimoldi) un questionario utilizzando la piattaforma Google Moduli. Tale modalità online è stata scelta, al posto di un format più classico stampabile, sia in un'ottica di salvaguardia dell'ambiente, sia per attivare il processo di coinvolgimento della comunità in una visione innovativa di linguaggio digitale, in linea con quanto stava accadendo faticosamente anche nel mondo della DMT. Inoltre, in un momento in cui era fondamentale e obbligatorio mantenere il distanziamento fra le persone ed evitare anche il contatto con oggetti, la condivisione via web, invece che la somministrazione attraverso un modulo cartaceo, è parsa come l'unico modo per rendere più agevole la diffusione del questionario e raccogliere i dati dei soci/e distribuiti per sezioni locali sul territorio nazionale. In particolare, il questionario è stato diffuso con un'e-mail di invito per sottolineare l'importanza di partecipare attivamente alla vita dell'associazione evidenziando in tal modo un obiettivo della somministrazione, ovvero consentire una condivisione nonostante le difficoltà che l'associazione ed i singoli soci stavano attraversando. Ciò anche allo scopo di orientare la politica futura della vita associativa alle necessità emergenti. Tuttavia, la risposta iniziale durante la prima fase pandemica è stata insufficiente a garantire una corretta lettura della situazione; pertanto, il questionario è stato inoltrato nuovamente con un sollecito garantendo nell'analisi uno scarto dei dopppioni ricevuti. Fra l'altro, tale modalità web è stata quella maggiormente utilizzata in questo periodo in cui i DanzaMovimento-terapeuti si sono trovati a costruire delle nuove forme di comunicazione digitale, tra loro e con i pazienti, che prima dell'era COVID-19 erano per molti impensabili o sconosciute soprattutto in un ambito in cui la dimensione corporea è fondamentale.

Tuttavia, è necessario sottolineare che il presente articolo non vuole essere uno studio “scientifico”, ma solo un’indagine conoscitiva per avviare un’analisi del bisogno e delle criticità vissute dai soci. Ciò al fine di individuare e dividerne le modalità di risoluzione, oltreché orientare le politiche dell’associazione.

In una situazione di criticità per la situazione lavorativa della maggior parte delle persone, era necessaria una riflessione resiliente sulle soluzioni innovative che la comunità DMT APID® ha potuto trovare per affrontare questa emergenza e per raggiungere i propri clienti in modo da non lasciarli soli. Ciò ha comportato una ridefinizione del proprio modo di intendere la DanzaMovimentoTerapia e soprattutto il rapporto con l’altro. La rete Internet, in quanto nasce per sostenere i sistemi a distanza, è stata una risorsa estremamente preziosa durante la pandemia ma, ovviamente, a spese del contatto interpersonale che in presenza era la base del metodo. La barriera dello schermo, ma anche le difficoltà tecniche che possono nascere all’improvviso, la poca dimestichezza con lo strumento informatico e percorsi completamente nuovi, sono elementi da non trascurare. È inevitabile che la DMT abbia subito forti cambiamenti proprio in relazione all’impossibilità di poter condurre l’attività in presenza. Rimane da riflettere su quanto e come possa incontrare l’altro un corpo virtuale e su quanto e come si è potuto incidere su processi di *empowerment* psicocorporeo (Diamare, 2019).

2. Obiettivi

Come già sottolineato in precedenza, lo studio è stato rivolto a tutti i soci DMt APID® (tot. n. 280). Tuttavia, non tutti vi hanno preso parte, solo il 59% (n. 166) dei soci ha risposto alle domande presenti sul questionario, inserendo anche le proprie riflessioni nell’ultima parte. Nonostante ciò, il numero di adesioni raggiunte è comunque adeguato per poter fare una corretta analisi e stima delle problematiche che abbiamo voluto indagare.

Gli obiettivi di questo studio possono essere riassunti in tre aspetti fondamentali. Il primo riguarda, ovviamente, la necessità di analizzare le criticità lavorative che i soci APID® hanno dovuto affrontare durante il periodo pandemico. In particolare, ciò che interessa sapere è se l’emergenza sanitaria ha portato ad uno stop completo delle attività

o se ci sono state delle situazioni nelle quali si è fatto ricorso a modalità in remoto per poter proseguire la propria attività. Ovviamente, qualora ciò fosse stato possibile, appare necessario comprendere come.

Il secondo obiettivo riguarda la possibilità di sviluppare una riflessione sulle modalità resilienti di affrontare tali criticità da parte dei DMt APID®. Per Michael Rutter (1985), la resilienza è la capacità di evolvere in modo accettabile a dispetto di uno stress o di un'avversità in grado di comportare un rischio o un esito negativo. In questo senso, aver attuato modalità resilienti durante l'emergenza da COVID-19 significa essere stati in grado di continuare ad essere accanto ai propri pazienti con tutte le avversità che una pandemia può comportare.

Il terzo obiettivo ha uno stretto legame con il web, in quanto fa riferimento ad una riflessione partecipativa su innovative possibilità digitali che si aprono creativamente alla DMt APID®. Vale a dire la possibilità di trarre dall'esperienza in remoto attuata durante i mesi del *lockdown* nuove visioni della DanzaMovimentoTerapia. Un aspetto importante potrebbe essere l'utilizzo dell'online per raggiungere i pazienti che sono impossibilitati a venire in presenza e proseguire la didattica a distanza vista la disposizione a macchia di leopardo delle scuole di DMt accreditate APID® dislocate prevalentemente al nord Italia.

3. Analisi e discussione

Il questionario somministrato è composto di quattro sezioni, con cui sono stati indagati aspetti differenti sia in modalità di risposta chiusa, che come risposta aperta per consentire ai partecipanti di poter esprimere le proprie riflessioni liberamente.

I parte

Nella prima sezione, sono state presentate tre domande a risposta multipla. La prima domanda, ovvero "*Durante il periodo del lockdown hai svolto attività con la DMt APID®?*" ha mostrato come il 57,2% dei partecipanti abbia affermato di aver continuato a svolgere attività con la DMt APID® anche in periodo di *lockdown*. Mentre il 42,8% afferma di non avere avuto la stessa possibilità.

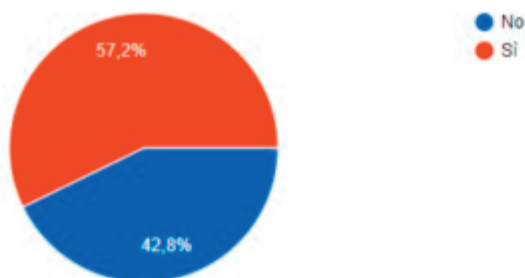


Grafico 1

A chi ha risposto positivamente alla domanda precedente è stato richiesto se l'attività svolta fosse retribuita totalmente, parzialmente o non retribuita.

Tra chi ha avuto la possibilità di svolgere attività DMT APID®, il 42% non ha ricevuto alcun tipo di retribuzione, contro il 26% che ha ricevuto retribuzione completa e il 32% che l'ha ricevuta solo in parte.

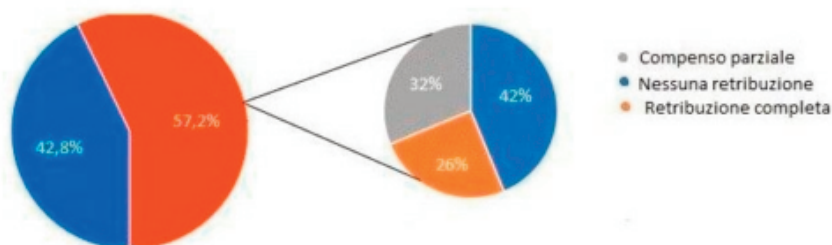


Grafico 2

Nella terza domanda è stato chiesto se durante il periodo del *lock-down* i soci avessero svolto attività di DMT in gruppo, individuali o se, al contrario, non l'avessero svolta. Dai risultati si evince che più del 50% (52,4%) ha svolto attività in gruppo, mentre il 23,2% ha potuto proseguire con attività individuali. A questa domanda di controllo, è interessante notare che scende al 40,2% la percentuale di chi afferma di non aver svolto attività di DMT.

II parte

La seconda parte del questionario è stata maggiormente dedicata all'influenza che l'attività di DMT ha subito durante l'emergenza pandemica, ovvero se e in quale modo i professionisti hanno percepito delle difficoltà o dei cambiamenti importanti nel loro modo di operare. Ben il 34,8% dei soggetti afferma che l'attività non è stata assolutamente "condizionata", mentre all'opposto il 22,6% risponde che la tipologia di intervento è stata "fortemente" legata alla situazione contingente.

La maggior parte dei professionisti, comunque, riferisce che attraverso la propria attività ha fornito un "supporto" specifico in questa situazione di pandemia, mentre il 28% afferma che l'intervento sia proseguito a prescindere.

Le attività di formazione e di aggiornamento professionale sono state fortemente colpite; infatti, circa il 40% della popolazione esaminata dichiara di non aver potuto svolgere in alcun modo tale attività.

III parte

Nella terza parte del questionario sono state poste ulteriori domande a risposta multipla sul lavoro di DMt e sui cambiamenti possibili sviluppatisi in questi mesi. Nella prima domanda, si è voluto indagare se le attività di DMT si sono ridotte anche nel periodo *post-lockdown* che ha interessato il nostro paese da marzo fino a maggio 2020: quasi l'80% dei partecipanti ha affermato che purtroppo il lavoro si è severamente ridotto. Ciò pone l'accento sul fatto che indipendentemente dal supporto che le piattaforme online hanno fornito durante il periodo di *lockdown* e di *post-lockdown*, l'attività di DanzaMovimentoTerapia ne è rimasta fortemente colpita.

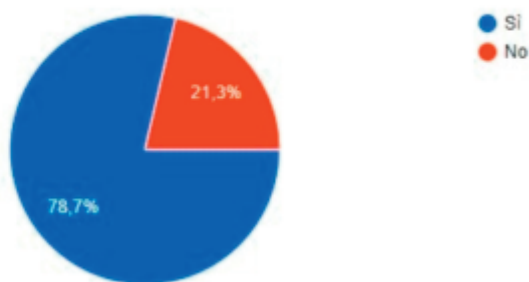


Grafico 3

Alla domanda “*In che ambito lavori principalmente?*” oltre alle risposte chiuse, è stata data la possibilità di aggiungere una risposta aperta.

Dal seguente grafico a torta, si può evincere che la DMT è maggiormente presente nell’ambito clinico (28,3%), nell’ambito educativo e nel sociale (21,4%), seguiti dal formativo (9,4%); sono descritti inoltre variegati *setting* di applicazione della DMT, consentendoci di comprendere quanto possa essere esteso l’ambito di intervento.

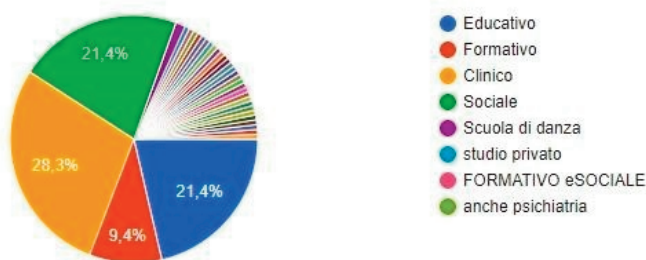


Grafico 4

Circa *la percezione del rischio di perdere il lavoro nei mesi successivi*, ovvero la terza domanda, si evidenzia una forte incertezza nei confronti del futuro, infatti la quasi totalità dei professionisti teme in varia misura che il proprio lavoro sia a rischio. Solo il 14,5% non teme questo rischio.

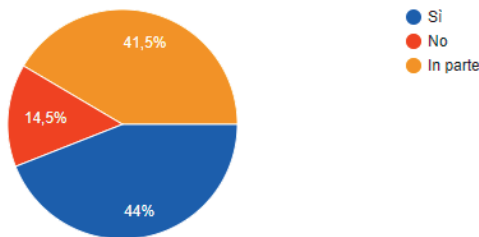


Grafico 5

IV parte

Nell'ultima parte del questionario, è stata data la possibilità ai partecipanti di poter inserire delle proprie riflessioni in forma di risposta aperta breve su tre domande proposte. Tali considerazioni sono poi state categorizzate in diverse macro-sezioni al fine di poter rendere più agevole l'analisi e la lettura dei dati.

La prima riflessione si è focalizzata sulle *modifiche apportate* alla propria attività di DMT, qualora ci fosse stata la possibilità di svolgerla. Non tutti hanno risposto e su 158 risposte, 85 dichiarano di aver continuato a svolgere attività di DMT da remoto, grazie all'ausilio di strumenti informatici, in videoconferenza o con l'invio di video/audio da poter rivedere e riascoltare. In 22 risposte è stata evidenziata la possibilità di svolgere la propria attività anche in presenza, con le dovute precauzioni, come distanziamento, uso dei dispositivi di sicurezza e ridotto numero di partecipanti. Le rimanenti 51 risposte, invece, sottolineano che non è stato possibile svolgere attività di Danza MovimentoTerapia durante il *lockdown*.

Circa la possibilità di *evidenziare i vantaggi e gli svantaggi derivanti dalla situazione in esame*, la maggioranza (60) ha messo in risalto gli svantaggi: l'impossibilità di condurre attività in presenza, i limiti imposti dal distanziamento e dall'utilizzo dei mezzi digitali, insieme alla necessità di vicinanza con l'altro che, tramite uno schermo, riesce difficile. 47 risposte si focalizzano, invece, sui vantaggi, come la possibilità di reinventarsi e trovare soluzioni creative per far fronte ad una situazione di disagio. L'online, per alcuni, è stato visto come un'opportunità da sfruttare per non perdere il contatto con gli altri e con la propria attività.

È stato chiesto, infine, di *esporre alcune riflessioni che meriterebbero di essere condivise e su cui, eventualmente aprire un dibattito*. In questo caso, le risposte sono state molto diverse tra loro. Tuttavia, è stato possibile riscontrare un filo conduttore, ovvero la necessità di apportare modifiche alla propria attività di DMT per poter valorizzare la relazione con l'altro e la dimensione corporea anche se a distanza. Sono emerse anche riflessioni sul post-pandemia, ovvero come poter riorganizzare il lavoro in futuro e come poter sfruttare questa parentesi a distanza nel futuro. Molto presente anche la necessità di affrontare con maggiore completezza il discorso dell'online in modo da poter far

fronte con più consapevolezza e preparazione a situazioni di emergenza come questa.

4. Conclusioni

Circa il 60% dei soci, nonostante il periodo di crisi, ha aderito al sondaggio, testimonianza questa del bisogno di condividere e partecipare, nonostante tutto. In particolare, dai risultati si evince che il 40% dei DMt non ha potuto esercitare la professione. Si è assistito ad una riduzione soprattutto (circa il 40%) nell'ambito formativo che ha pagato direttamente le conseguenze della carenza di contingenti possibilità lavorative. Chi ha praticato ha dovuto però, a causa del *lockdown*, ricalibrare l'intervento che si avvale profondamente del contatto e della relazione corporea ricorrendo alla comunicazione online, per raggiungere i propri clienti a distanza. Poco più del 20% afferma, infatti, che le specifiche modalità di intervento sono state "fortemente" condizionate dalla situazione. Fra i variegati *setting* di applicazione della DMT, la maggioranza di coloro che hanno proseguito nonostante le barriere imposte dalle norme di protezione pandemica, dichiara di aver fornito, nella maggior parte dei casi gratuitamente, un supporto in questa situazione di crisi prevalentemente con incontri di gruppo, ma anche con incontri individuali.

L'80% dei partecipanti ha affermato che anche nel periodo *post-lockdown* il lavoro, purtroppo, si è severamente ridotto ed i soci patiscono fortemente l'incertezza sul futuro della propria professione.

Questo difficile momento storico ha portato i DMt, in modo resiliente, a ricalibrare gli interventi, ha aperto a nuove sfide, superando la conosciuta "dimensione spaziale" per generare con creatività "spazi virtuali" di condivisione e comunicazione con i clienti. Si sente "il peso" della gratuità dell'intervento che, a volte, diviene una forma di volontariato, e "l'instabilità" del rischio di perdere terreno coltivando una professione che si estrinseca prevalentemente attraverso il contatto corporeo.

Ma l'orientamento specifico, soprattutto verso gruppi virtuali, porterebbe a concepire una realtà di espressione innovativa che può rispondere a bisogni trasversali emergenti della comunità che insieme a noi è sofferente, ed ha bisogno di sentirsi nel corpo "in movimento" ed "in relazione" agli altri anche se, per il momento, solo a distanza (Ben-

David *et al.*, 2021). Distanza che forse oggi può consentire di ridare il giusto peso e la centralità sacrale al corpo: la percezione e la consapevolezza passano, in questo difficile momento, attraverso una riflessione che può non essere de-flessione, ma spinta motivazionale al cambiamento, verso orizzonti nuovi e possibili a partire dalle modalità di estrinsecazione delle professioni volte al benessere ed all'aiuto, attraverso la dimensione etica dell'arte e della bellezza (Volpe, 2021).

La *mission* e l'orientamento delle nuove generazioni di arteterapeuti ci auguriamo possano tenere conto dei risultati di questa piccola indagine che vuole aprire una ulteriore pagina di dialogo fra i soci e con essi, per affrontare la necessaria ripresa del lavoro anche con formule innovative attingendo a quella creatività che ci è propria.

RIFERIMENTI BIBLIOGRAFICI

- Ben-David Y., Ickeson T., Kaye-Tzadok A. (2021), *Lost in the matrix: dialectical tensions in facilitating virtual video groups during COVID-19 pandemic*, in “Internet Interventions”, 26. Consultato da <https://doi.org/10.1016/j.invent.2021.100445>
- Diamare S. (2010), *Empowerment psicocorporeo come strategia di BenEssere e prevenzione del burn out nei servizi di cura*, in “Rivista Educazione Sanitaria e Promozione della Salute”, 4/2010, 390-404.
- Diamare, S. (2015), *I salotti del Benessere*, Napoli, Poligrafia F.lli Ariello Editori s.a.s.
- Diamare S. (2017), *I “Salotti del BenEssere”: spazio di promozione della salute per caregivers di pazienti con problemi di salute mentale*, in “La Salute umana”, 265, Editore Perugia.
- Diamare S. (2018), *I Salotti del Benessere. Embodied education per la relazione d'aiuto*, in “Sistema Salute. La rivista italiana di educazione sanitaria e promozione della salute”, 62, 3.
- Diamare S. (2019), *Un metodo di Embodied Education in Riabilitazione: approcci di valutazione partecipata e di empowerment psicocorporeo*, in “Journal of Advanced Health Care”. Consultato da <https://doi.org/10.36017/jahc1909-002>
- Diamare S. (2021), *Training Standard of Dance Movement Therapy in E.U. and Italian Contribution to Research on Recovery*, in “Arts Therapies in Psychiatric Rehabilitation”, Editor Volpe U., Springer. Consultato da https://doi.org/10.1007/978-3-030-76208-7_12

- Diamare S., Goretti M., Furia R., Mantice M., Salerno M., D’Ambrosio M. (2020), *Peer Education e salutogenesis with the method of “I Salotti del Benessere®”*, in “Journal of Advanced Health Care”. Consultato da <https://doi.org/10.36017/jahc2003-006>
- Elcheroth G., Drury J. (2020), *Collective resilience in times of crisis: Lessons from the literature for socially effective responses to the pandemic*, in “British Journal of Social Psychology”, 59, 703-713. Consultato da <https://doi.org/10.1111/bjso.12403>
- Rutter M. (1985), *Resilience in the Face of Adversity. Protective factors and resistance to psychiatric disorder*, in “British Journal of Psychiatry”, 147(6), 598-611 (doi:10.1192/bjp.147.6.598).

Professione formatore fra fisico, reale, virtuale. L'etica professionale e la comunità di pratica

Abstract

“Il formatore utilizza le tecnologie informatiche e la rete come ambienti e risorse per promuovere l'apprendimento”; si tratta di una competenza presente fin dalla prima formulazione del profilo del Formatore OPPIForma nel 2012, che, recentemente, è stata inserita fra quelle trasversali irrinunciabili.

Si tratta non tanto di apprendere tecniche ma, vincendo la propria diffidenza, di abitare l'aula virtuale e praticare, osservando nel concreto, con lo sguardo del formatore, la comunicazione, la relazione, l'emozione, il corpo in una diversa dimensione spazio-temporale.

Nell'articolo verrà brevemente presentata l'Associazione OPPI, attiva sul territorio nazionale fin dal 1965 e il modello formativo di OPPIForma. Si tratta di un'associazione no profit, nata nel 2013, per valorizzare la lunga esperienza nell'ambito della ricerca e dell'innovazione sui processi di formazione di OPPI, offrendola a ogni professionista che svolga nel suo ambito anche questa attività. In questa cornice verrà presentato il modello OPPIForma per la formazione dei formatori, di sicuro interesse anche per i DMt che lavorano in ambito formativo.

Parole chiave: formazione formatori, formazione continua, comunità di pratica, competenze, competenza digitale.

“A trainer uses information technologies, networks as settings, resourcing in order to promote learning processes”; this competence was present since the first expression of an OPPIForma Trainer's Profile and now it has been included among the transversal, essential and indispensable ones. This has not much to do with learning new techniques. This is about as setting and resourcing about inhabiting a virtual classroom by practising, observing, watching, exploring ways of communicating, of relating, of expressing emotions and using body language in a “different” dimension of time and space from a trainer's stand-point.

The article will briefly present the OPPI Association, active on the

national territory since 1965, and the OPPIForma training model. OPPIForma is a non-profit association, founded in 2013, to enhance OPPI's long experience in the field of research and innovation on training processes, offering it to any professional who also carries out this activity within it. In this framework the OPPI Forma model for the training of trainers will be presented, in the belief that it is also interesting for DMts who work in the educational field.

Keywords: training trainers, lifelong learning, community of practice, competences, digital skills.

Nell'ottobre del 2020 APID® , OPPI e OPPIForma, individuando forti elementi di complementarietà nei loro obiettivi e nelle loro attività, hanno ritenuto di interesse comune l'avvio di un rapporto di reciproca collaborazione, non esclusiva, definita mediante un protocollo di collaborazione. Molti DanzaMovimentoterapeuti lavorano infatti sia in ambito educativo sia nella formazione di formatori e, d'altro canto, OPPI e OPPIForma ritengono di grande importanza introdurre il corpo e il movimento nelle proposte formative, nella convinzione che una prospettiva *embodied* consenta un approccio olistico e integrato all'apprendimento e alle relazioni intersoggettive.

Proveremo ad approfondire, in questa prospettiva, di cosa ci occupiamo e presenteremo brevemente la nostra cornice di riferimento.

Il modello formativo OPPI si basa su metodologie attive: lavoro di gruppo, esercitazioni, lavoro individuale e compiti autentici. I percorsi formativi offrono indicazioni operative per la didattica, ma anche occasioni di riflessione sui modi di gestire il proprio ruolo professionale. Le proposte formative si articolano come “sistemi per apprendere” e prendono l'avvio dal contratto formativo con l'utente, pensato come soggetto attivo e risorsa del proprio apprendimento, in grado di assumere responsabilità sui percorsi di riqualificazione professionale che lo coinvolgono e di operare scelte che riguardano il proprio sapere, saper fare, agire e sentire¹.

¹ OPPI (Organizzazione per la Preparazione Professionale degli Insegnanti) dal 1965 promuove la formazione e l'aggiornamento di insegnanti ed operatori nel campo dell'educazione e della formazione professionale collaborando con Enti, Associazioni e Università per l'organizzazione di azioni di ricerca e formazione i cui risultati sono documentati e diffusi attraverso apposite iniziative, sul sito e sulla pubblicazione semestrale OPPIInformazioni (www.oppi.it).

OPPIForma² è nata per attestare le competenze dei formatori professionisti, a partire dalla ricchezza di questa realtà che vanta più di 50 anni, in occasione del varo della legge 4/2013³.

La legge 4 ha costituito una grande opportunità per quegli operatori che hanno potuto mettersi al riparo da continue contese, anche pesanti, con i loro colleghi appartenenti ad albi professionali formali, tanto più quanto più è sottile la differenza tra le attività che svolgono gli uni e gli altri.

In questi ambiti ha prodotto significativi cambiamenti e vien molto praticata; in altri, e la formazione è tra questi, ha prodotto minori conseguenze, forse a causa di una cultura che attribuisce ancora la maggiore importanza al contenuto.

Eppure, la legge ha un respiro ben più ampio. Oltre a dare la dignità di professionista a coloro che svolgono le più diverse attività, sollecitandoli a riunirsi in associazioni o ad aderire a quelle esistenti, rende loro e il lavoro che svolgono visibile, riconoscibile anche e soprattutto da parte dell'utente. Del resto, la legge nasce proprio a tutela del consumatore che può sapere a chi si sta rivolgendo, quali sono le sue competenze e gli elementi etici e deontologici che ha sottoscritto aderendo alla propria associazione che, per ottemperare all'istituzione dell'elenco professionale, ha dovuto organizzare uno sportello per eventuali reclami.

Tutto questo, come a volte avviene per la certificazione di *qualità*, si può ridurre a puro adempimento burocratico oppure attivare processi di miglioramento, sviluppo, innovazione.

Nella nostra Associazione, per il professionista la prima opportunità è la riflessione su di sé, la seconda è la formazione continua, ma forse

² OPPIForma è un'Associazione che nasce nel 2013 dall'esigenza, da parte del gruppo dirigente di OPPI, di costituire una nuova realtà associativa; ha istituito un Elenco Professionale dei professionisti Formatori per offrire a tutti coloro che operano in quest'ambito una comunità professionale formalizzata in cui riconoscersi.

³ La legge 4/2013, che si intitola "Disposizioni in materia di professioni non organizzate", ha lo scopo di creare un ambito normativo per tutte le professioni non riconosciute e quindi non normate in altro modo (albi, ordini, collegi, comparti quali sanità, commercio, artigianato, etc). In questo testo non vi è alcun riferimento, né inclusivo né esclusivo, a qualche tipo di professione, è chiaro che si rivolge a tutte quelle non normate in altro modo.

la più importante è quella che nasce dalla ricchezza dell'appartenenza al gruppo di pari. Diverse sono le opportunità che si incontrano in questo processo:

- misurarsi con un profilo professionale. Non si tratta di adesione a un modello ma di un'opportunità di riscoperta e riconoscimento di sé, attraverso un lavoro individuale di preparazione di portfolio e il confronto sul profilo con altri professionisti nel colloquio;
- trovare opportunità di formazione e aggiornamento, non solo e non tanto nella propria Associazione e nel proprio ambito;
- vivere la dimensione di una comunità di professionisti che possono evolvere insieme mentre lavorano, studiano, riflettono, si confrontano e così producono innovazione.

A sostegno di questa comunità l'Associazione mette a disposizione anche una risorsa tecnologica: una piattaforma *open source* (quindi gratuita e accessibile) capace di ospitare la vita associativa, aree personali riservate e spazi di sperimentazione perché la "pratica" è centrale. Infatti le condizioni che attivano una comunità di pratica sono date dalla consapevolezza che si devono affrontare problemi e che si può attingere alle competenze e alle esperienze di altri che li hanno affrontati e risolti.

I momenti formativi, in quanto rivolti agli associati, si configurano come ricerca-azione tra pari. Questo approccio non toglie la responsabilità dell'équipe che li progetta, li eroga e li valuta, ma si orienta a una relazione di apprendimento simmetrica.

Quanto più sono diversi gli ambiti nei quali i soggetti esercitano la professione di formatore, e le esperienze di ciascuno, tanto più è ricco e arricchente lo scambio. Per questo l'incontro e le relazioni tra le associazioni sono importanti e dal reciproco riconoscimento e collaborazione possono nascere figure capaci di lasciarsi destabilizzare e apprendere dal diverso e dal nuovo.

I responsabili del Registro Professionale sono a contatto con le potenzialità dei nuovi iscritti e della ricchezza che portano nell'Associazione; inoltre, le attività legate al rinnovo mettono in luce lo sviluppo di competenze in ambiti nuovi degli associati storici. Ma questa consapevolezza rischierebbe di rimanere nel gruppo dei valutatori senza diventare patrimonio di tutta la comunità.

Per questo, ancora una volta è stato usato uno spazio, come l'as-

semblea degli associati (svolta in presenza e online sincronicamente) che è stata progettata come il luogo in cui nuovi e vecchi iscritti si presentano gli uni agli altri.

L'incontro ha permesso di far emergere i talenti di ciascuno e ha reso possibili sinergie dissolvendo l'opacità che a tratti riveste l'Associazione.

Il nostro modo di operare come comunità di pratica è stato convincente anche durante l'emergenza sanitaria che ancora una volta ha evidenziato come la competenza tecnologica⁴ non sia un'appendice (non faccia solo da corollario) ma piuttosto si concretizzi come risorsa al servizio dell'attività e della professione.

Con l'arrivo del COVID-19 ci siamo trovati a impegnarci prevalentemente nell'esigenza di mantenere relazioni personali di cura e formative, gruppali e individuali, ovviamente in modalità a distanza e attraverso dispositivi che hanno richiesto e, richiedono tutt'ora, lo sviluppo di competenze necessarie per comprendere due cose:

- come gestire lo strumento tecnologico;
- come gestire la relazione (il *setting*) online.

Cosa ha significato questo nella pratica?

È innegabile che il distanziamento sociale che abbiamo dovuto perseguire ci ha fatto impattare con il senso del "limite"; non solo ne abbiamo fatto esperienza ma ne abbiamo scoperto la doppia accezione quale vincolo ma nel contempo opportunità (spesso vista come unica possibilità contingente).

Lo spazio virtuale è giustamente un luogo altro che, inizialmente, abbiamo avuto l'illusione (a volte anche la presunzione) di conoscere per il semplice fatto che vi è la facilità di entrare e uscire da esso. Del resto abbiamo già fatto formazione o conosciamo bene la nostra professione e per questo crediamo basti per riproporre il tutto *tout court* online!

Ma in realtà ci siamo improvvisati con azioni spesso spontanee in-

⁴ Presente fin dalla prima formulazione del profilo, la competenza "utilizza le tecnologie informatiche e la rete come ambienti e risorse per promuovere l'apprendimento" recentemente è stata inserita fra quelle trasversali irrinunciabili nel profilo del Formatore OPPIForma. Si evidenzia che questa competenza, passando inevitabilmente dalle conoscenze e abilità connesse agli strumenti, è centrata sull'uso piuttosto che sul funzionamento e tesa all'integrazione.

vece che apprendere competenze per attivare una postura professionale definibile come improvvisante in grado di mobilitarsi nel qui e ora dell'azione formativa.

Cosa abbiamo fatto e facciamo per superare questo tipo di logica nella nostra formazione?

Esploriamo le convinzioni, le consuetudini che nel tempo hanno plasmato le forme e i significati dei luoghi e dei metodi di pratica professionale e di formazione che in questo periodo di trasformazione stanno rallentando e/o ostacolando spesso una completa messa in pratica.

Proponiamo due concetti utili per orientare e orientarci:

- abitare l'aula come azione che rende l'aula virtuale quale luogo di relazione;
- praticare l'aula come azione utile ad assumere la co-responsabilità della gestione degli strumenti usati nell'incontro con l'altro che sta apprendendo.

La dinamica che conosciamo forse non cambia del tutto ma se ne trasforma la configurazione, i tempi, la visione e la stessa struttura del *setting* subisce dei cambiamenti (Es. immaginate lo schermo piatto, bidimensionale con le immagini dei volti dei partecipanti dentro il perimetro di un quadrato).

Riconosciamo le nostre nuove immagini e ricostruiamo così la mappa delle nostre azioni, contemplando in questa nuova prospettiva anche il corpo (elemento sempre presente per fornire immagini e azioni!) affinché non finisca nel dimenticatoio solo perché non si vede, ma è presente con i suoi movimenti, emozioni e reazioni, sia dal punto di vista del formatore che dal punto di vista del partecipante.

Se il corpo è il veicolo privilegiato della conoscenza dovrebbe essere protagonista anche nella scuola, luogo istituzionalmente deputato all'alfabetizzazione culturale; purtroppo l'attività motoria è spesso relegata a disciplina meno importante in contrasto anche con i recenti studi di neuroscienza che sottolineano l'importanza del corpo nella didattica quotidiana.

La collaborazione tra le nostre Associazioni può essere, crediamo, una occasione di reciproco arricchimento sia come professionisti che come esseri umani.

RIFERIMENTI BIBLIOGRAFICI

- Brischi B., Perissinotto A. (2020), *Didattica a distanza. Com'è e come potrebbe essere*, Bari, Laterza.
- Cambini R. (2019), “*Abitare*” *l'aula virtuale*, in “Teorie pedagogiche e pratiche educative”, Bollettino della Fondazione “Vito Fazio-Allmayer”, 2, 51-57.
- Cambini R., Cortimiglia F., Sturiale A. (2020), *Abitare il tempo dell'aula. I primi passi per integrare interazione asincrona e sincrona*, in “Teorie pedagogiche e pratiche educative”, Bollettino della Fondazione “Vito Fazio-Allmayer”, 1-2, 135-148.
- Cortimiglia F. (2015), *Il cronotopo esteso dei gruppi on line*, Palermo, Edizioni della Fondazione “Vito Fazio-Allmayer”.
- Fabbri L. (2007), *Comunità di pratiche e apprendimento. Per una formazione situata*, Roma, Carocci.
- Mannucci A. (a cura di) (2021), *Ci stai a distanza? Formazione e cambiamento per l'educatore professionale*, Torino, Aracne.
- Neri C. (2021), *Il gruppo come cura*, Milano, Raffaello Cortina.
- Pellerey M., Orio F. (2001), *Il questionario di percezione delle proprie competenze e convinzioni (QPCC)*, Roma, Edizioni Lavoro.
- Wenger E. (2006), *Comunità di pratica. Apprendimento, significato e identità*, Milano, Raffaello Cortina.
- Wenger E., McDermott R., Snyder W. M. (2007), *Coltivare comunità di pratica. Prospettive ed esperienze di gestione della conoscenza*, Milano, Guerini e Associati.

ROSA MARIA GOVONI

La benevolenza del testimone interno: ritrovando il proprio corpo e il suo respiro in movimento

Abstract

L'articolo collega alcuni aspetti della DMT con elementi della teoria polivagale, dell'analisi del Movimento Laban, Kestenberg, Bartenieff, Hackney, e della pratica del movimento autentico. Tali risorse qui descritte sono risultate utili sia ai terapeuti che ai pazienti nell'affrontare le difficoltà sorte nel periodo della pandemia da COVID-19. Alcune metodologie in particolare hanno rappresentato uno strumento particolarmente valido per offrire sostegno terapeutico e supporto tra colleghi con tecniche corporee anche attraverso il lavoro in Internet.

Parole chiave: corpo, movimento, sicurezza, co-regolazione, testimone interno.

The article links some aspects of DMT with elements of polyvagal theory, with Laban Bartenieff Movement analysis, Hackney and Kestenberg studies and with the practice of authentic movement. These resources described here have been useful for both therapists and patients in addressing some difficulties that arose during the period of the COVID-19 pandemic. Some methodologies using specific body techniques have represented a valid tool for offering therapeutic intervention to patients and support between colleagues also through Internet work.

Keywords: body, movement, safety, co-regulation, internal witness.

Introduzione

Le virtù del corpo, come narrato da diversi autori al Congresso Nazionale APID® 2021 *Dal corpo virtuale alle virtù del corpo*, vengono riscoperte in questo periodo di crisi, contrassegnato dal lungo periodo di pandemia da COVID-19 e dai disagi di portata mondiale creati dalla malattia stessa, con il suo carico di sofferenza, di lutti per le perdite subite, di ansia per la paura del contagio e di incertezza per il futuro. Inoltre i vari *lockdown* hanno limitato la vicinanza e vietato gli incontri in gruppo, con pesanti conseguenze nelle relazioni interpersonali.

Come DanzaMovimentoterapeuti che lavorano col corpo, come psicoterapeuti espressivi e terapeuti in generale, nei nostri vari lavori e *setting*, ci siamo trovati ad affrontare grandi cambiamenti sia per focalizzarci su temi specifici utili in questo momento, sia per adattarci creativamente a costanti riorganizzazioni del lavoro. Particolarmente arduo e doloroso è stato cercare di ridurre una sofferenza emotiva fondata sulla realtà della pandemia, diventando testimoni di una paura reale e di un travolgente dolore dagli esiti a volte traumatici. Inoltre vivere in prima persona ansie, paure, angosce, malattie, perdite di persone vicine, sconvolgimenti della vita quotidiana provocati dalle restrizioni, ci ha imposto di trovare risorse e metodi per fare fronte alla situazione.

È stato importante riconoscere e legittimare le angosce nostre e quelle altrui, confermare i sentimenti di incertezza, spaesamento, tormento, inquietudine e dolore di tutti coloro che chiedevano aiuto e offrire sostegno attraverso un lavoro che includesse corpo e movimento.

Amber Gray (2017), DanzaMovimentoterapeuta, e Stephen Porges (2011) ci confermano che i cambiamenti di stato psichici non sono possibili senza cambiamenti di stato fisiologici. Per questo ci è sembrato fondamentale sperimentare e proporre esperienze di movimento e di ascolto del corpo, mirate ad attivare quegli stati fisiologici, e i loro passaggi e modificazioni, che sottostanno ai possibili cambiamenti di stato psicologici – da negativi a più calmi, distesi e positivi – di cui una persona ha bisogno in generale e in particolare per affrontare la situazione problematica in cui si è trovata.

Coltivare un lavoro personale corporeo, attivare pratiche di movimento, tenere sveglio e vivo il nostro testimone interiore nel suo atteggiamento benevolente, non giudicante e compassionevole, sostenerci tra professionisti nel campo, tenerci connessi con creatività e immaginazione nei modi possibili, tra cui Internet, è stato fondamentale per poter risvegliare le risorse necessarie ed essere di sostegno agli altri. Promuovere la nostra presenza incarnata ha implicato una ricerca di esperienze atte a reintegrare in noi un maggiore senso di sicurezza per poterla offrire alle persone che hanno chiesto sostegno.

1. Risorse corpo-mente-creatività, connessione e sicurezza

La ricerca si è orientata verso ciò che in parte conoscevamo già nella DanzaMovimentoTerapia (DMT), facendo ricorso a esperienze speci-

fiche di movimento e di ascolto del corpo, capaci di ristabilire stati di sicurezza di base, di recuperare un senso di maggiore benessere e di facilitare processi di autoregolazione per generare un contatto più rassicurante, agevole e creativo con se stessi, così da “riabitare” il nostro corpo come luogo di risorsa preziosa e di resilienza.

Internet è diventato uno strumento che ha consentito di rimanere in relazione con gli altri. Nel nostro campo ha aperto la possibilità di attivare veri e propri percorsi terapeutici online, dove il corpo è diventato virtuale pur rimanendo ancora soggetto di comunicazione, collegamento, legame. Nelle nostre connessioni con l'altro tramite lo schermo ci è stato infatti possibile osservare e comprendere i tratti salienti nei volti e nelle voci delle persone, utilizzando gli strumenti di lettura di analisi del movimento insieme ai suggerimenti che ci dà la teoria polivagale, per connetterci con gli altri in maniera più efficace. Abbiamo iniziato a conoscere determinate caratteristiche, sia tecniche sia espressive e corporee, per poter utilizzare il video come forma di connessione e comunicazione, per scambiare anche stati affettivi, sviluppando fiducia e ricreando stati d'animo di sicurezza in una sorta di co-regolazione possibile in questa particolare circostanza e con questo strumento.

Oltre alla DMT, con le sue teorie e le sue tecniche, di grande sostegno sono state l'analisi del Movimento Laban Bartenieff e gli studi Kestenberg, il movimento autentico, la teoria polivagale, la psicoterapia restaurativa basata sulla DMT informata polivagale sviluppata da Amber Gray.

In questo scritto mi focalizzerò solo su alcune teorie e metodologie, derivate dagli studi sopra citati, consapevole che tanti altri autori rinomatissimi nel campo delle neuroscienze, della psicoanalisi, della psicoterapia del trauma, della terapia sensomotoria, della DMT, delle arti terapie hanno prodotto contributi fondamentali e validissimi che non cito qui per questione di spazio.

2. La base della DMT: presupposti e approcci

In Italia vi è una varietà molto ricca di approcci e scuole di pensiero di DMT: qui enuncerò alcuni concetti generali di base che penso comuni a tutti.

Il linguaggio del corpo rappresenta la forma di espressione più antica, istintiva e autentica, in quanto comunica, in modo non mediato,

esperienze interiori, quali percezioni, sensazioni, emozioni, immagini relative a vissuti, memorie corporee inconscie, blocchi, disagi e conflitti. La danza, disciplina artistica fra le più antiche, è il linguaggio del corpo attraverso cui l'essere umano esprime aspetti profondi di sé. Essa risponde al bisogno di dare forma a tensioni e spinte psichiche, relazionali e spirituali, oltre che a determinazioni biologiche e culturali. La danza può quindi potenzialmente diventare un potente strumento di consapevolezza, di rappresentazione, di comunicazione, di trasformazione e integrazione. In un *setting* terapeutico può venire accolta, vista e letta come messaggio proveniente dal mondo interiore.

La DMT in generale ha un approccio olistico alla cura e all'educazione che integra tutti gli aspetti del sé in via di sviluppo: fisico, emotivo, cognitivo, spirituale e comportamentale; si basa sulla premessa empiricamente supportata che il corpo, la mente e lo spirito sono interconnessi.

Essere vivi è essere incarnati, muoversi è esplorare il linguaggio più basilare dell'umanità, il linguaggio con cui tutti iniziamo la nostra vita: quello, appunto, del movimento. Se il movimento è un linguaggio primario, la danza è l'espressione creativa della nostra prima lingua. Il processo creativo è di fondamentale importanza.

Riporto due descrizioni della DMT. L'APID®, l'Associazione Professionale Italiana di DanzaMovimentoTerapia, la definisce

una disciplina specifica, orientata a promuovere l'integrazione fisica, emotiva, cognitiva e relazionale, la maturità affettiva e psicosociale e la qualità della vita della persona. La specificità della DanzaMovimentoTerapia si riferisce al linguaggio del movimento corporeo e della danza e al processo creativo quali principali modalità di valutazione e di intervento all'interno di processi interpersonali finalizzati alla positiva evoluzione della persona.

L'integrazione psico-fisica è presente anche nella definizione che ne dà l'American Dance Therapy Association, la più antica delle Associazioni, che la descrive come "l'uso psicoterapeutico del movimento per favorire l'integrazione emotiva, cognitiva, fisica e sociale dell'individuo".

Dalla sua origine, la DMT si costituisce sulla comprensione che il funzionamento mente/corpo è integralmente connesso. Queste fondamenta pongono la DMT in prima linea quindi anche nell'interesse at-

tuale per l'approccio corporeo in psicoterapia e nell'educazione. L'enfasi della DMT sull'utilizzo esperienziale del corpo ha importanti implicazioni terapeutiche, impegnando la mente dal basso all'alto. Il movimento coinvolge sistemi profondi di regolazione biochimica, facilita eccitazione e riposo, stimola il nucleo della percezione di sé fino alle intersezioni neurologiche dei processi emotivi, sensoriali e cognitivi.

La DMT vive e respira nelle intersezioni neurofisiologiche tra mente e corpo, attraverso l'attivazione del processo creativo nella sua particolarità e molteplicità. La metodologia si basa sull'esperienza, sul processo di *embodiment*, sul presupposto e sulla comprensione che il corpo informa la coscienza.

Le pratiche educative e soprattutto quelle cliniche comprendono la percezione interocettiva sintonizzata, la consapevolezza somatica, l'espressione incarnata degli affetti, l'attivazione del processo creativo, la danza interattiva, l'espressione genuina, l'improvvisazione e il movimento autentico. Nella specificità della DMT gli interventi sono co-creati nel momento presente tramite la collaborazione terapeutica con il/i partecipante/i, il cui *input* influenza i tempi, la struttura e il *focus* di ciò che accade nel trattamento. Questa co-riflessione relazionale reciproca tra paziente e terapeuta, seguendo il processo esperienziale, rafforza l'aspetto terapeutico, la relazione e l'efficacia del trattamento (Chaiklin, Wengrower, 2015; Levy, 1995; Payne, 2018).

Per questi motivi crediamo nel potenziale degli strumenti della DMT per lavorare con i processi impliciti alla base della coscienza, e valutiamo la neurofisiologia come parte importante della vitalità umana, della motivazione e dell'intento interno e dell'*auto-agency*.

3. La teoria polivagale

Proposta nel 1994 da S. Porges, la teoria polivagale ci permette di comprendere le nostre connessioni mente-corpo e cervello-corpo, come queste diverse parti del nostro corpo siano normalmente integrate, di cogliere la necessità e la possibilità che abbiamo di creare connessioni sociali interpersonali che sostengono la costruzione della fiducia e della sicurezza attraverso i processi di coinvolgimento sociale, di cui parlerò più avanti.

La teoria, infatti, collega l'evoluzione del sistema nervoso autonomo dei mammiferi al comportamento sociale e sottolinea la rile-

vanza dello stato fisiologico nell'espressione del comportamento. Ci dice che la regolazione neurale del nostro sistema nervoso autonomo – che è fondamentale per la salute e per le funzioni omeostatiche per consentire una crescita sana – è anche un substrato della nostra salute mentale. Infatti, quando il nostro corpo va in modalità difensiva, anche la nostra mente, le nostre strategie e i nostri comportamenti psicologici attivano atteggiamenti difensivi.

La teoria polivagale descrive il ruolo principale del sistema nervoso autonomo (SNA) nel plasmare pensieri, sentimenti, comportamenti con la premessa fondamentale che gli esseri umani hanno bisogno non solo di sentirsi al sicuro, ma anche di sentirsi al sicuro in relazione agli altri per sopravvivere.

La costante ricerca che il nostro SNA fa di segnali di sicurezza e pericolo opera fuori dalla nostra coscienza, in ciò che Stephen Porges (2004, 2011) descrive come neurocezione, processo in cui il sistema nervoso autonomo ricerca segnali di sicurezza e pericolo, avviando azioni al servizio della propria sicurezza e sopravvivenza attraverso processi autonomi. Si tratta di un sistema di sorveglianza interno che funziona nello sfondo, fuori dal regno della consapevolezza, decifrando i segnali di sicurezza o minaccia a cui diamo la nostra personale risposta. Tale processo essenziale abilita il corpo a cambiare rapidamente lo stato autonomo per far fronte alle sfide ambientali, organizza lo stato fisiologico sottostante ai nostri sentimenti e intenzioni per affrontare il rischio e ottimizzare la nostra capacità di sentirci al sicuro e connessi con gli altri.

Anche se non sempre riconosciamo i segnali di sicurezza e pericolo, avvertiamo la risposta fisiologica. Durante l'intera vita, sentirsi al sicuro è una premessa alla costruzione della fiducia, decisiva per la creazione di rapporti umani significativi e reciproci. Le vie vagali giocano un ruolo centrale nel nostro senso di sicurezza nell'ambiente in cui ci muoviamo e nella relazione con le persone che abbiamo intorno. Infatti evolutivamente ci co-regoliamo con un altro prima di autoregolarci (Schoore, 2003). Ovvero, quando ci sentiamo al sicuro, il nostro sistema di coinvolgimento sociale è nella condizione migliore per potersi esprimere e far emergere comportamenti socialmente adeguati che favoriscono l'instaurarsi di relazioni positive con gli altri. Quando invece non ci sentiamo al sicuro, il nostro sistema nervoso autonomo, in modo

involontario, attiva il simpatico o il dorsovagale, a seconda di come la neurocezione legge la situazione, facendoci mettere in campo comportamenti che sono fuori dal nostro controllo volontario e che mirano a proteggerci, a qualsiasi costo, perché siamo in balia del nostro istinto di sopravvivenza che, in modo adattivo, cerca di fare il meglio che può per tenerci al sicuro.

Un aspetto fondamentale della teoria polivagale sottolineato da Porges è che tutti possiamo empiricamente osservare, nella quotidianità, sia nei nostri comportamenti sia in quelli altrui, come le nostre azioni siano neurologicamente fondate.

4. I tre circuiti neuronali del sistema nervoso autonomo e prime connessioni con la DMT

La teoria polivagale descrive una gerarchia a tre livelli di strategie adattative orientate alla sopravvivenza: il sistema di coinvolgimento sociale, il sistema di mobilitazione (o attacco-fuga) e il sistema di immobilizzazione (spegnimento o morte apparente). Le risposte sono programmate e ordinate filogeneticamente.

In caso di necessità viene attivato il circuito più recente, quello che supporta il sistema di coinvolgimento sociale, detto ventrovagale; se quel circuito non fornisce sicurezza, i circuiti più antichi si attivano in sequenza per organizzare le risposte di difesa: la mobilitazione attacco-fuga e poi l'immobilizzazione, spegnimento o morte apparente.

Il circuito ventrovagale ci permette, quando siamo in condizione di sicurezza, di promuovere altra sicurezza; noi intercettiamo questi segnali di sicurezza attraverso l'interazione sociale, decodificando in modo istintivo i messaggi che derivano dal contatto oculare e dalla voce, inviando segnali di risposta, entrando in relazione con gli altri e promuovendo così un'autoregolazione delle sensazioni fisiologiche. L'aspetto fisiologico e biologico dei processi neurologici dinamici sottostanti, che sostengono e guidano le nostre interazioni con l'ambiente, si produce quindi attraverso il circuito ventrovagale, che attiva il meccanismo neurofisiologico di espressività facciale, di prosodia della voce, della postura, dello sguardo e degli affetti.

Faccio qui un breve collegamento, sottolineando come questi segnali di coinvolgimento siano aree di intervento conosciute e praticate nella DMT, come l'utilizzo dell'espressione corporea, del viso, dello

sguardo, della voce, delle emozioni, strumenti questi usati in modo privilegiato. Pensiamo per esempio alle tecniche di lettura e intervento specifiche della DMT, come l'analisi del Movimento Laban (1960), Bartenieff, Hackney (2002), gli studi Kestenberg (1975, 1999; Govoni, 2012) il Movimento Autentico (Pallaro, 1999) e altre tecniche specifiche, come rispecchiamento, sintonizzazione, amplificazione, differenziazione, esplorazione degli opposti, etc.

La teoria polivagale, basandosi sulla comprensione dei comportamenti e delle funzioni che emergono dai tre circuiti autonomici o percorsi descritti sopra, suggerisce che lavorare somaticamente offre una possibilità per promuovere cambiamenti di stato fisiologico che sono strumentali al cambiamento di stato emotivo e psicologico. Sostiene, come la DMT, che sia impossibile cambiare il modo in cui pensiamo, sentiamo o percepiamo il mondo se non cambiamo lo stato fisiologico. L'attivazione del processo di autoregolazione può sostenere e far riconquistare un senso di maggiore benessere.

Quando il sistema di coinvolgimento sociale non è reclutato, il corpo viene predisposto per la difesa. Nelle situazioni in cui avviene la rimozione del circuito ventrovagale e il simultaneo smorzamento dell'intero sistema di coinvolgimento sociale, succede che l'espressività della parte superiore del volto diventi affettivamente spenta, fissa o piatta, e che si riduca anche l'intonazione o la prosodia o l'espressione vocale. Questo cambiamento di stato promuove ipervigilanza verso il pericolo e fornisce le condizioni neurobiologiche affinché la difesa attacco-fuga venga avviata tramite l'attivazione del SNA.

I rami del nervo vago, dorsovagale e ventrovagale, viaggiando dai nostri organi al nostro cervello con le loro informazioni sensoriali, hanno effetti profondi sulla regolazione dello stato autonomico come piattaforma neurofisiologica per la sicurezza o per le situazioni avvertite come minacciose. Nelle interazioni sociali sicure, le difese si riducono aumentando le funzioni pro-omeostatiche del ventrovagale.

Al contrario, in situazioni percepite come pericolose e potenzialmente letali, l'influenza del ventrovagale viene ritirata per potenziare l'espressione di uno dei due sistemi di difesa: lotta-fuga tramite il SNS.

Negli stati difensivi qui descritti, se vogliamo intervenire con la DMT, ci vengono in soccorso alcuni elementi dell'analisi del movimento, le qualità d'energia dinamiche o *effort*, definiti da Rudolph

Laban (1960) come gli elementi di portata dinamica del movimento, per comprendere, riconoscere e sostenere le qualità usate nei diversi contesti: nella fuga si utilizza il flusso di tensione libero e il tempo urgente, mentre nell'attacco si utilizzano qualità motorie lottanti, quali lo spazio diretto, il peso forte e il tempo urgente. Tornando alle strategie di sopravvivenza, quando affrontiamo una minaccia per la vita, ove non è possibile attaccare o fuggire, si attiva l'immobilizzazione, lo spegnimento, che avviene tramite via vagale. Questa strategia coinvolge il dorsovagale, che riduce le nostre richieste metaboliche e innalza le nostre soglie di dolore per ridurre la sofferenza di fronte al terrore e alla minaccia di vita. L'immobilizzazione con paura può manifestarsi anche come forti vertigini, svenimento o con stati di dissociazione.

Collegandoci alla DMT per leggere questi momenti e comprendere la dimensione motoria, possiamo pensare all'attivarsi di alcuni fattori del movimento descritti da Judith Kestenberg (1977), Susan Loman e Mark Sossin (1999), come il flusso di tensione neutro, gli attributi del flusso di tensione e i precursori degli *effort*. Per esempio, in terapia, se una persona è bloccata o impedita, vincolata dall'attivarsi del flusso neutro, immobilizzata dalla paura, può essere indirizzata dal terapeuta a regolare il flusso della tensione utilizzando attributi del flusso di tensione, chiamati "continuo" e a "bassa intensità di tensione", muovendosi usando il precursore dell'*effort* dello spazio, chiamato "canalizzazione". Con queste caratteristiche motorie, che sono simili al flusso neutro, ma attivano il paziente, egli può sbloccarsi in modo sintonico e raggiungere un obiettivo esterno, come per esempio un luogo sicuro, che può creare sicurezza in relazione e placare la paura.

5. DMT informata polivagale

La comprensione degli stati corporei, che possono promuovere il coinvolgimento sociale, produrre modulazione, regolazione, equilibrio, benessere e integrazione al servizio dell'autoregolazione adattiva stessa, è elemento utilissimo nel lavoro terapeutico.

A. Gray (2017) sottolinea come la DMT ha la potenziale capacità di promuovere immediati cambiamenti di stato nel corpo, quando necessario. Questi cambiamenti di stato, anche se solo temporanei, possono essere metaforicamente percepiti come "fili" momentanei che possono creare una tessitura restauratrice di una possibile riconnes-

sione e cura. Movimento, danza, ritmo e musica sono attività che forniscono una risorsa immediata per spostare stati fisiologici.

La danza e il gioco sono “esercizi neurali” che spostano gli affetti e gli stati fisiologici in un contesto sicuro. Una volta che il contesto cambia e dà segnali di sicurezza, c'è un cambiamento di stato fisiologico. La DMT informata polivagale riconosce il *continuum* sicurezza-fiducia-relazione come fondamentale per l'umanità. La fiducia si basa sulla sicurezza e le relazioni si basano sulla fiducia. La sicurezza inizia nel corpo. Il movimento e soprattutto i movimenti reciproci con un partner sono fondamentali per la DMT. Ma non è solo movimento, è movimento con coinvolgimento sociale, in relazione. La DMT integra il potere del sistema del coinvolgimento sociale con il movimento. In questo modo mantiene il sistema nervoso simpatico contenuto o controllato, impedendogli di andare in difesa.

Il movimento accoppiato al coinvolgimento sociale è anche una caratteristica, per esempio, dei giochi dei bambini. Nel contesto del gioco, l'immobilizzazione senza paura richiede che gli spunti di immobilizzazione siano associati a sentimenti contestuali che non attivano la difesa. Affinché l'immobilizzazione avvenga senza paura, non deve essere associata alla limitazione o all'eccessivo controllo. Affinché la mobilitazione avvenga senza paura, non deve essere eseguita con comportamenti dettati dalle difese di lotta o fuga: le espressioni e i comportamenti devono essere modulati o funzionalmente contenuti dalle caratteristiche del sistema di coinvolgimento sociale, ove sono significative, come abbiamo visto in precedenza, le espressioni facciali, i gesti delle mani e della testa, la prosodia della voce e del corpo in generale.

6. Accenni di pratica

Nel *setting* terapeutico, il terapeuta sta sempre inviando e ricevendo segnali sottili al e dal paziente. Queste interazioni funzionano come una danza dinamica, che illustra l'impatto reciproco di segnali al di fuori della coscienza, sebbene implicitamente compresi dal nostro corpo. Quindi il processo di consapevolezza è primario e fondamentale, fornisce al terapeuta e ai pazienti la comprensione delle loro reazioni corporee, e delle modalità di elaborazione dei traumi che avvengono nella terapia.

I circuiti descritti sopra – modalità di immobilizzazione, mobilitazione e coinvolgimento sociale – se utilizzati in un contesto di sicurezza, e non nella paura o terrore, possono essere vissuti come processi integrativi di cura.

L'immobilizzazione senza paura permette di radicarsi, centrarsi, contenere-calmarsi e rilassarsi-riposarsi, accomodarsi, distendersi; mentre la mobilitazione senza paura permette di attivare il coinvolgimento sociale, energizza, mobilita, attiva il gioco e l'azione.

Già Rudolf Laban, Irmagard Bartenieff e poi Peggy Hackney avevano individuato alcuni elementi specifici che riassumo molto brevemente:

- l'immobilizzazione e la calma si ottengono per esempio con: esplorazione dello *shape flow* e del respiro, gli esercizi *Basic 6* di Bartenieff, *Heel-Rocks, Grounding, Body Connections* (Hackney), insieme all'organizzazione strutturale del movimento stesso;
- la mobilitazione si ottiene con *Weight Shift*, le scelte di utilizzo delle qualità di energia o *effort*, con le affinità spaziali a esse collegate, che danno supporto all'azione e alla sua esecuzione;
- il coinvolgimento sociale si ottiene con le seguenti proposte: *Modes of Shape Change, Weight-Sharing, Movement Choir*.

Tornando ad Amber Gray, nel suo corso di Formazione in DMT e Psicoterapia restaurativa *Body as a Voice. Restorative Dance Movement Psychotherapy* tenutosi a Bologna e che ho frequentato negli anni 2018 e 2019, ci confermava ciò che già conoscevamo in altri contesti, e cioè che per promuovere sicurezza, maggiore agio e processi restaurativi del sistema nervoso, i luoghi o “portali” di accesso primari e basilari per entrare in relazione con sé e il proprio corpo sono: peso, respiro-spina dorsale e i percorsi di “interocezione”. Il concetto di interocezione viene inteso come processo di informazione sensoriale interno al corpo, in cui alcune strutture corporee trasmettono e comunicano al nostro cervello e che può avvenire coscientemente o meno. Nel nostro lavoro, però, l'obiettivo è focalizzare l'attenzione proprio sulla consapevolezza.

Durante il periodo dei *lockdown* ho attivato online, insieme ad alcune colleghe, percorsi ispirati a tali tecniche, che supportano un senso di maggiore sicurezza di base e flessibilità tra i vari stati, per offrire

risorse sia a colleghi che a pazienti che chiedevano sostegno, creati appositamente, in parte ispirati al lavoro di A. Gray e degli altri autori citati antecedentemente.

Dopo un primo momento di adattamento al video e scambio verbale tra terapeuta e paziente si iniziava un percorso corporeo che toccava i seguenti punti:

- percepire la propria presenza: prestare attenzione a come si sta, come si “arriva”; ricercare un minimo di agio; da seduti sentire i punti di appoggio con le superfici su cui si poggia, quindi posare l’attenzione ai propri piedi sentendo il contatto con la terra, in modo da attivare un primo senso di radicamento per poi percepire tutto il corpo nella sua lunghezza;
- riattivare l’attenzione ai propri appoggi attraverso movimenti di “cedere” il peso, spingersi lievemente da e contro le superfici su cui si poggia, sentirne il contatto e il supporto; fare poi piccoli movimenti per sgranchirsi, stirarsi, allungarsi, attivare una piccola focalizzazione corporea per muovere delicatamente tutte le proprie giunture;
- tenere traccia della propria esperienza, attivare il proprio testimone interno, sostenere l’attività di consapevolizzazione, tracciando dentro di sé esperienze corporee, sensazioni, immagini, percezioni, pensieri, imparando di nuovo il linguaggio del corpo e mettendo poi per iscritto ciò che si è esperito;
- notare consapevolmente come si colgono all’inizio le proprie percezioni delle parti del corpo e dei movimenti esplorati, definendo il punto di partenza, posando la propria concentrazione su prima e dopo il lavoro corporeo, utilizzando creativamente una piccola mappa del corpo, preventivamente creata, su cui disegnare o colorare le proprie percezioni;
- luogo e peso: osservare, guardare, percepire il luogo dove si è, cercando di immaginare e creare dentro a esso il proprio spazio personale e “luogo sicuro”, in cui potersi predisporre al lavoro corporeo, cercando una posizione agiata, comoda. Ritornando poi alla consapevolezza del nostro peso e alla presenza corporea, come suggerito all’inizio. Il senso del peso può essere percepito attraverso l’ascolto delle parti del corpo che poggiano sulle superfici su cui si è adagiati.

- osservare il proprio respiro, prenderne nota. In questa esplorazione è importante osservare e non imporre un modello specifico di respirazione. Si può osservare, per esempio, se la respirazione è simmetrica o asimmetrica, la durata di ogni inspirazione ed espirazione e il movimento che si produce davanti e dietro il busto e ai lati, aprendosi alle scoperte possibili;
- si può poi sperimentare il “respiro regolatore” come suggerisce Amber Gray (2018), posando una mano sullo sterno e poi delicatamente, con il 5-10% di forza, premere lo sterno verso la colonna vertebrale interna nell’espirazione: ciò aiuta semplicemente la percezione del respiro;
- respirazione spinale. Prendere nota della propria percezione di base iniziale e sentire la propria spina dorsale, per esempio confrontando le aree di compressione, di tensione, di dolore con quelle parti che sono comodamente libere dal male, aperte, rilassate. Quindi procedere a invitare la propria colonna vertebrale a seguire il movimento del respiro attraverso piccole pulsazioni, ondulazioni. Potranno attivarsi piccoli o grandi movimenti. Ci potrà essere un micro-potenziamento attraverso i muscoli tonici e una attivazione del processo attraverso cui percepiamo dall’interno come stiamo. Quindi portare a termine l’esplorazione e riposare; si compara come si percepisce la colonna vertebrale alla fine confrontandola con la percezione iniziale;
- procedere poi a fare una “danza spinale”: un’esplorazione in cui si potrebbe utilizzare una pallina morbida o qualcos’altro di simile, posta sulla superficie su cui si poggia, con cui premere, inclinare, massaggiare la colonna vertebrale, area per area, “per gruppo di vertebre”, o da vertebra a vertebra. Quindi fare una pausa, riposare, momento fondamentale per integrare l’esperienza. Poi di nuovo muovere tutta la colonna vertebrale in una danza più ritmica. Si può utilizzare un proprio suono, come un “Uhm” o si può cantare tra sé e sé l’aria di una musica che si ama, utilizzando la tecnica *Continuum* (Conrad, 2007) e poi si termina con calma, ci si riposa e ci si ascolta;
- in un ultimo passaggio si può lavorare sul radicamento, attivando la connessione coccige-tallone, sentendo il proprio peso, la parte sotto del corpo che sostiene. Attivare un passaggio da seduti a in

- piedi facendo attenzione allo spostamento di peso sui piedi, alla percezione cinestesica del cambio di livello;
- quindi riporre nuovamente l'attenzione sulla spina dorsale e in particolare sulla sua base, cominciando a fare minuscoli movimenti rotatori che nascono dal sacro, che possono diventare anche piccoli movimenti a 8, simbolo dell'infinito, poi far sì che questi cerchi o 8 piano piano si ingrandiscano. Esplorare come tali movimenti salgono dal sacro fino alle lombari e poi lentamente su alle dorsali; poi i movimenti possono arrivare a coinvolgere il collo, la testa e le spalle; con maggiore energia il movimento può scorrere dalla spina dorsale verso le membra e verso la periferia del corpo, intanto che le gambe ed il radicamento sostengono;
 - si può ora sperimentare un movimento che si esprime da dentro a fuori modellando il corpo in relazione allo spazio e scolpendo lo spazio intorno a sé, conquistando lo spazio intorno al corpo, ampliando la propria cinesfera o spazio personale con movimenti di espansione e restringimento, allungamento, accorciamento, protrusione e svuotamento, apertura e chiusura. Si può così fare esperienza della propria esistenza corporea da dentro a fuori, muovendosi ritmicamente, recuperando vigore, dinamismo, energia, vitalità, creatività. Portare poi lentamente a conclusione questo momento ritmico ritornando al proprio centro. Si termina il movimento, rimanendo in contatto con quello che si è potuto sperimentare e trovare in questa esperienza, in questo contatto con il proprio interno e con lo spazio amico esterno;
 - si conclude a volte disegnando, trovando parole significative, scrivendo la propria esperienza che si condivide poi con il terapeuta e, se in gruppo, con gli altri;
 - il terapeuta durante tutta la sequenza è molto presente nel rintracciare le proprie risonanze corporee che lo indirizzano nella continuità dell'esperienza e nei passaggi delle varie sperimentazioni, oltre che nell'osservare attentamente le persone. In questa fase è molto impegnato a sostenere le persone, nel lavoro di ri-tracciare le esperienze fatte, restituire i momenti significativi, che possono essere risorse da riutilizzare, cogliere i momenti difficili su cui poi fare un'elaborazione successiva e continuata nel tempo.

Questo è solo un piccolo esempio di un possibile percorso, che trova realizzazione diversa a seconda del paziente e dei suoi bisogni, e del terapeuta, poiché le proposte di ascolto e esplorazione del movimento possono variare, pur tenendo conto della finalità. È attraverso l'attivarsi di un processo creativo sia del terapeuta che della co-creazione e del gioco vitale (Winnicott, 1971) che nasce tra paziente e terapeuta, seppure online, uno scambio che dà vita a proposte originali e personalizzate. Il DMt ha infatti un ricco bagaglio creativo a cui attingere basato sulle sue conoscenze del movimento, sulla sensibilità estetica e cinestesica e sui processi di sintonizzazione.

Nel *feedback* ricevuto da colleghi e colleghe, e da alcuni pazienti, è stata sottolineata l'importanza di essere collegati comunque, anche attraverso Internet, e del grande sollievo nel ritrovare una possibilità di ascolto e condivisione, che ha fornito conforto. Inoltre poter sperimentare negli incontri l'alternanza di stati di quiete e di maggiore attivazione ha permesso, da una parte, di riattivare vitalità e agio, ritrovare nuove energie fisiche e psichiche, canalizzare a volte la rabbia inespressa attraverso movimenti energetici ma contenuti e finalizzati nella espressività danzata; dall'altra di poter sperimentare stati di maggiore calma e quiete, rilassamento in sicurezza, che hanno potuto lenire momenti di ansia e fornire una possibilità di ascolto di sé più quieto e disteso, riacquisire un equilibrio e permettere un sonno notturno migliore. L'incoraggiamento dell'espressività creativa del corpo è stato spesso vissuto come rigenerante e vitalizzante. In generale pare avere rimesso in moto risorse utili e maggiore benessere.

7. L'imperativo biologico e l'amore

In diverse occasioni, in diversi corsi e interviste, Stephen Porges ha parlato di un aspetto che mi ha colpito molto e che, a mio avviso, riguarda da vicino chi lavora col corpo e il movimento: cioè che l'essere connessi tra individui è il nostro imperativo biologico, e l'imperativo biologico è qualcosa che la specie deve perseguire per sopravvivere, connettendosi agli altri. Nella DMT è proprio la nostra interazione espressiva corporea che ci connette agli altri: noi siamo allenati a osservare e intervenire con il movimento, interagiamo corporeamente attivando proprio ciò che è utile all'evoluzione naturale della specie, ci colleghiamo, attivando quella forza primaria che influenza la nostra

stessa sopravvivenza. Come diversi biologi evoluzionisti, anche Porges sostiene che i mammiferi sono stati in grado di sopravvivere attraverso lo sviluppo della capacità di proteggersi, di cooperare e di trovare insieme strategie per essere al sicuro. Connettendosi e collaborando hanno potuto trovare modalità per evolvere e per non essere semplicemente cibo per gli antichi rettili ora estinti. La connessione sembra essere parte del nostro DNA: siamo una specie connessa. Sono d'accordo con Porges quando afferma che abbiamo imparato che vige la sopravvivenza del più forte o del più preparato, ma troppo spesso nella nostra società di oggi pensiamo che la sopravvivenza del più forte sia quella di coloro che sono fisicamente più forti, più ricchi e più potenti. Invece il nostro imperativo biologico non è quello di dominare gli altri, non è quello di sfruttare gli altri, non è quello di accumulare risorse o di essere più potenti. Il nostro imperativo biologico è quello di cooperare, interagire e attivare una co-regolazione con gli altri. Concordo anche sul fatto che è durante i periodi di crisi che si può vedere come si esprimono alcune dinamiche del modo in cui noi, in quanto specie, cerchiamo di cooperare e di sopravvivere.

In questa crisi che stiamo vivendo abbiamo visto divisioni e conflitti, ma anche la spinta amorevole, il desiderio di essere spontaneamente utili e connessi come parte di ciò di cui abbiamo bisogno e che vogliamo. Come scritto sopra, il nostro corpo si è evoluto per rilevare certi segnali dalla voce, dall'espressione del viso e dai gesti, per permetterci di sentirci al sicuro in presenza degli altri.

La connessione, come già detto, fornisce il meccanismo neurobiologico per collegare il comportamento sociale e la salute mentale e fisica, perché nei comportamenti socialmente connessi si attivano percorsi neurali che ottimizzano la regolazione neurale del nostro sistema nervoso autonomo. La connessione funziona quindi come un codice d'amore.

Ciò che mi tocca profondamente è l'idea che l'amore sia una forza vitale profondissima e offra un potenziale davvero straordinario in una prospettiva di cura e si esprima nel e attraverso il corpo, nell'attenzione ai noi stessi e all'altro.

8. Il movimento autentico

Un contributo al concetto di atto d'amore viene fornito da Janet Adler,

che lo connette alla pratica del movimento autentico e alla funzione specifica del ruolo del testimone benevolente, in una prospettiva che esprime anche la mia concezione personale.

Il Movimento Autentico (MA) è una tecnica terapeutica di esplorazione del proprio inconscio attraverso il movimento corporeo creata negli Stati Uniti da Mary Stark Whitehouse, ampliata e approfondita oggi dagli studi e dal lavoro di Joan Chodorow e di Janet Adler. Si tratta di una tecnica contemplativa di esplorazione del proprio sé attraverso il movimento del corpo, una pratica in cui, attraverso il movimento auto-diretto viene facilitato il processo di consapevolezza delle esperienze interne che emergono dall'espressione del corpo in movimento. Il suo scopo è creare consapevolezza. Attraverso questa disciplina di esplorazione del movimento, con l'ausilio di strutture metodologiche semplici e non direttive, si facilita infatti il processo di consapevolezza di vissuti interni che emergeranno dall'espressione del corpo nel movimento.

Essa individua due ruoli significativi: il *mover*, ossia chi si muove, e il *witness*, il testimone, colui che osserva e testimonia ciò che accade nel movimento di chi si muove. Il *mover* si muove, chiude gli occhi, ascolta, attende l'impulso interno che lo porti a muoversi. Tale impulso può scaturire da una sensazione, da un'immagine, da una qualunque percezione corporea, da una tensione o dal bisogno di prendersi cura di una parte del corpo, oppure può svilupparsi da un'immagine interiore, da una memoria corporea o da una esperienza sensoriale, come un odore. Il movimento diventa il mezzo che permette a ciò che normalmente non è visibile di presentarsi e diventare visibile, riconoscibile o manifesto. M. S. Whitehouse (1999) in *Movimento fisico e personalità* scrive:

Perché la cosa meravigliosa è che il corpo non è e non sarà mai una macchina, e quindi il movimento del corpo sarà sempre espressivo semplicemente perché è umano [...]. Da dove viene il movimento? Ha origine in quello che Laban chiama un *effort* 'interno', ovvero uno specifico impulso interno che si presenta come sensazione. Questo impulso conduce fuori nello spazio, così che il movimento diventa visibile come azione fisica" (pp. 61-62).

Come sostiene J. Adler (2002), chi osserva, cioè il testimone, cerca di sviluppare una capacità di attenzione focalizzata verso chi si muove

e nello stesso tempo verso le proprie reazioni e risonanze interne. Il testimone ha la funzione di osservare in modo attento e compassionevole il proprio *mover*, e nello stesso tempo vedere e percepire se stesso che osserva, riconoscere e contenere le proprie reazioni interiori per rimanere nella restituzione verbale in una posizione puramente descrittiva, ma partecipe, priva di giudizio, di proiezioni e di interpretazioni.

L'utilizzo della restituzione verbale da parte del testimone avviene infatti secondo regole molto precise, che hanno lo scopo di proteggere l'esperienza del *mover* e del *witness*. Entrambi possono raggiungere un livello di capacità di percezione di sé e dell'altro che richiede un rapporto di profondo rispetto reciproco, grande empatia, presenza incarnata, partecipazione emotiva e differenziazione compassionevole. Si tratta in definitiva di un atto d'amore, come ha sostenuto Janet Adler nel webinar di IACAET e ATI, *Evolution and Practice of Authentic Movement: A Healing Discipline Leading to Embodied Consciousness and Spirituality* (novembre 2020):

Penso – so – che la prima responsabilità del testimone esterno è creare un luogo sicuro, fisicamente e psicologicamente: deve essere un luogo sicuro. Che gesto amorevole è questo! Così che tutto ciò che è pronto per essere visto in maniera diretta possa accadere in modo sicuro. Credo che essere un testimone che parla, un testimone esterno, sia veramente un gesto di benevolenza, per qualche organica realtà che ha bisogno di crescere. È amore anche perché, quando sono testimone esterno, sono vulnerabile. E sento che la vulnerabilità è un'autentica fonte di forza, di saggezza, di amore. Essere un testimone esterno riflette un grande desiderio di accompagnare il *Mover* – e aiutarlo a creare il proprio testimone interno.

Questa pratica avvia e rinforza la capacità del *mover* di attivare il proprio testimone interno, che si vede, ascolta, percepisce e mantiene una sorta di luce interiore per accompagnare il movimento che emerge da sé. Janet Adler ne *Il corpo e l'anima* (1999) scrive: “[...] si parla spesso di vedere. Il *mover* cerca di vedere se stesso con sempre maggiore chiarezza attraverso il proprio testimone interiore”.

La persona che pratica il MA espande così le proprie capacità di esercitare la consapevolezza, aumentando la competenza sia nella percezione cinestetica che nell'immaginazione cinestetica.

Il *mover* impara a svolgere un tracciamento somatico, affettivo e

cognitivo dei movimenti che emergono, esercitandosi nella pratica costante di descrivere la propria esperienza corporea e rimanere ancorato al corpo, coltivando l'accettazione e la compassione per se stessi.

Questo processo di tracciamento è pratica fondamentale nel lavoro terapeutico descritto sopra, necessaria per sostenere il percorso di cura che dal corpo giunge alla consapevolezza, e per generare cambiamenti indispensabili nella sfera corporea e psichica.

È anche una pratica di sensibilizzazione, di benevolenza verso sé e l'altro, verso il mondo che ci circonda, che produce cura e altra benevolenza.

Durante i vari *lockdown*, e anche dopo, ho accolto la richiesta di fare incontri di movimento autentico online, con persone conosciute prima, con cui già avevo precedentemente utilizzato questa pratica nel lavoro terapeutico, di supervisione e di gruppo. Le persone lo richiedevano come supporto per attraversare questo periodo. Ho notato che in molti casi, dopo un primo momento di incertezza dovuto all'adattamento al nuovo *setting* e al monitor, la reazione delle persone nella maggior parte dei casi è stata di recupero del proprio senso di presenza, di possibilità di condivisione, di sintonizzazione, di profonda vicinanza interiore e fruttuoso utilizzo reciproco degli incontri per raggiungere un maggiore senso di sicurezza. In particolare ho osservato che è stato possibile per le persone esprimere molto autenticamente sentimenti ed esperienze di dolore, di ansia, di paura, ritrovando poi nella pratica autodiretta del movimento una risorsa vitale, creativa, attivatrice di una rinnovata resilienza. Gli incontri si svolgevano con una parte di scambio verbale all'inizio, seguiti da un breve momento di mia conduzione in cui proponevo alla persona di osservare il proprio spazio e quindi la invitavo a crearsi un luogo, un luogo sicuro al proprio interno, e quindi di percepire la propria presenza corporea ascoltando il proprio respiro, mettendosi il più possibile a proprio agio, cercando il proprio radicamento, trovando le proprie connessioni interne, con piccoli movimenti che potessero fluire da dentro verso l'esterno, per crearsi la propria cinesfera o spazio personale consapevole. Si decideva quindi l'inizio e la durata della parte del lavoro di movimento autodiretto senza indicazioni, a cui seguiva la parte di verbalizzazione. Ho notato come questi incontri abbiano attivato processi profondi di risveglio di risorse, tra cui il realizzarsi di sogni importanti che sono arrivati nel

corso del tempo e portati poi negli incontri successivi, a sostegno di una possibile evoluzione interiore che ha potuto riattivarsi e riprendere le fila di discorsi interrotti.

Vorrei concludere questo scritto con una poesia di Nazim Hikmet, che ho letto nel momento di chiusura del primo *lockdown*, perché parla di uno sguardo amorevole che rimane integro, nonostante la sofferenza determinata dalla sua penosa lunga reclusione, uno sguardo simile a quello del testimone benevolente, che può rimanere tale anche nei momenti più bui se si coltiva la propria immaginazione, arte e capacità compassionevole.

I tuoi occhi
i tuoi occhi i tuoi occhi
che tu venga all'ospedale o in prigione
nei tuoi occhi porti sempre il sole.
I tuoi occhi i tuoi occhi i tuoi occhi
questa fine di maggio, dalle parti d'Antalya,
sono così,
le spighe, di primo mattino;
i tuoi occhi i tuoi occhi i tuoi occhi
quante volte hanno pianto davanti a me son rimasti tutti nudi,
i tuoi occhi, nudi e immensi come gli occhi di un bimbo
ma non un giorno han perso il loro sole.
I tuoi occhi i tuoi occhi i tuoi occhi
che s'illanguidiscano un poco,
i tuoi occhi gioiosi, immensamente intelligenti, perfetti:
allora saprò far echeggiare il mondo del mio amore.
I tuoi occhi i tuoi occhi i tuoi occhi
così sono d'autunno i castagneti di Bursa
le foglie dopo la pioggia e in ogni stagione e ad ogni ora, Istanbul.
I tuoi occhi i tuoi occhi i tuoi occhi
verrà un giorno, mia rosa, verrà un giorno
che gli uomini si guarderanno l'un l'altro fraternamente
con i tuoi occhi, amor mio,
si guarderanno con i tuoi occhi.
(Nazim Hikmet, 1948)

RIFERIMENTI BIBLIOGRAFICI

- Adler J. (2002), *Offering from the conscious body*, Vermont, Inner Traditions.
- Adler J. (2020), Webinar *Evolution and Practice of Authentic Mo-*

- vement: A Healing Discipline Leading to Embodied Consciousness and Spirituality*, eseguito da IACAET & ATI.
- Bartenieff I., Lewis D. (1980), *Body Movement, Coping with the environment*, New York, Gordon and Breach Science.
 - Chaiklin S., Wengrower H. (2015), *The Art and Science of Dance/Movement Therapy: Life Is Dance*, New York, Routledge Taylor & Francis Group.
 - Conrad E. (2007), *Life on Land; The story of Continuum, the World-Renowned Self-Discovery and Movement Method*, Berkeley, North Atlantic Books.
 - Govoni R. M. (2012), *Lasciar parlare il corpo*, in A. De Quirico (a cura di), *Lasciar parlare il corpo*, Roma, Magi.
 - Gray E. A. (2017), *Polyvagal informed Dance Movement Therapy for trauma: a global perspective*, in “Am J Dan Ter (ADTA)”, 39, 43-46.
 - Hackney P. J. (2002), *Making connections*, New York, Routledge.
 - Hilmet N. (1991), *Poesie d'amore*, Milano, Mondadori.
 - Kestenberg J. (1975), *Children and Parents: Psychoanalytic studies in development*, New York, Jason Aronson.
 - Kestenberg Amighi J., Loman S., Lewis P., Sossin K. (1999), *The Meaning of Movement*, New York, Gordon and Breach OPA.
 - Laban R. (1960), *The Mastery of Movement*, London, Donald and Evans.
 - Levy F. (1995), *Dance and Other Expressive Art Therapies: When Words Are Not Enough*, New York, Taylor & Francis.
 - Pallaro P. (1999), *Authentic Movement: Essays by Mary Stark Whitehouse, Janet Adler and Joan Chodorow*, London and Philadelphia, Jessica Kingsley.
 - Payne H. (2018), *Essentials of Dance Movement Psychotherapy: International Perspectives on Theory, Research, and Practice*, London, Routledge.
 - Porges S. W., Doussard-Roosevelt J. A., Maiti A. K. (1994), *Vagal tone and the Physiological regulation of emotion*. Consultato da <https://doi.org/10.1111/j.1540-5834.1994.tb01283>
 - Porges S. (2011), *The polyvagal theory: neurophysiological foundations of emotions, attachment, communication, self-regulation*, New York, W. W. Norton & Company.

- Schore A. N. (2003), *Affect regulation and the repair of the self*, New York-London, W. W. Norton & Company.
- Whithehouse M. S. (1999), *Movimento fisico e personalità*, in P. Palaro (a cura di), *Authentic Movement: Essays by Mary Stark Whitehouse, Janet Adler and Joan Chodorow*, London and Philadelphia, Jessica Kingsley.
- Winnicott D. W. (1971), *Playing and Reality*, London, Penguin.

HILDA WENGROWER

How can awareness and creativity come out of deprivation?

Abstract

This article is based on an invited lecture for the 2021 annual conference of APID® (Italian Professional Association of DanceMovementTherapy). It considers the notions of deprivation and adversity, unfolding the macro and micro sources of their definition and dissemination of their meaning. An alternative to the psychotherapeutic and research standpoints based on psychopathology of loss and lack that focuses narrowly on the individual is set forth. Identification with and belongingness to groups and communities and social activism are some of the factors that allow for resilience, a significant construct for the subject of this paper. Positive psychoanalysis and some of its tenets are expounded and related to the positive and well-being in arts therapies. Since dance movement therapy relies on creative processes and aesthetic experience to enhance awareness, working through and coping, it is seen as an integrative modality to assist in times of crisis. Keywords: pandemic, resilience, positive psychoanalysis, DanceMovementTherapy, well-being.

Questo articolo si basa su una lezione per la conferenza annuale 2021 di APID® (Associazione Professionale Italiana di DanzaMovimentoTerapia). Considera le nozioni di privazione e avversità, dispiegando le macro e micro fonti della loro definizione e la diffusione del loro significato. Viene proposta un'alternativa ai punti di vista psicoterapeutici e di ricerca basati sulla psicopatologia della perdita e della mancanza, che si concentra strettamente sull'individuo. L'identificazione e l'appartenenza a gruppi e comunità e l'attivismo sociale sono alcuni dei fattori che consentono la resilienza, un costrutto significativo per l'argomento di questo articolo. La psicoanalisi positiva e alcuni dei suoi principi sono esposti e legati al positivo e al benessere nelle terapie artistiche. Poiché la DanzaMovimentoTerapia si basa su processi creativi ed esperienza estetica per aumentare la consapevolezza, elaborandola e affrontandola, è vista come una modalità integrativa per assistere in tempi di crisi.

Parole chiave: pandemia, resilienza, psicoanalisi positiva, DanzaMovimentoTerapia, benessere.

Introduction

First of all, I want to express my gratitude to Ines Tecchiati and to APID® for honoring me with the invitation to this conference. This is another bead on the thread of communication and collaboration with colleagues of APID®.

With the invitation, I was offered a selection of possible themes and I chose “how can awareness and creativity come out of deprivation?”. I found different meanings, nuances and connotations that offered a chain of enticing associations. I invite you to accompany me in this trail in which we shall find questions, insights and some answers. So let’s begin.

“How can awareness and creativity come out of deprivation” may be read as implying that deprivation hampers awareness and creativity and that we therapists can facilitate their emergence in times of adversity. But we can also consider that awareness and creativity enable coping with deprivation, so the question become how can we help them to sprout in times of deprivation. In both cases, we believe that our role is fundamental. These understandings align with a positive vision of human beings and the salutogenic perspective in mental health that focuses on the study of the factors and processes that promote well-being as opposed to the pathogenic viewpoint, which focuses on the causes of pathologies. Another perspective that supports the role of the dance movement therapists is the understanding of resilience as an emergent process that is embodied, relational and creative (Gray, 2021; Wengrower, 2015).

1. Words: meanings and impacts

I will use alternatively the words deprivation and adversity in this paper. These choices already put me, and maybe some of you, in different states of mind. Deprivation is a situation in which something or many things are taken from us or they were never provided. Adversity means an unfavorable fortune or fate; however, Western cultures are rich with stories in the different arts presenting heroes confronting adversity. In adversity, there is place left for the drive, the energy of the individual or community to confront the antagonistic situation.

Who defines or determines deprivation or adversity? The person, the group, the state, the media? All of them? While writing this, the

Italian film by Roberto Benigni, *La vita è bella*, comes to my mind. In this film, even to the last moment of his life, the protagonist, for love to his little son, defined his walk towards his assassination as a game in order to save the child from sadness and despair. How much flexibility is there when we define adversity? Maybe that flexibility resides in how persons experience and confront it.

However, there are situations in which the definition of adversity is considered almost unanimously. Even then, we still find differences in how individuals and societies cope with these situations. During the Second World War, in midst of terror, supreme violence and hunger, there were persons who wrote and draw, made theater and sculptures.

Another relevant concept is crisis, or when there is a situation that surpasses the usual ways of understanding, living and confronting. Crises can be an opportunity for change – usually if the protective factors are on our side.

Therefore, our self-examination of the meanings we attribute to these different concepts seems necessary, and it is equally important to uncover our patients' comprehension and narratives surrounding these concepts.

2. Resilience and salutogenesis

With these images, the idea of resilience emerges. It refers to the well-being observed in individuals in spite of having grown in situations of trauma during the course of early childhood or adolescence or those who outlived a tragedy during those stages or adulthood (Wengrower, 2015). Another related concept to resilience is salutogenesis, which was coined by Aron Antonovsky (1987), a researcher in medical sociology who was interested in discovering why/how persons who survived the Holocaust but were able to blossom and thrive later in their lives. The salutogenic question for a professional is: “How can this person be helped to move toward greater health?”.

Factors that favor resilience

Researchers investigating the protective factors for resilience in individuals frequently arrive at similar answers (Wengrower, 2015):

- *secure attachments, self-regulation and positive emotions*. Their interconnection are currently clear in our professional commu-

- nity. In the frame of secure attachments and regular neurodevelopment, individuals are able to self-regulate, and it is very probable that they feel positive emotions quite frequently;
- *good enough cognitive development and skills* allow persons to understand and evaluate situations and are one of the bases for creativity, which is another protective factor for resilience;
 - *community*. Bonds to cultural backgrounds, values, spirituality and interpersonal/communal ties. The images and videos of the fantastic singing and/or playing of instruments on Italian balconies during the COVID-19 lockdown, that were disseminated to many countries through audiovisual media, are a great example of both the resiliency effect of clear identification with a culture, values and communal bonds. Research shows that cultural situations and activities act as means that create a sense of identity, engagement, and relationships within and between communities;
 - *creativity*. Continuing with the former example, the initiatives of performing music for neighbors are examples of creativity. In the previous example, people used music to transmit comfort and hope, close distance and banish loneliness and connect with fellow Italians through their cherished culture that insufflated them with pride. I assume that the music-making brought comfort to both performers and neighbors.

3. Community and creativity in times of deprivation and/or adversity

Divergent-creative-thinking (Wengrower, 2009/2016, p. 16) and being involved making some kind of art (music, dance, visual arts) for processing challenges and partaking in cultural traditions and events, contribute to the resilient bouncing back for persons of different socio-economic statuses and backgrounds (Wengrower, 2015).

It is important to emphasize that communal ties, solidary action and experiencing togetherness are crucial for enduring crises. However, trauma researcher Van der Kolk explained that when a person is trapped in a survival style, the interpersonal ties are threatened as well as the creative and playful capabilities. This means that these resilient resources maybe be hampered and early detection and community interventions are cardinal (Re, 2021).

There is an individualistic focus in the psychotherapeutic world that does not exist, for example, between social workers, who are more socially oriented. Therefore, a self-critical attitude is crucial to evaluate situations undergone by our clients and devise professional interventions. Dance is an art with ancient roots in shared rituals, and as we know, it enables different psychological processes for health and well-being. It lends itself to establishing or reinforcing common bonds, especially in times of adversity and even through digital media (Re, 2021).

However, creativity goes further than being engaged in an artistic activity. Working, cooking, solving problems, understanding oneself and the others in a different way, taking social action, can be very creative. There are circumstances when being active in the outer reality and acknowledging these initiatives is therapeutic even though it is not therapy itself.

Some crises, like the COVID-19 pandemic, generate adversities in different aspects: interpersonal, intrapersonal, economics and of course psycho-physical health. There are examples about how creativity transforms adversity among marginalized populations or during natural disasters. The economic disaster in Argentina 2000 was gradually confronted with creative initiatives of workers assuming the direction of small industries in agreement with their former owners. In Israel, and probably in other countries, common actions between neighbors and farmers or small merchants and neighbors between themselves, helped to solve the needs from consumers and producers during the COVID-19 crisis 2020-2021.

These and other protective factors of creativity and community contribute to a sense of meaning in life, thus allowing meeting its challenges. In the context of a tendency in the mental health arena to highlight strengths as opposed to the classical psychology of the deficits, resilience continues to be studied and included in public health interventions in some countries. Under this scope, the development or strengthening of abilities handling difficulties or being active producing solutions is cardinal.

There are new conceptualizations of resilience that understand it as a never-ending route; persons are considered as being in an ongoing process of becoming or remaking throughout life by way of conforming or clashing with dominant discourses of resilience. This is per-

formed “through embodied, individually and collectively lived biographies/identities and emotional/unconscious processes... This is a resilient subject who can comply or collude, subvert or resist discourses of resilience governing areas like health and social care” (Aranda *et al.*, 2012, p. 555). This model encourages us to remember that resistance to a dominant prototype of resilience might be for some individuals or groups their own resilient mode, probably due to gender, class or ethnicity. Cultural paradigms stressing individuality consider some characteristics or behaviors resilient, while collectivistic cultures support other modes or supportive factors of resilience. The specific features of a crisis also are a factor that influence what can be considered effective for resilience (see Tousignant & Sioui, 2009 about resilience for aboriginal communities in Canada).

Awareness and creativity may enable coping with deprivation and adversity through artistic expression in a therapeutic setting as has been demonstrated in many publications of the arts therapies. The knowledge that through the arts persons engage in working through processes is one of dance movement therapy’s stronger roots. We do know that creativity generates awareness. Social scientists also see in creativity a protective factor in times of deprivation/adversity. Metzl and Morrell (2008) noted arts therapists connect creativity with resilience.

4. The positive perspective in arts therapies

The new definition of resilience presented by Aranda *et al.* (2012), as a quality in constant process of becoming and remaking since persons themselves are in this process, allows for hope and is consistent with the perspective of positivity growing in the field of psychology, including psychoanalysis. This standpoint admits that focusing on pathology “failed to consider the positive parts of our Being, the potential for good and happiness that resides in all of us, and ways in which to maximize it” (Leffert, 2017, p. 158). Music (2009) and Leffert (2017), as well as other psychoanalysts, used neuroscientific studies on the different paths positive and negative emotions take in the brain and on phenomenology. They asserted that work on the positive and hopeful aspects of the person should be promoted. Psychoanalyst Fiorini (2020) expressed that for many decades psychoanalysis was mainly influenced by philosophies that focused on lack, loss, repetition and

that there is a need to research health, to look into vitalist, affirmative ontologies. Those perspectives deal with the alternatives and state that creativity is the road to health. Regarding alternative “ways of being”, phenomenology offers fruitful paths (Leffert, 2017; Wengrower, 2021).

One of the premises of positivity in therapy is to see the whole person. Some decades ago, part of the discourse in the arts therapies said that we work with the healthy aspects of a person. I think that this idea has weakened its presence in our professional dialogue. It is my opinion this is an effect of the studies in psychotherapy and our need to assimilate to the dominant discourse in the institutions where we work, which Marianne Eberhard also said in the presentation of the book *Dance and Creativity within DanceMovementTherapy* (IACAET, 2021). This effect might prove less fruitful in our professional practice; we are losing some aspects of our unique professional identity that stem from the artistic side of our profession (Wengrower, 2021).

When establishing the base for DMT as a profession in mental health, Penny Bernstein (1979) expounded a theoretical structure upon which to build it. One of the components of this structure is ontology. From his standpoint of positive psychoanalysis, Leffert proposes the following aspects for ontology: personal meaning, the aptitude for aesthetic experience, desire and subjective well-being. With these concepts, Leffert substantiates the understanding of the positive of the human being and suggests how to develop/enrich it beyond addressing psychopathology.

These ontological aspects are not always present simultaneously. Personal meaning, the aptitude for aesthetic experience and desire, can be part of the person’s existence even when there is no sensation of well-being. For example, a health care worker during the peaks of the pandemic might strongly feel meaningfulness but not well-being. Or an artist might have a powerful aesthetic sense but feel miserable because he does not achieve what s/he desires. As for the positive in psychodynamic therapy, Leffert says: “an appropriately timed and dosed interjection of the positive into an otherwise successful treatment is sometimes necessary and always helpful” (Leffert, 2017, p. 159). Some psychoanalysts, understand the positive as related to emotions. Leffert includes cognitive operations as well, which serve as a bridge between positive and negative aspects of the self.

I will briefly present the ontological aspects or zones of personal meaning, aesthetics, desire and subjective well-being, which I think are very important when working in clinical or other settings.

Personal meaning, or a sense of meaning of oneself and one's life is important for subjective well-being (SWB). Personal meaning has cognitive and emotional (positive and negative) components, influencing one the other, and it can stay even in times of crisis, thus helping the person to surmount it. Helping patients to connect and rediscover the meaning in their lives is part of our therapeutic task. It doesn't have to be a specific matter of work in the therapeutic process, if we are aware of it, we shall integrate it in our interventions, at least in part of them. If we agree with Leffert's proposal, all the ontological aspects of being are part of our vision of the persons with whom we work. In adversity and deprivation, as the world has been experiencing since January 2020, the meaning of life or of oneself is seriously threatened for many. The therapist's empathy and acceptance are very important, but they are not enough. One of the elements that would come into the transitional space of therapy would be desire.

Desire. Leffert presents a variety of definitions that include several areas of knowledge: neuroscience, philosophy and clinical each one complementing the other. He goes into a long exposition of this concept, what is of most relevance in the present introduction is that one of the connections of desire is playing (Winnicott, 1971), its importance is so well known to us. Other connections of desire are motivation and seeking.

Aesthetics. When writing about this ontological aspect, Leffert refers to sensorial perception and knowledge as the Greek meaning established in ancient times. He mainly writes about visual and auditory experience, because by aesthetics he refers to the way of perceiving the world. In DMT, we include the kinetic and the kinesthetic experience as basic to a sense of self-meaning and of SWB that a person has or should have. According to the literature, the sense of self and emotional regulation are linked to body awareness, emotion, and brain activity. There have also been discussions about the connection between proprioception, interoception, and body awareness in these processes (Pollatos *et al.*, 2007; Shafir, 2016; Wengrower, Bendel-Rozow, 2021).

The association between DanceMovementTherapy and aesthetics is significant (for more about the psychological meaning of aesthetics see Wengrower 2021a). The link between SWB and aesthetics is bi-directional: when in a state of well-being, one is more prone to have aesthetic experiences; when in depression and confronting anhedonia, therapists try to promote aesthetic experiences. I was glad to find out that Leffert considers aesthetic experience as a fundamental in life and SWB as I too hold this idea (Wengrower, 2021a). Leffert encourages his patients to go to museums, concerts and to be active in doing art. With patients who suffer from what he calls an aesthetic impairment due to trauma or early maternal failure, this is a matter of the analytic therapy.

When discussing having an aesthetic experience while observing an object and its meaning for SWB, Leffert states that:

... aesthetic objects have powerful organizing potentials. Suggesting to a patient that she should seek out an aesthetic experience is not (...) only about putting something nice into her World, it literally treats the disorganization and ameliorates her pain or dysphoria (Leffert, 2017, p. 164).

Serlin (2020) brings a reference to the connection between aesthetics as in art making and personal meaning: the arts can “help us search again not only for the meaning of life but also the purpose of our individual and collective experience...for ways we might re-create ourselves anew...” (Walsh, 2001 in Serlin, 2020, p. 176).

Subjective well-being. Succinctly, subjective well-being is a conscious state of being, a valuation people perform of their own life experiences; it has of course unconscious components. And it is compounded by an hedonic constituent (feeling happy) and a cognitive constituent (satisfaction with own's life).

To conclude

Since DanceMovementTherapy includes the creative process as one of its main fundamental principles, it can facilitate awareness of oneself, of one's life meaning, enable coping with adversity, and restore (if lost) the capability for aesthetic experience and its beneficial effects. Solidarity, communal and cultural bonds are very important for managing crises and are addressed during and by DMT. Kinesthetic

and bodily awareness are crucial for emotional regulation and sense of self, contributing to resilience.

Leffert states that psychoanalysis allows patients to imagine and perform various actions so that they may experience different mental and emotional states. In this process, patients are able to live and experience the world and new modes of being while remaining present and aware of these states.

It is easy to see this playing with different ways of being in the world in DMT when the patient explores different movement qualities and dances and with interactions within the group and with the therapist (Wengrower, 2009, 2016).

If we adopt positivity in therapy, we may be more able to help our patients and clients to cope better with crises, adversities and deprivation. Our professional tools have been proved as adequate to allow for creativity and awareness to come out from deprivation and adversity. There is a new line of research opened for us.

BIBLIOGRAPHICAL REFERENCES

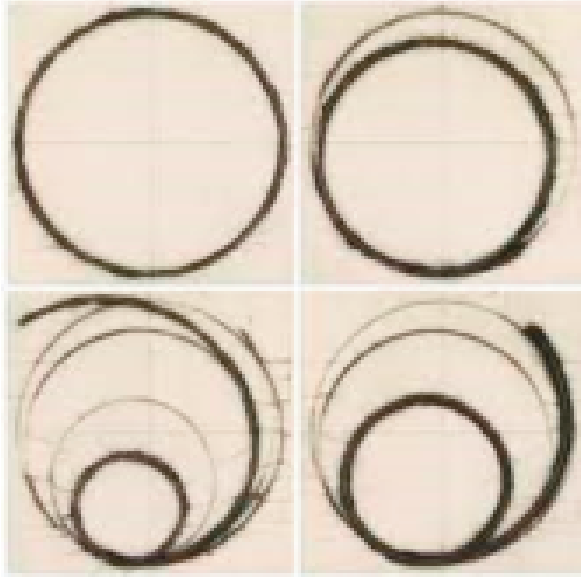
- Antonovsky A. (1987), *Unraveling the mystery of health*, San Francisco, Jossey.
- Aranda K., Zeeman L., Scholes J., Morales A. S. M. (2012), *The resilient subject: Exploring subjectivity, identity and the body in narratives of resilience*, in “Health”, 16(5), 548-563.
- Bender B., Metzl E. S., Selman T., Gloger D., Moreno N. (2015), *Creative soups for the soul: Stories of community recovery in Talca, Chile, after the 2010 earthquake*, in “Psykhē”, 23(2), 1-13, DOI:10.7764/psykhe.23.2.641.
- Bernstein P. (1979), *Eight theoretical approaches in dance/movement therapy*, Dubuque, Kendall/Hunt.
- Fiorini H. (2020), *Introduction to Conversatorio con el Dr. Hector Fiorini: El psiquismo creador. Teoría y clínica de los procesos terciarios*. Retrieved August 29, 2021, from <https://www.youtube.com/watch?v=lfXiVGTTs4k>
- Gray A. (2021), *The HeArt of Resilience. Presentation at the One day Summit: Embodying resilience*. Retrieved July 11, 2021, from <https://www.theembodylab.com/schedule/1-day-summit-embodying-resilience>

- IACAET (2021), *Dance and Creativity within Dance Movement Therapy. International Perspectives*, book launching. Retrieved from <https://www.iacaet.org/event/dance-and-creativity-within-dance-movement-therapy-international-perspectives-book-launching>
- Leffert M. (2017), *Positive psychoanalysis: meaning, aesthetics and subjective well-being*, London, Routledge.
- Metzl E. S., Morrell M. (2008), *The Role of Creativity in Models of Resilience: Theoretical Exploration and Practical Applications*, in “Journal of Creativity in Mental Health”, 3(3), 303-318, DOI: 10.1080/15401380802385228.
- Music G. (2009), *What has psychoanalysis got to do with happiness? Reclaiming the positive in psychoanalytic psychotherapy*, in “British Journal of Psychotherapy”, 25(4), 435-455.
- Pollatos O., Gramann K., Schandry R. (2007), *Neural systems connecting interoceptive awareness and feelings*, in “Hum Brain Mapping”, 28, 9-18. Retrieved from <https://doi.org/10.1002/hbm.20258>
- Re M. (2021), *Isolated systems towards a dancing constellation: coping with the Covid-19 lockdown through a pilot dance movement therapy tele-intervention*, in “Body, Movement and Dance in Psychotherapy”, 16(1), 9-18.
- Serlin I. A. (2020), *Dance/Movement Therapy: A Whole Person Approach to Working with Trauma and Building Resilience*, in “American Journal Dance Therapy”, 42, 176-193. Retrieved from <https://doi-org.mgs.asa.ac.il/10.1007/s10465-020-09335-6>
- Shafir T. (2016), *Using movement to regulate emotion: neurophysiological findings and their application in psychotherapy*, in “Frontiers in Psychology”, 7:1451. Retrieved from <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2016.01451>
- Tousignant M., Sioui N. (2009), *Resilience and Aboriginal communities in crisis: Theory and interventions*, in “International Journal of Indigenous Health”, 5(1), 43-61.
- Van der Kolk B. (2014), *The body keeps the score*, Penguin Random House.
- Wengrower H. (2009/2016), *The creative-artistic process in dance/movement therapy*, in S. Chaiklin, H. Wengrower (eds.), *The art and science of dance movement therapy. Life is dance*, London, Routledge.

- Wengrower H. (2015), *Widening our lens: The implications of resilience for the professional identity and practice of dance movement therapists*, in “Body, Movement and dance in Psychotherapy”, 10(3), 153-168.
- Wengrower H. (2021a), *Dance comes to the frontstage in Dance Movement Therapy*, in H. Wengrower & S. Chaiklin (eds.), *Dance and Creativity within Dance Movement Therapy. International Perspectives*, London, Routledge.
- Wengrower H., Bendel-Rozow T. (2021b), *Integration in motion: Dance Movement Therapy*, in U. Volpe (ed.), *Arts Therapies in Psychiatric Rehabilitation*, Springer.
- Winnicott D. W. (1991), *Playing and reality*, Psychology Press.

MARIA D'AMBROSIO

**Spazio al vivente come danzante.
Tracce ed emergenze dalla ricerca pedagogica**



Dora Maurer, *Traces of a circle*, 1974

Abstract

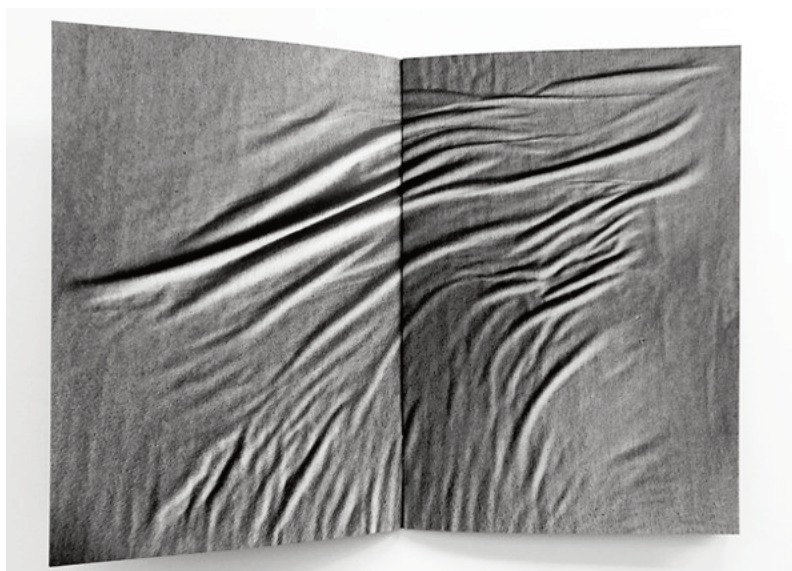
Lo scritto è occasione per introdurre il vivente/danzante nel lessico pedagogico e legittimare la matrice cinetica e tattile delle pratiche del formare/formarsi. In questa prospettiva, il movimento è riproposto come dimensione mobile e performativa dell'abitare il mondo e qualità tattile dell'*ex-istere*, da declinare con le figure professionali dell'educazione e della formazione. Si tratta di rintracciare l'origine di una pedagogia dell'azione che guarda al movimento permanente come costitutivo della natura danzante ed "esposta" dell'essere e che fa del gesto danzante lo spazio del vivere e del continuo formare/formarsi. La danza assume dunque valore paradigmatico per una teoria e pratica pedagogica incarnata e costituisce un vero e proprio "ambiente" nel quale situare e ripensare l'agire educativo e formativo, secondo una plastica sensibile che investe corpi e spazi, insieme.

Parole chiave: epistemologia del vivente, pratiche performative, pedagogia dell'azione, educazione sensibile, tattilità.

The paper introduces the living/dancing in the pedagogical lexicon to legitimize the kinetic and tactile matrix of the practices of forming/self-forming. In this perspective, movement is repropose as a mobile and performative dimension of inhabiting the world and as a *modus* of making oneself space of bodies and of making oneself body of spaces, which is a tactile quality of ex-being. So, this paper traces the origin of a pedagogy of action that looks at permanent movement as a constitutive element of dancing and “exposed” nature of being and makes the dancing gesture the space of living and of continuous forming/self-forming. Therefore, dance assumes a paradigmatic value for an embodied pedagogical theory and practice and constitutes a real “environment” in which to situate and rethink the educational and formative action, according to a sensitive plasticity that invests bodies and spaces together.

Keywords: epistemology of the living, performing practices, pedagogy of action, sensitive education, tactility.

1. Prologo ad una epistemologia del corpo-vivente-danzante



Dora Maurer, *Traces*, 2019

Mary McCarthy nella Prefazione all'edizione americana de *La vita della mente* di Hannah Arendt (1978) parla della difficoltà di tradurre gli scritti della Arendt perché, dice, “cercava di dire troppe cose in una sola volta”. Una caratteristica della Arendt che potrebbe suonare quasi come un rimprovero ma che invece qui può stare a sottolineare quanto la parola e qualsiasi altro segno sono forma troppo stretta se vincolata ad un ordine nel quale ridurre il pensiero, il cui tracciato è invece emergenza di uno stato di “com-prensione” e di “com-mozione” di cui la parola/segno cerca di restituire la vivacità del processo di cui lo stesso pensiero è parte. La linea sottile che separa e unisce dicibile e indicibile fa del (groviglio) visibile l'unico modo per afferrare quello dell'invisibile. Le “Troppe cose in una sola volta” non riguardano una questione “di stile” ma la “lezione” della Arendt per riavvicinarci alla dimensione sensibile come varco verso la profondità del pensare/essere di cui è ‘traccia’ e soprattutto come spazio politico e pratico del pensare dove la realtà si fa presente “sensazione di vitalità” (*ivi*, p. 291). La Arendt richiama al “bisogno di riconciliazione” tra filosofia e realtà, come sulle tracce di Maria Zambrano che unisce *Filosofia e poesia* (1996) scrivendo per un “pensiero intero” e per la possibilità che ha la poesia del farsi “parola del sentire”.

Nel segno di questa “cucitura” considero qui le questioni estetiche, dell'apparire, dell'opera e dell'azione (*Id.*, 1956), il miglior campo per conoscere e avvicinare le questioni etiche e quindi quelle del pensare, volere, giudicare (*Id.*, 1978). E in questo senso risuona qui, in tutta la sua potenza, l'opera di Dora Maurer e in particolare uno degli scatti per il progetto *Traces* che propongo come *ouverture* e viatico per riafferrarci con la Arendt al valore della *Vita Activa* ricongiunta con quella contemplativa, posizionandoci in senso mobile in uno spazio relazionale, tattile, che del contatto contiene il duplice movimento patico basato sulla “potenza di ricevere” che è “capacità di essere affetti” (Nancy, 2017) unita a quella di dare. Proprio per cogliere questo duplice movimento patico, invito in apertura ad osservare *Traces* di Dora Maurer come un'introduzione al *primato della percezione* (Merleau-Ponty, 1946) e ancor di più alla matrice sensibile, affettiva, tattile dell'essere e del vivere che Nancy (2017) ci ha restituito come paradigmatica. Matrice sensibile e affettiva che possiamo figurarci come danzante, mobile, riconoscendo che “Ora l'affezione è innanzi-

tutto passione e movimento della passione, di una passione la cui natura è ‘toccare’: essere toccata, toccare a propria volta, toccarsi con il tocco venuto dal fuori, del tocco che mi tocca e attraverso cui io tocco” (ivi, p. 17). L’apertura *tra* dentro e fuori di Sé è segnata di volta in volta dal movimento del toccare/essere toccati e dallo specifico della pelle che è dispositivo complesso che coglie del corpo la sua condizione permanente di *ex-peau-sition*: “questa esposizione si comprende solo come movimento permanente, come un’ondulazione, uno spiegamento e un ripiegamento, un’andatura sempre mutevole a contatto con tutti gli altri corpi” (ivi, p. 19). Proprio recuperando la condizione di *ex-peau-sition*, l’opera visiva di Dora Maurer ci appare come *exemplum* di quelle pieghe dall’andatura mutevole che ciascuno genera nell’esperienza mobile/tattile dell’essere. In tal senso, lasciar traccia è qualità esistenziale dell’essere-corpo-sensibile: materialità estesa plastica e responsiva dell’apparire in forma di attraversamento che fa coincidere l’essere-corpo-sensibile con il vivente e il danzante.

Il vivente/danzante entra nel lessico pedagogico e rivela, legittimandola, tutta la necessaria matrice cinetica e tattile delle pratiche del formare/formarsi. In questa prospettiva, il movimento di cui parlo non appartiene allo spettacolo né all’esibizione, ma alla dimensione mobile e performativa dell’abitare il mondo, del farsi spazio dei corpi e del farsi corpo degli spazi: è qualità mobile dell’*ex-sistere*. Si tratta di una qualità di movimento permanente che costituisce la natura danzante ed “esposta” dell’essere e fa del gesto danzante lo spazio del vivere e del continuo formare/formarsi. Ecco che la danza assume valore paradigmatico per una teoria e pratica pedagogica incarnata e costituisce un vero e proprio “ambiente” nel quale situare e ripensare l’agire educativo e formativo secondo una plastica sensibile che investe corpi e spazi, insieme.

2. Dal movimento all’azione: tracciati di un sapere pedagogico vivo.

Nella prospettiva del mondo delle apparenze, della vita in pubblico, l’io che
pensa vive sempre nascosto,
lathē biōsas. E la nostra interrogazione, “Che cosa ci fa pensare?”,
è in realtà alla ricerca delle vie e dei modi per farlo uscire dal suo nascondiglio,
per punzecchiarlo, per così dire, a rendersi manifesto.
(Arendt, 1978, p. 260)

L'uscita, come il nascere, si rivela come quel movimento necessario a rendersi manifesto ed artefice del proprio vivere: gesto che qualifica il coraggio dell'eroe ed "è praticamente già presente in ogni volontà di agire e parlare, di inserirsi nel mondo e iniziare una propria storia" (Id., 1958, p. 136). Quell'uscita, per stare all'immagine che ce ne restituisce la Arendt, è connessa a qualcosa che "punzecchia" e sollecita ad uscire dai propri nascondigli del pensare e a mutarsi in azione manifesta che occupa e si fa spazio nella *polis*. Come già per Socrate, l'educazione assume le sembianze e le caratteristiche del tafano che pungola e sollecita al movimento e riconosce proprio nel movimento quella condizione necessaria a ciascuno per apparire, per "vivere-insieme" (*ivi*, p. 145) e dare vita, partecipare, alla comunità. Lo spazio nel quale si appare è opera dell'agire di ciascuno che dà forma alla *polis* da cui è, a sua volta, formato. La danza dunque richiama a gesti fondativi di quello spazio nel quale ciascuno si è manifestato all'altro, è movimento che segna tracciati sempre nuovi che ridefiniscono e strutturano il farsi della realtà, *singolare plurale* avrebbe detto Nancy (1996), e "allena" alla facoltà di inter-agire, i cui esiti pongono l'umana attività nell'ordine dell'irreversibile e dell'imprevedibile. Azione e discorso costituiscono l'orizzonte della *Vita Activa* e pur essendo riferiti alla "naturale" (artificiale) condizione umana, richiamano alla necessità dei dispositivi educativi come spazi dove praticare ciascuno la propria dimensione performativa pubblica, in senso relazionale. In questo senso mi riferisco al movimento in quanto azione attraverso cui ciascuno si realizza come co-esistenza e partecipa del processo co-essenziale del vivere. Il proprio farsi presente del Sé include la "tensione" alla presenza di Altro da Sé. Pertanto, il movimento e la sua qualità danzante, in quanto mobilità tattile, sono da intendersi in senso pieno come azione: "flusso vivente dell'agire" (*ivi*, p. 137) e piano attraverso cui si attiva il conoscere. Il passaggio dal movimento all'azione segna la connessione tra sentire-pensare-agire che restituisce del danzare, e del corpo come danzante, il "gioco del dentro/fuori" (Id., 2017, p. 22), "come scossa della sensibilità" che lascia distinguere il proprio con il prossimo, il movimento del dare da quello del prendere, e affiora qualcosa della danza perché è "nella distanza con questa o quella sostanza che si comincia a danzare" (*ivi*, p. 23). Il gioco del contatto tra Sé e il mondo ci rivela qualcosa del pedagogico e quindi della dimensione

trasformativa che sottende ogni processo “toccante” del vivere, in trasformazione. Il pedagogico ha natura tracciata e tracciante, come la pelle, e chiede al movimento di farsi “tocco/toccante” e, in senso pieno e materiale, dispositivo danzante che fa del corpo anche il luogo dell’aperto e delle sue estensioni ulteriori e mutevoli.

Lo statuto mobile del corpo come vivente-danzante si fa origine di un sapere pedagogico di matrice fenomenologica-esistenziale che orienta la ricerca teorica a farsi anche metodologica e a curvare verso le pratiche performative per farne la “via” per la formazione. Tale “curvatura” chiede di distinguere un uso terapeutico o espressivo delle arti performative da quello pedagogico perché è questo che fa spazio alla dimensione relazionale e alla qualità “toccata-toccante” dell’azione, generativa di uno spazio “terzo” che emerga e vada oltre quello del Sé e dell’Altro. L’azione/*performance* in quello spazio “terzo” apre alla possibilità di una qualità pedagogica, performativa e trasformativa, ed emerge come lavoro necessario alla scena educativa, formativa e sociale in generale. Lavoro attraverso cui praticare la sensibilità, fare educazione al sentire, e territorio da condividere in questo scritto con una comunità di professionisti e professioniste che ha individuato nella danza uno strumento di intervento, pur in contesti e con obiettivi differenti tra loro, il cui valore pedagogico può generarsi su di un piano esistenziale di conoscenza di sé e del mondo, e attraverso cui ciascun gesto lavora a farsi “sensibile”, tracciato-tracciante, per realizzare e incarnare quella che Hegel aveva chiamato *Scienza dell’esperienza della coscienza* (titolando la sua opera *Fenomenologia dello Spirito*). La danza si fa arte, ovvero esperienza, per dirla con Dewey (1934), e incarna una viva figurazione del corpo e del suo agire “intelligente”, se “l’intelligenza è azione anche se è passiva. [...] quella di ricevere le impressioni in un certo modo, di prestarsi a rivelare, di essere cioè sensibilità, vita” (Zambrano, 1977, p. 37). Attraverso la pratica danzante si può allenare il corpo all’apertura, all’incontro, all’ascolto, a quella condizione di reciprocità che ne fa dispositivo educativo in grado di “abitare la relazione”. Danzare assume tutto lo spessore di uno spazio formante, di quel *TheatrumOpera* che nella ricerca del gruppo *embodied education* costituisce anche ambiente cognitivo dove agire la plasticità tra corpo e spazio.

Guardando alle origini della prospettiva fenomenologica ed esisten-

ziale, torna centrale la questione tutta heideggeriana del *senso dell'essere*. Lungo questa traiettoria “sensibile”, Dewey e poi Bruner e la Arendt mi accompagnano nell'accogliere tale questione come sotterranea *ricerca del significato* che fa del pensiero un atto e della realtà un costrutto/processo, e che restituisce ai fenomeni la loro infinita mozione/emozione. Nella ricerca di senso riaffiora dunque la dimensione percettiva e il corpo a fare da dispositivo “affettivo” che muove all'uscita da sé, all'incontro e quindi alla variazione come zona di attualizzazione continua dell'essere *in Altro*, e del suo farsi presente ad un Altro. La natura mobile dell'essere vivente è specificità che informa le scienze umane e sociali e fa dei loro “oggetti” di studio – educazione, formazione, conoscenza – dei fenomeni “emergenti” da processi “plastici” attraversati e avvolti da quella che Nancy (2017) chiama, con Aristotele, “*energeia* sensibile” (*ivi*, p. 21). Pertanto, *La vita sensibile* (Coccia, 2011) è, fuor di metafora, lo specifico del sapere pedagogico la cui postura epistemologica va colta proprio in quella generativa sensibilità connessa alla vita e ai suoi tracciati curvilinei, discontinui nella ritmica che talvolta salta, sposta e decentra, quell'andatura che spazia ed estende la topologia dell'esistente e ogni possibile discorso su origine (e fine). Così come l'esistenza, anche il sapere è un tracciato che si intrica come tela di ragno. Gli inciampi, le curve, come gli interrogativi, sono parte di questi tracciati, parte integrante di un sapere e di un essere che si nutre della ricerca (di senso) e dell'esperienza e ne fa parti costitutive di un sistema aurorale di conoscenze situate.

3. Figurarsi danzanti: la ricerca in azione.

Nel nostro danzare, le posizioni esteriori della danza, nei suoi singoli movimenti, si accordano in diverso modo ai differenti ritmi che accompagnano la danza (...). Ma le membra del danzatore non possono necessariamente mantenere, in ciascuna figurazione, la stessa posizione; e così, mentre il corpo qui cede e si piega, delle sue membra l'una si tende e l'altra si distende, l'una si sforza e l'altra si riposa, secondo la varietà delle figure. [...] Nello stesso modo – dobbiamo affermarlo – agiscono le cose celesti (...); o meglio, l'intero cosmo attua la sua intera vita muovendo in sé le sue due grandi parti e così perennemente muta la sua configurazione; ma le relazioni delle parti tra loro e con il tutto e le loro differenti posizioni producono come conseguenza altre modificazioni
(come nel movimento di un unico animale).

(Plotino, *Enneadi*, IV, 4, 33, 7-41, in Gasparotti, 2017, pp. 46-47)

Nel “cosmo danzante” ci collochiamo e da lì facciamo emergere la riflessione sul senso originario della danza come spazio per il pedagogico e per le professioni che incarna. La danza, il teatro, il canto, la pittura, la scultura, come tutte le forme di “scrittura”, sono da intendersi come modi del farsi vivi e della necessaria fatica del farsi sensibili, perché ciascuno possa sottrarsi dalla invisibilità e dalla incomunicabilità e uscire, spaziare in molti sensi, tracciando altre traiettorie generate dalle risposte al contatto con l’altro. Attraverso tali forme e pratiche sensibili, che chiamo “teatro” perché spazio di possibili incontri e di tracciati relazionali, è possibile aprire alla co-costruzione di ambienti di vita e partecipare del processo stesso del vivere. È possibile anche che questi spazi siano qualificati come ambienti di ricerca e sperimentazione per un sapere pedagogico che riconosce nell’azione quella dimensione da attraversare ed osservare per emergerne con una cognizione sempre altra sull’oggetto stesso della ricerca e sul suo valore metodologico. Il corpo-azione, la sua patetica materialità di natura intersoggettiva, e lo spazio-esperienza, fuori dai dogmi della de-finitezza, sono parte di un osservatorio vivo che utilizza la *performance live* come dispositivo di ricerca situata ed al contempo extra-ordinaria perché mutuata dal territorio artistico e dalla sua funzione artificiale. Essi disegnano e attualizzano ogni volta una metodologia danzante attraverso cui “fare educazione e formazione” assume il valore di un’arte totale, in grado di rispondere alla totalità dell’essere, nutrendone il groviglio perturbante e perturbato dal quale prova a generarsi autonomia del vivente. La ricerca metodologica centrata sull’azione assume dunque anche una sua sottesa dimensione politica, di una politica dell’educazione che provi a liberarsi dal gesto con-formante e dai territori già mappati per inciampare e generare vari-azioni o almeno traiettorie e “paesaggi” ulteriori.

In questo orizzonte ulteriore, la progettualità pedagogica decade a vantaggio di un agire situato che passa per quel corpo-vivente-danzante allenato alla sensibilità tattile che è il professionista della Cura, la figura di educatore-formatore che incorpora la cinetica e la tattilità del gesto formante e attualizza il suo tracciato sulla base di “potenziali” tutti da stanare, da “punzecchiare”. Il corpo-vivente-danzante è da intendersi come figura (mobile), dove astratto e concreto, materiale e immateriale, visibile e invisibile si ritrovano in un unico complesso

campo di indagine che coinvolge la formazione come processo trasformativo e investe i corpi nella loro co-essenzialità di sostanza e forma. Nell'educazione e nella formazione che ho riconfigurato qui in una prospettiva mobile e tattile, si fa significativa l'azione in forma di danza, teatro, canto, pittura, scultura e molto altro, perché assume il valore di "scrittura" e di messa in discorso che ne fa campo sociale di esperienza e conoscenza. Difatti, "L'azione, diversamente dalla fabbricazione, non è mai possibile nell'isolamento; essere isolati significa essere privati della facoltà di agire. Azione e discorso necessitano della presenza degli altri" (Arendt, 1958, p. 137). In questo senso le pratiche performative riconfigurano uno statuto epistemologico e metodologico che dà sostanza ad una pedagogia dell'azione (sensibile) la cui praticabilità sta in un differente statuto del sapere e dell'essere che emerge proprio dalla nozione di azione sensibile e di interazione, e dà forma all'ipotesi di estetica della formazione e alla più estesa ambizione di riconnettere, insieme con Dewey (1934), *Arte e Scienza*. Il farsi danzanti dei professionisti della formazione fa spazio alla possibilità di un lavoro pedagogico *in vivo*, che attualizza la poietica del gesto e segna l'uscita da Sé e l'incontro con l'Altro. Farsi danzanti è come agire il "sesto senso", *il senso del movimento*, per dirla con Berthoz (1997), e vivere quello stato dell'arte del corpo che allena alla presa e al farsi presente e muove all'azione. Farsi danzanti è pratica quotidiana di esistenza che allena al desiderio perturbante dell'Altro e apre alla materialità dell'accadere pedagogico. Farsi danzanti è mestiere del vivere mediato dalle figure nelle quali poter inciampare per levarsi e muoversi e realizzarsi come vivente/danzante. Il danzante è maestro, dunque, se si fa tafano che smuove alla trasformazione.

In questo tracciato, il sapere pedagogico che qui si viene configurando in forma di proposta epistemologica relativa alle pratiche dell'agire formativo, ha statuto decentrato e mobile: è un sapere che incorpora la cinetica e la tattilità del vivente ed emerge da una ricerca che interseca la materialità dei processi trasformativi e la matrice biologica di quei processi con la loro dimensione pedagogica, e può riconoscersi in una "teoria della complessità dinamica" (*ivi*, p. XI) che del pedagogico assume la necessità del farsi delle relazioni/conessioni. In nome della complessità dinamica va dunque anche ripensata la formazione *in itinere*, in azione, delle figure professionali a cui penso per

attualizzare e rendere viva la *cultura dell'educazione* cui quel sapere pedagogico tende: perché avverto come sempre più urgente riabilitare la sfera corporea, sensibile e performativa, per ridisegnare spazi e tempi della formazione in nome di una qualità relazionale che sia in grado di mobilitare il fare e la sua *energeia* sensibile.

RIFERIMENTI BIBLIOGRAFICI

- Arendt H. (1958), *Vita Activa. La condizione umana*, trad. it., Milano, Bompiani, 1997.
- Arendt H. (1978), *La vita della mente*, trad. it., Bologna, Il Mulino, 2009.
- Berthoz A. (1997), *Il senso del movimento*, trad. it., Milano, McGraw Hill, 1998.
- Bruner J. (1990), *La ricerca del significato*, trad. it., Torino, Bollati Boringhieri, 1992.
- Coccia E. (2011), *La vita sensibile*, Bologna, Il Mulino.
- Dewey J. (1934), *Arte come esperienza*, trad. it., Palermo, Aesthetica, 2009.
- Ermini F., Gasparotti R., Nancy J. L., Sala Grau N., Zanardi M. (2017), *Sulla danza*, Napoli, Cronopio.
- Gasparotti R. (2017), *Saggezza del danzare*, in F. Ermini, R. Gasparotti, J. L. Nancy, N. Sala Grau, M. Zanardi (2017), *Sulla danza*, Napoli, Cronopio.
- Merleau-Ponty M. (1946), *Il primato della percezione*, trad. it., Milano, Medusa, 2004.
- Nancy J. L. (1996), *Essere singolare plurale*, trad. it., Torino, Einaudi, 2001.
- Nancy J. L. (2017), *Rühren, Berühren, Aufrühr*, in F. Ermini, R. Gasparotti, J. L. Nancy, N. Sala Grau, M. Zanardi, *Sulla danza*, Napoli, Cronopio.
- Zambrano M. (1977), *Chiari del Bosco*, trad. it., Milano, Bruno Mondadori, 2004.
- Zambrano M. (1996), *Filosofia e poesia*, trad. it., Bologna, Pendragon, 2002.



Dora Maurer, *KV's 1st of may parade on artificial ground*, 1971

PARTE 2

APID®: scelte organizzative, comunità e prospettive internazionali

L'Associazione Europea DanzaMovimentoTerapia, tra storia e attualità

Abstract

Nell'articolo si fa un breve *excursus* storico dell'Associazione Europea di DanzaMovimentoTerapia, definendone la struttura, i principi e gli obiettivi e osservando il processo di crescita negli anni. Il CD APID® nel triennio 2018-21 ha preso coscienza che per rafforzare il senso di appartenenza era necessario che il delegato e il *deputy* facessero parte del Consiglio. Così, Ines Federica Tecchiati e Fernando Battista, nei rispettivi ruoli, documentano l'attività svolta in questi anni e il significato che ci porta, come Associazione Nazionale, ad aderire all'*European Association of DanceMovementTherapy* (EADMT).

Parole chiave: Europa, ricerca internazionale in DMT, riconoscimento governativo, partecipazione attiva.

The article aims to give a brief historical overview of the European Association of DanceMovementTherapy. Structure, principles and objectives are presented, as well as its growth process over the years, with particular regards to the three-year period 2018-21. APID® board became aware that in order to strengthen the sense of belonging, it was required for the delegate and the deputy to be part of the Board. Therefore, Ines Federica Tecchiati and Fernando Battista, as delegate and deputy, document the activity carried in recent years and the meaning that leads us as a National Association to join the European Association of DanceMovementTherapy (EADMT).

Keywords: Europe, international research in DMT, governmental recognition, active participation.

1. Un salto nella storia

La *European Association DanceMovementTherapy*¹ (EADMT) rappresenta le associazioni professionali nazionali di DanzaMovimento-

* In particolare il paragrafo 1 è stato curato da Fernando Battista e il paragrafo 2 da Ines Federica Tecchiati.

¹ Tutte le informazioni relative alla *mission*, alla storia e alle caratteristiche della

Terapia in Europa (incluso Israele), che lavorano attivamente per promuovere lo sviluppo della pratica professionale e il riconoscimento legale della professione. L'Associazione, inoltre, assicura e sostiene la qualità della pratica e dei corsi di DanzaMovimentoTerapia in Europa a garanzia di clienti, professionisti e istituzioni. L'EADMT mira a coltivare il rispetto reciproco della diversità e a favorire lo scambio e la collaborazione tra i paesi membri.

Nel 1994, durante la prima conferenza europea di DanzaMovimentoTerapia tenutasi a Berlino, è nata l'idea di realizzare una Rete tra le varie scuole di formazione, e l'anno successivo, nel 1995, Annelies Schrijnen van Gastel, interessata allo sviluppo professionale della DanzaMovimentoTerapia, istituì ufficialmente la Rete per lo sviluppo professionale di DMT cui presero parte Finlandia, Germania, Olanda, Svezia e Regno Unito. Da lì in poi, si sono tenuti incontri biennali che hanno riunito i Presidenti delle Associazioni Nazionali di DMT, i direttori delle scuole, e i ricercatori accademici. L'Italia fa il suo ingresso nel 1997 a Londra, insieme a Lussemburgo, Norvegia e Russia, partecipando al Convegno ECArTE (*European Consortium of Arts Therapies Education*) che ospitava l'incontro. La Rete assunse come *mission* quella di sviluppare la parità tra etica pratica, standard professionali e programmi di formazione in tutta Europa. Gli incontri della Rete hanno coinciso con le conferenze di ECArTE (*European Consortium of Arts Therapies Education*).

Nella primavera del 2007 l'APID®, l'Associazione Professionale Italiana DMT, ha ospitato un incontro a Bologna cui hanno partecipato i rappresentanti di tutte le Associazioni DMT europee che soddisfacevano determinati livelli di professionalità, come ad esempio alcuni criteri specifici per la formazione, la tenuta di un registro dei professionisti, l'attuazione di iniziative di formazione continua per professionisti e associazioni che stavano impegnandosi per – o avevano già conseguito – l'accreditamento e/o la regolamentazione da parte del DMT dagli organi istituzionali dei vari paesi.

Da questo *meeting* nasce la volontà di creare un'Associazione Professionale Europea di DanzaMovimentoTerapia (EADMT). I principali

EADMT sono state reperite dal sito ufficiale della Associazione, www.eadmt.com (ultima consultazione, novembre 2021).

aderenti al giovane e ambizioso progetto furono Italia, Regno Unito, Germania, Paesi Bassi e Grecia, che si impegnarono a versare dei fondi per sostenere il progetto consentendo di avviare il processo di costituzione e verificando i requisiti legali europei e le procedure necessarie per far nascere l'Associazione. Da tale incontro prese vita il primo Direttivo che vedeva al suo interno alcuni autorevoli esponenti della scena internazionale della DMT come Susan Scarth (Regno Unito), Vincenzo Puxeddu (Italia) e Susanne Bender (Germania).

Nel settembre 2007 a Tallinn, in Estonia, venne organizzato il 10° incontro della Rete, al quale presero parte 24 partecipanti in rappresentanza di 13 Paesi (Paesi Bassi, Spagna, Germania, Regno Unito, Estonia, Lettonia, Grecia, Russia, Finlandia, Svezia, Francia, Polonia e Repubblica Ceca) che concordarono sulla centralità dei temi trattati nel Convegno del 2007 a Bologna, dove vennero affrontati la regolamentazione accademica dei crediti e la parità dell'istruzione nel settore terziario in Europa. Per sostenere il lavoro del nuovo gruppo direttivo, la Rete istituì un comitato esecutivo *ad interim*, con gruppi di lavoro per coprire le attività di formazione, pratica professionale, ricerca, sito web. Al Direttivo *ad interim* della Rete: Penelope Best in qualità di Presidente (che assumeva una posizione neutrale anziché rappresentare una nazione), Heidrun Panhofer (Spagna), Zuzanna Pedzich (Polonia) e Klara Cizkova (Repubblica Ceca). Venne per la prima volta creato un sito web della Rete (www.european-dance-movementtherapy.eu) che aveva il compito di aggiornare gli aderenti sul processo di sviluppo. Venne concordato l'inglese come lingua comune. Nell'ottobre dello stesso anno l'Italia ospitò a Milano il primo Convegno della EADMT ancora in via di costituzione.

Il 26 ottobre del 2010, a Monaco di Baviera, nasce finalmente in modo formale l'EADMT, una Associazione che fa forza sulla comunione di tante diversità che la costituiscono per dare una unica voce europea alla DMT. La registrazione ufficiale è stata approvata dalla legge tedesca il 29 novembre 2011.

Durante il primo decennio della sua esistenza l'EADMT ha continuato a crescere e ha accolto dodici nuovi membri: Estonia, Austria, Finlandia, Slovenia, Croazia, Cipro, Israele, Lituania, Norvegia, Portogallo, Romania e Svezia hanno aderito alla Rete.

Le Assemblee Generali annuali sono ospitate ogni anno da un Paese

membro diverso e rappresentano un evento importante nella comunità, riunendo molti osservatori da tutti i Paesi. I workshop che si svolgono il giorno prima dell'Assemblea Generale rappresentano un importante scambio profondo di pratiche e di esperienze tra tutti i partecipanti.

Nel corso degli anni sono state organizzate tre conferenze EADMT: la prima “*Resilience within a Changing World*” si è tenuta in Lettonia a Riga nel 2014, la seconda “*Crisis, Creativity and Society*” si è tenuta in Italia a Milano nel 2016 e la terza “*Crossing Borders e l’In-Between. DMT at the Leading Edge*” si è tenuta in Grecia ad Atene nel 2018.

La DanzaMovimentoTerapia (DMT) è definita dall'EADMT come:

l'uso terapeutico del movimento per favorire l'integrazione emotiva, cognitiva, fisica, spirituale e sociale dell'individuo. La danza come movimento del corpo, espressione creativa e comunicazione, è la componente centrale della DanzaMovimentoTerapia. Basandosi sul fatto che la mente, il corpo, lo stato emotivo e le relazioni sono interrelati, il movimento corporeo fornisce contemporaneamente i mezzi di valutazione e le modalità di intervento per la DanzaMovimentoTerapia².

Una definizione, condivisa da tutti i membri, che vuole sottolineare l'azione creativa, comunicativa e terapeutica, avendo come riferimento l'interconnessione corpo-mente, convergendo su approcci teorici e pratiche terapeutiche basati sull'evidenza e l'utilizzo di strumenti di valutazione basati sul movimento. I recenti progressi scientifici (Stern, 2004; Gallese, 2001; Porges, 2009) arricchiscono il contesto teorico della DMT, supportando la validità della relazione danzamovimento terapeutica che attiva processi multimodali e creativi per facilitare il cambiamento e la crescita. Nel rispetto di tali premesse, gli obiettivi che l'Associazione si è posta riguardano:

- promuovere un'identità professionale europea (compreso Israele) per la DanzaMovimentoTerapia (DMT) nel rispetto della diversità culturale, sociale ed economica e dei diversi approcci;
- sviluppare e monitorare i requisiti per la formazione e la pratica DMT in Europa (compreso Israele);
- sviluppare e formulare i requisiti per diventare un'Associazione professionale DMT riconosciuta all'interno dell'EADMT;

² Dal codice etico della EADMT, <https://eadmt.com/eadmt/ethical-code> (ultima consultazione, novembre 2021).

- mantenere e aggiornare regolarmente gli standard europei comuni delle associazioni professionali DMT all'interno dell'EADMT;
- approfondire la ricerca e le opportunità di collaborazione in DMT e campi correlati;
- offrire opportunità di *networking* e dialogo per lo sviluppo di associazioni nazionali, corsi di formazione per lavorare verso il riconoscimento e il finanziamento a livello europeo della DMT come professione;
- chiedere la rappresentanza della professione DMT presso le autorità dell'Unione Europea e di qualsiasi altra autorità e/o organizzazione che si occupi direttamente o indirettamente di questioni relative alla DMT;
- indagare il potenziale scambio di docenti e studenti DMt in Europa (compreso Israele);
- supportare ogni altra attività che possa favorire il raggiungimento degli obiettivi di cui sopra.

Al fine di potenziare ed incrementare la conoscenza e le esperienze in determinati settori o aree ritenuti importanti per lo sviluppo professionale, l'Associazione ha creato, in base agli interessi dei soci e delle socie, dei *working groups* distinti per settore:

- *Communication*;
- *Conference*;
- *Global affiliation*;
- *Research*;
- *State recognition*;
- *Training standards*.

Diverse scelte e decisioni sono state effettuate in questi anni per la diffusione e il riconoscimento professionale. Tra queste un passo molto importante è stato compiuto per l'adozione dei criteri standard di formazione per gli Stati aderenti, ratificati dall'Assemblea Generale EADMT a Barcellona il 2 ottobre 2017. Lo scopo di tale passaggio è stato quello di garantire un livello minimo di criteri standard di formazione applicabili ai programmi di DanzaMovimentoTerapia in tutta Europa, in particolare per soddisfare le migliori pratiche e garantire criteri formativi di alta qualità ai professionisti europei. Poiché la DMT

viene insegnata in istituti di istruzione privati e universitari, l'EADMT desidera supportare entrambi i tipi di organizzazione per garantire che lavorino per l'adozione degli standard concordati entro il 2020.

L'EADMT aspira a far in modo che tutti i membri siano in possesso di questi standard minimi incoraggiando e sostenendo tutti i membri nei loro sforzi per far crescere la professione DMT nei loro Paesi.

Attualmente la presidenza del Direttivo dell'Associazione è tenuta dall'Italia nella persona di Vincenzo Puxeddu, affiancato da Imke Fiedler (Germania), Izabela Guzek (Polonia) e Elli Kita (Grecia).

I Paesi aderenti al momento sono 28 (Fig. 1) e auspichiamo che la nostra comunità possa estendersi ulteriormente per diffondere e valorizzare il lavoro della nostra professione a tutti i livelli e i campi di applicazione, creando un luogo di incontro e di scambio tra persone che non elimini le differenze, uno spazio delle pluralità, come suggerisce Hanna Arendt, che permetta di far dialogare le differenze.



Fig. 1: Mappa dei Paesi aderenti all'EADMT (<https://eadmt.com/eadmt-members/eadmt-map>).

2. APID® e EADMT – Triennio 2018-2021

La mia esperienza con EADMT risale, in realtà, alla partecipazione come allieva e poi formatrice, interprete e relatrice, nelle *Settimane Estive della DMT* a Villasimius (CA), fra il 1997 e il 2015.

L'Università Estiva, organizzata dall'attuale Presidente di EADMT, Vincenzo Puxeddu, aveva, fra i suoi grandi pregi, il merito di offrire un contesto d'incontri internazionale. Numerosi DMt provenienti da diversi Paesi europei (ma anche dagli USA e da Israele), erano invitati ad insegnare in un contesto estremamente piacevole e raccolto, dove, fra i turisti che godevano delle bellezze della costa marina sarda, si apprendeva, si sperimentava, ci si immergeva nella DanzaTerapia coniugata in molteplici approcci, linguaggi e lingue.

Qui, si è cominciato a pensare a una Rete che desse forza alla nostra Arte/Scienza, ancora troppo riservata a un pubblico selezionato.

Molti passi avanti sono stati fatti da allora, ma ancora altri devono necessariamente essere fatti.

Mi sembra importante, nel contesto del Convegno, approfondire cosa ha fatto il Consiglio Direttivo APID® nel triennio 2018-21 nella prospettiva europea.

Uno dei nostri prioritari obiettivi è stato coinvolgere tutti i soci APID® in modo più efficace e operativo, attraverso comunicazioni costanti fra il Consiglio Direttivo e l'Associazione Europea e, di conseguenza, sino al singolo socio, attraverso un lavoro regolare e capillare di comunicazione della delegata e del *deputy*.

I Convegni e le Assemblee Generali di EADMT avvengono sempre a inizio ottobre, in coincidenza con la settimana della DanzaMovimentoTerapia APID®, che si svolge in tutta Italia. Durante la mia partecipazione al Convegno EADMT di Lisbona e all'Assemblea Generale del 2019, sono avvenute trasformazioni significative: innanzitutto l'incontro, fino ad allora biennale, dal 2019 è diventato annuale. Chi si associa all'EADMT sa che dovrà rinnovare periodicamente le sue qualifiche e dovrà comunque tendere a raggiungere e garantire la qualità degli standard formativi e dell'ampliamento delle competenze nel rispetto delle specificità di ogni Stato e nutrendo confronti, scambi e collaborazioni.

La EADMT accoglie 3 livelli associativi: in ordine crescente, *Associate*, *Full Basic* e *Full Professional*, ma a breve se ne aggiungerà

un quarto, *Affiliate*, che consentirà anche a Stati extraeuropei, che condividono interesse e scopi relativi allo sviluppo e alla diffusione della DMT, di associarsi, pur mantenendo un potere associativo ma non decisionale.

L'Italia è sempre stata *Full member* e tale posizione deve essere riconfermata ogni 5 anni.

APID® ha quindi presentato, attraverso la raccolta di materiali operata dalla Presidenza, dalla delegata e dal *deputy*, con l'assistenza della segreteria APID®, tutti i materiali necessari a confermare il nostro ruolo come *Full member* in EADMT. Ciò significa anche l'inclusione in ruoli istituzionali e decisionali dell'Associazione.

Ad oggi l'EADMT conta 2182 soci fra i diversi livelli associativi.

È stato importante durante il nostro mandato portare ai/alle soci/e, con tempismo e regolarità, informazioni che dessero a tutti/e possibilità di maggiore partecipazione: per esempio, il far parte dei gruppi di studio è consentito a coloro che hanno una sufficiente conoscenza della lingua inglese e un'adequata competenza per i temi su cui si focalizza il gruppo di studio.

L'accettazione di Israele quale *Associate member* in EADMT, presentata dalla dott.ssa Hilda Wengrover, ha rappresentato un momento importante, anche in relazione alla nascita del Gruppo di Lavoro *Global Affiliation*, quale superamento di barriere e accoglienza degli aspetti più positivi e nutrienti del generale processo di globalizzazione.

Attualmente i *Work Group* sono:

- *Global Affiliation Group* (Jessica Heuvels);
- *State Recognition Group* (Vincenzo Puxeddu);
- *Training Standard Group* (Susan Scarth);
- *Conference Group* (Irina Tepuru/Rosamaria Rodriguez);
- *Research Group* (Rosemarie Sammaritter);
- *Communication Group* (Elli Kita).

Altre indicazioni utili da condividere con i/le nostri/e soci/e sono state la possibilità di utilizzare la pagina Facebook EADMT per eventi di livello scientifico, convegni, simposi in cui si è coinvolti, così come l'utilizzo della *server list* per stabilire e/o mantenere contatti più diretti con i soci delle Nazioni che fanno parte e segnalare le proprie iniziative.

La EADMT *contact list*, curata dal *Communication WG*, è un importante strumento di diffusione e condivisione di eventi, workshop, iniziative pubbliche e private dei soci pubblicati nella *newsletter* del sito EADMT (<https://eadmt.com/eadmt-members/full-basic#>).

Il gruppo di studio sulla ricerca ha messo a disposizione dell'EADMT un *database* di letteratura sulla DMT e una scheda (da richiedere alla segreteria dell'APID®) per presentare progetti di ricerca. Presentare progetti del nostro ampio operato che abbiano parametri e quindi validità scientifica ricadrà positivamente sui processi in atto sia nell'EADMT che nel nostro Consiglio Direttivo per perseguire un pieno riconoscimento governativo alla nostra professione.

Un aspetto importante per APID® è stato l'inserimento della nostra Associazione nelle liste del Ministero dello Sviluppo Economico. Questa lista include le professioni che, seppure ancora non dotate di un albo, hanno una regolamentazione a cui aderiscono, che corrisponde ai parametri della garanzia per *il consumatore*. Questo ci pone come interlocutori del Governo in materia di DMT italiana. Durante il nostro mandato abbiamo sottoposto alle Scuole di Formazione in DMT, accreditate da APID®, un questionario che rappresenta gli standard formativi posti in atto nella Scuola.

Una prima elaborazione dei dati del questionario sullo stato dell'arte in questo senso è stata fornita dal gruppo di studio sul Riconoscimento Professionale dell'EADMT.

Nel Gruppo sugli Standard Formativi (*Training Standards Working Group*) è attualmente in corso un confronto relativo alle procedure di affiliazione, sia personale che come EADMT, a EAP, *European Association for Psychotherapy* (<https://www.europsyche.org/>).

L'EAP è un'Associazione di professionisti della psicoterapia che ha lo scopo di garantire gli standard etici, formativi e clinici della psicoterapia in Europa e di rendere questa professione visibile anche a livello governativo. Questo, al momento, non costituirebbe un vantaggio significativo per APID®, mentre alcune giovani associazioni europee, come quella estone, polacca, ungherese, sembrerebbero avere un riscontro molto utile, anche a livello nazionale, da questa affiliazione.

Le diversità di regolamentazione interne a ogni Paese, hanno il loro peso, in questo senso. Un dialogo aperto e collaborativo, come quello sempre in atto in EADMT, ha l'obiettivo di mantenere all'interno di

ciò che è una confederazione, possibilità e limiti nazionali, sostenendo tutte le opportunità al fine di *mantenere la rotta* dell'obiettivo comune di un riconoscimento governativo per la nostra professione.

Per concludere presentiamo un quadro della situazione attuale nei Paesi europei che fanno parte dell'EADMT:

- *Nazioni con totale riconoscimento governativo della professione di DanzaMovimentoterapeuta e Arteterapeuta*: Lettonia (Ministero della Salute), Svizzera (*Ministry of Well-being and Education*), Olanda (*Ministry of Education, Research and Innovation*);
- *Nazioni con parziale riconoscimento*: Germania (*Ministry of Health*, con alcune specifiche), Italia (Ministero dello Sviluppo Economico – MISE; CoLap), Regno Unito (*HPC Government body*; UKP – *United Kingdom Council for Psychotherapy*);
- *ancora all'inizio del processo di riconoscimento*: i rimanenti 17 Paesi.

2.2 I LABORATORI

MARIATERESA CANCELLI

Laboratori “cuore pulsante”

L'intimità ha bisogno del cuore di un nido.

(Bachelard, 2015, p. 92)

Abstract

Iniziando dalla definizione di cosa è un laboratorio, scopo di questo articolo è far conoscere le peculiarità dei laboratori di DanzaMovimentoTerapia e il ruolo che questi svolgono all'interno di un Convegno di DanzaMovimentoTerapia APID®. Si mette in evidenza il fatto che il Convegno APID® 2021 ha subito un grosso cambiamento sia nella preparazione della comunicazione della parte verbale dei relatori e delle relatrici, sia nella predisposizione e nello svolgimento dei laboratori che hanno dovuto confrontarsi con la grande sfida di essere condotti online; si rileva, inoltre, come la magia della danza sia riuscita, nonostante la lontananza, a creare egualmente la sensazione di una vicinanza condivisa.

Parole chiave: laboratorio, DMT, spazio corpo, movimento, gruppo.

Beginning by definition of what a workshop is, the purpose of this article is to give voice and to bring to attention the peculiarities of the workshops of DanceMovementTherapy and the role that these ones have inside a DanceMovementTherapy APID® meeting. We highlight that the meeting APID® 2021, which has suffered a big change, both in the preparation of the communication of the verbal part, both in the planning and development of the workshops that had to face the great challenge of being led online; we underline, moreover, how the magic of dance was able, despite the distance, to create the sensation of a shared closeness.

Keywords: workshop, DMT, space, body, movement, group.

In un Convegno di DanzaMovimentoTerapia APID® i laboratori sono il cuore pulsante dell'incontro, sono la vibrazione e il ritmo che animano e accompagnano le parole e i contenuti, sono una parte esperienziale, viva, che si nutre del “sapere del movimento del corpo” nell'incontro con sé e con l'altro. Sono proposti sia come formazione

specifica per i DanzaMovimentoterapeuti (DMt) sia come percorso che può attivare un processo di crescita, di consapevolezza per persone che si avvicinano all'argomento per la prima volta. Le "differenti anime" che compongono i professionisti DMt APID® provengono da Scuole con diversi *training* formativi che fanno riferimento a vari modelli teorici, come si può leggere sul sito dell'Associazione Professionale Italiana DanzaMovimentoTerapia (<http://www.apid.it>), appartenenti a scuole distribuite su tutto il territorio italiano, che rispondono a dei criteri che APID® nel proprio Statuto ha riconosciuto. Questa diversificazione di modelli teorici di DanzaMovimentoTerapia permette che ci siano molteplici modalità per ideare e proporre un laboratorio, stimolando uno scambio arricchente e fornendo una visione ampia di quello che la DanzaMovimentoTerapia, come professione specifica, può offrire nei diversi ambiti di intervento.

Cercando la definizione di laboratorio, il termine viene descritto come un "locale che fornisce condizioni controllate nelle quali possono essere eseguiti esperimenti scientifici, ricerche e misure" e ancora

un laboratorio, dal latino medievale *laboratorium*, (derivato da *laborare* ovvero lavorare) è un edificio o un locale attrezzato dedicato allo studio di un determinato argomento, non necessariamente scientifico. I laboratori sono anche locali, spazi comuni o privati dove gli artisti creano, studiano, sperimentano nuove tecniche e idee (<http://www.it.m.wikipedia.org>).

Un altro termine equipollente utilizzato molto in questi anni è *workshop*

composto da *work* «lavoro» e *shop* «bottega», che significa prop. «laboratorio» e, in senso figurato, un gruppo di lavoro collettivo su uno specifico argomento (originariamente detto di laboratori teatrali e artistici, poi usato estensivamente anche per seminari di studio e convegni) (<http://www.treccani.it>).

Utilizzerò in questo articolo il termine laboratorio per descrivere sia il luogo fisico, sia la modalità in cui la parte teorica e la parte pratica della DMT sono presentate in un Convegno. Il laboratorio di DMT è un contesto in cui si sperimenta e si entra in relazione con il processo creativo, con l'attimo che crea e produce trasformazione. L'argomento oggetto del Convegno è presentato negli interventi dei relatori e delle

relatrici, trova la sua espressione partecipativa nelle possibilità di esperienza, attraverso il movimento del corpo e della danza, di dare spazio all'immaginazione e all'incontro con vissuti personali e con i vissuti del gruppo.

La danza è la struttura del movimento e la struttura del movimento è la base della vita. Come espressione artistica essa è forse la più antica ed è quella che più ci lega indissolubilmente alla natura. Il muoversi ed il lasciarsi muovere dal movimento stesso è parte degli esseri umani e noi, partecipando a ciò, entriamo nel campo energetico della vita stessa e, attraverso l'empatia corporea possiamo dividerne il mistero. [...] Attraverso la danza terapia è possibile risalire ad una cosmogonia dell'universo umano nella sua quotidianità di corpo in movimento, e attraverso il movimento è possibile avvicinarsi a quella danza interiore che è espressione della realizzazione del sé e della nascita della dimensione simbolica. [...] La danza terapia non ricerca la bellezza del gesto ma la sua forza comunicativa, non insegue la complessità coreografica ma l'abbandono al momento della creazione attingendo alle tracce incise nella memoria del corpo, il soggetto interprete del movimento ha la possibilità di assimilare elementi che favoriscano e alimentino anche una trasformazione psichica (Govoni, 1992, pp. 68-70).

Ecco che "la casa-corpo" necessita di un luogo che contenga e delimiti. La casa corpo: "Metafore che accolgono il corpo umano, l'anima umana, ma la trasposizione all'umano avviene immediatamente, non appena si assume la casa in quanto spazio di consolazione e di intimità, in quanto spazio che deve condensare e difendere l'intimità" (Bachelard, 2015, p. 75).

Quando parliamo del corpo non ci limitiamo a parlare del corpo come di una perfetta organizzazione anatomica o fisiologica, ma ci rivolgiamo al corpo "psichico", al "corpo dell'immaginazione", individuazione di un cosmo in cui sia il mondo fisico che quello psichico confluiscono e dove entrambi perdono i loro confini, per fondersi in una totalità significativa. [...] La conoscenza del nostro corpo dipende più che altro dalle nostre azioni. Senza azione è praticamente impossibile comporre un'immagine corporea, poiché è il movimento che consente di unire le varie parti del corpo e di coordinarle con gli oggetti e le persone del mondo esterno. [...] Lo spazio corporeo porta con sé la traccia di elementi affettivi, di sentimenti personali, di bisogni so-

ciali, e il movimento è quella traccia e quell'origine del proprio modo di esistere nel mondo. Nelle forme e sequenze dei nostri movimenti, nelle posture dei corpi, nelle traiettorie tracciate nel corpo, nello spazio, nei ritmi con cui entriamo in relazione con il mondo e le sue cose, è iscritta la storia personale e la modalità simbolica con cui si rappresenta. Il nostro corpo, scrive Claire Schmais, parla di come siamo stati toccati da bambini, di quanta libertà abbiamo avuto, le persone che abbiamo amato, i ruoli che abbiamo assunto, le fatiche e i dolori che abbiamo dovuto affrontare. Ciò che abbiamo imparato e ciò che abbiamo dovuto nascondere, la forza dei nostri desideri e la rinuncia a questi [...]. Il corpo nel suo narrarsi, attraverso il movimento, crea e individua lo stile della sua trama, in cui i fili della biografia personale si intrecciano con l'assai più vasto ordito dell'immaginario collettivo (Pieraccini, 1992, pp. 82-83).

Il laboratorio “si fa stanza”. Spazio-stanza, metafora di spazio reale e spazio psichico, uno spazio dove diviene possibile, nell'intimità del proprio “luogo-cuore”, l'esplorazione, la ricerca, lo svolgersi e la trasformazione di un'esperienza danzata. I professionisti DMt che preparano il Convegno pongono molta attenzione alla scelta del luogo dove si svolgeranno i laboratori; è necessario tenere conto di alcune caratteristiche strutturali importanti che potrebbero condizionare o meno la buona riuscita dell'esperienza corporea. Lo spazio-stanza deve avere un'ampiezza che contenga un buon numero di partecipanti, un pavimento che permetta la “discesa a terra dei corpi”, dove si possano sperimentare le diverse posture, un buon impianto per la musica, a seconda delle stagioni la possibilità o meno di avere riscaldamento o aria condizionata, una buona luminosità o la possibilità di aprire le finestre. Il laboratorio è il luogo che accoglie come un “nido”. Accoglie il corpo danzante o in movimento e la voce esterna di un altro corpo che guida fornendo le basi per sperimentare e creare nuove danze condivise. A volte tutto questo non coincide con lo stesso luogo, allora nello spirito intrinseco del laboratorio si attivano creativamente delle soluzioni.

La natura stessa del laboratorio pone l'attenzione sulla sperimentazione e sulla “relazione” che crea un rapporto attivo tra chi partecipa e chi conduce e anche con chi organizza l'evento. Il laboratorio, con il suo svolgersi attraverso il lavoro in gruppo, assume una forma che permette a tutti i partecipanti di sentirsi parte attiva del momento, utilizza una modalità dove ogni partecipante può “essere visto” e accompa-

gnato ad entrare in relazione con il proprio movimento. Non è una lezione frontale con un rapporto insegnante-allievo, ma un luogo in cui accadono delle relazioni nel qui ed ora, nascono interazioni che coinvolgono non solo la persona singola, ma anche il gruppo che partecipa. I livelli di esperienza diventano quindi stimolo e possono essere condivisi, è il gruppo che diventa contenitore dell'esperienza ed è il lavoro in gruppo che crea una dimensione per una crescita emotiva ed espressiva. Il laboratorio come luogo dove si fondono rituali più antichi nati ai primordi della medicina, con le nuove pratiche. Scrive Bellia:

In principio era il gruppo. [...] Il coreografo fa danzare su una scena totalmente nuova il corpo delle generazioni, fa rivivere in nuove forme i cerimoniali di antiche tradizioni. [...] Nella pratica della danzamovimentoterapia, la costitutiva gruppaltà dell'uomo assume evidenza corporea [...], il corpo attivamente protagonista è luogo eminentemente culturale, deposito e crogiolo di rappresentazioni collettive. [...] Ho sempre trovato il rito un paradigma particolarmente suggestivo e pragmaticamente utile a proposito del *setting* di danzamovimentoterapia. Ogni rito è un sistema di aggregazione, di vincolo allo scambio e di facilitazione di un mutamento evolutivo. Esso configura un quadro culturalmente determinato e condiviso per lo svolgersi di azioni che vi acquistano valenza fortemente simbolica. Nel rito una realtà spirituale collettiva impone la sua forza transpersonale alle azioni del singolo. Il *setting* del [gruppo] di danzamovimentoterapia può essere paragonato a un quadro rituale nella misura in cui fonda e continuamente ri-fonda il campo gruppale; in quanto stabilisce le consegne con le quali si intende promuovere, in un contesto "protetto", il processo creativo, la ricerca esplorativa e la funzione terapeutica (Bellia, 1995, 2000, 2001).

Nei laboratori e nel lavoro di gruppo di DanzaMovimentoTerapia "la relazione con il proprio corpo, con il proprio sé non può astrarsi dalla relazione con gli altri. Il gruppo, perciò, crea la dimensione indispensabile per una crescita emotiva ed espressiva essenziale all'integrazione del sé" (Puxeddu, 2001, 2004).

La programmazione di un laboratorio di DanzaMovimentoTerapia, come già accennato, oltre ai contenuti e al luogo spazio, necessita di un tempo. Un tempo, una durata che contenga e fornisca la possibilità di entrare in contatto con ciò che viene proposto; di consueto la durata per un Convegno è di un'ora, in modo che si permetta ai partecipanti

di sperimentare più laboratori differenti nell'arco della giornata. Alcuni conduttori di laboratorio utilizzano materiali che facilitano il processo dell'esperienza, per esempio materiali morbidi (cuscini, stoffe, palle di spugna, palloncini, piume, carta crespata), oppure materiali più duri (cerchi, palle di gomma, bastoni, ecc.), oppure ancora materiali artistici (creta, cartoncini, pennarelli, pastelli, tempere, fogli di giornale da ritagliare, fotografie) per sperimentare anche un'espressione grafica rispetto a ciò che è avvenuto con il corpo e il movimento. Altri ancora utilizzano la musica o con strumenti dal vivo o con pezzi musicali registrati scelti in funzione e a sostegno dell'argomento del Convegno e del laboratorio.

Marian Chace (1896-1970), una delle pioniere della Danza MovimentoTerapia, diede molta importanza alla comunicazione dei sentimenti nel contesto dell'interazione di gruppo. Si serviva della musica di un fonografo per rispecchiare, presentare ed elaborare differenti stati d'animo. La scelta dei brani musicali durante la seduta è in armonia con il tono emotivo prevalente nel gruppo.

Per guidare il gruppo, prendeva i temi di movimento dai singoli pazienti e finiva per farli diventare parte del suo stesso corpo. Spesso parlava mentre danzava, e riecheggiava parole e frasi, ampliando e trasformando ritmicamente sia la verbalizzazione sia l'azione fisica. (Chodorow, 1991).

Il Convegno APID® del 2021 è stato ideato e pensato con laboratori che hanno visto un cambiamento di stato, che ha richiesto un lavoro di composizione, di ricerca e di fruizione differente al solito modo di concepire un laboratorio. Il diffondersi della pandemia mondiale di COVID-19 ha apportato notevoli restrizioni in ambito sociale per ottenere un controllo contro la diffusione del virus e mantenere un livello di sicurezza per la salute delle persone. L'obbligo del distanziamento sociale ha fatto sì che venissero scardinate le regole principali di un laboratorio. Fino al 2020 lo svolgimento di un laboratorio era presenza in un luogo d'incontro, era corpo e movimento in contatto, era ricerca di corpi che danzano assieme e insieme, erano scambio e confronto, erano il donarsi nella danza, era relazione. Si respirava il profumo della sala di danza dove avveniva l'incontro. Si entrava in un mondo dove il pavimento sapeva accogliere i corpi. Fino ad ora i laboratori erano sguardi e voci che, nell'attesa dell'incontro, scambiavano pensieri, im-

magini, racconti di vita. Tutto questo ha subito un grande cambiamento ed è stato necessario modificare e adattarsi a un nuovo modo di incontrare le persone che ha richiesto nuove riflessioni e l'aiuto della tecnologia. Il laboratorio in presenza è diventato laboratorio online, nuove parole per descrivere il laboratorio si sono aggiunte al vocabolario comune, come webinar¹ e da remoto.

Organizzare i laboratori online per il Convegno del 2021 è stata una sfida che il Direttivo APID® ha accolto e accettato. L'impegno a trovare nuove forme di comunicazione e di relazione in cui il corpo, la danza e il movimento potessero esprimersi in un contesto così limitato e in un momento così delicato, ha fornito lo spunto per nuove riflessioni e aperto ricerche sul campo. Dicevamo che la natura intrinseca a un laboratorio è quella che nasce da una relazione tra chi conduce e i partecipanti, dove il senso del gruppo e della condivisione crea una "coreografia" in cui la risonanza reciproca dei movimenti dei partecipanti genera una nuova forma con uno specifico profilo temporale, ritmico e di intensità, come in una sinfonia complessa. Nell'approccio online si aggiungono ulteriori elementi, come mezzi tecnici il computer o il cellulare, che possono disturbare o arricchire l'incontro, la buona o scarsa connessione Internet, per esempio, può a volte condizionare la comunicazione. Il qui ed ora dell'incontro in presenza si è trasformato in lontano, uno scorrere nello spazio e nel tempo, racchiuso dentro uno spazio "teatrale virtuale", ognuno nella propria casa, con il proprio computer, distanti.

La creatività ha sostenuto i conduttori dei laboratori nel proporre il proprio lavoro, grazie anche alla presenza dei tecnici che hanno permesso i collegamenti. Dalle finestrelle del computer è stato possibile ascoltare, osservare e ricevere la comunicazione della magia delle danze create dai partecipanti, danze che hanno dato luogo a connessioni e risposto al profondo desiderio di scambio. Si sono create nuove

¹ Il termine webinar è un neologismo nato nella lingua inglese dalla fusione di *web* e *seminar*. In lingua italiana è traducibile come "seminario in rete". Il seminario in rete è usato per condurre riunioni, corsi di formazione o presentazioni, nei quali ciascun partecipante accede da un proprio computer ed è connesso con gli altri partecipanti tramite Internet. I webinar sono un sistema interattivo dove i partecipanti possono interagire tra loro e con il coordinatore (auditore) del seminario tramite gli strumenti disponibili dai sistemi di videoconferenza (<http://www.it.m.wikipedia.org>).

vicinanze, nella lontananza virtuale e remota, scambi di sinergie in movimento e in ascolto attraverso i volti e lo sguardo dei numerosi partecipanti che hanno accettato di sperimentarsi nel virtuale. Il collegamento da remoto ha permesso a tutti i DanzaMovimentoterapeuti italiani di potersi incontrare e di dare voce a questa comunità fatta di persone, di gesti e di parole, in un momento in cui non si poteva viaggiare e non ci si poteva riunire.

Nella solitudine della propria casa il limite della lontananza e l'assenza di contatto con altri corpi danzanti, non ha fermato la capacità sana e umana di creare. Ogni DanzaMovimentoterapeuta ha risposto alla necessità personale di far nascere e rinascere movimenti, di contattare le proprie emozioni trasformandole in nutrimento, rappresentando e rendendo visibile il movimento del corpo come espressione anche psichica, sentendosi uniti in un grande rito finale dove danze e parole hanno dato voce al profondo bisogno umano di comunicare, di restare in relazione e di sentirsi parte di un tutto. Nei saluti finali rimane l'eco e risuonano parole profonde, diventa quasi faticoso salutarsi, si ritardano i saluti e gli abbracci virtuali diventano lo specchio ed evocano il ricordo di incontri trascorsi, nell'attesa fiduciosa di potersi in futuro riabbracciare.

L'universo non ha un centro,
ma per abbracciarsi si fa così:
ci si avvicina lentamente
[...]
Poi allargando le braccia,
si mostra il disarmo delle ali,
e infine si svanisce,
insieme, nello spazio di carità
tra te
e l'altro.

Livia Chandra Candiani

RIFERIMENTI BIBLIOGRAFICI

- Bachelard G. (2015), *La poetica dello spazio*, Bari, Dedalo.
- Bellia V. (1995), *Danzare le origini. Expression Primitive, oltre la danzaterapia*, Catania, CUECM.
- Bellia V. (2000), *Danzare le origini. Elementi di DanzaMovimento-Terapia espressiva*, Roma, Edizioni Scientifiche Ma.Gi.

- Bellia V. (2001), *Dove danzano gli sciamani. Il setting nei gruppi di DanzaMovimentoTerapia*, Milano, Franco Angeli.
- Bellia V. (2004), *Il Gruppo di DanzaMovimentoTerapia. Spazio interpersonale per la danza transpersonale*, in A. Adorisio, M. E. Garcia (a cura di), *APID. Modelli e pratiche nell'esperienza italiana*, Roma, Edizioni Scientifiche Ma.Gi.
- Candiani L. C. (2014), *La Bambina Pugile ovvero La precisione dell'Amore*, Torino, Giulio Einaudi.
- Chodorow J. (1991), *Danza Terapia e psicologia del profondo, l'uso psicoterapeutico del movimento*, Como, RED.
- Govoni R. M. (1992), *Processo coreografico e di trasformazione*, in M. Belfiore, L. M. Colli (a cura di), *Quaderni di Arte Terapia, Almanacco di un decennio*, Bologna, Art Therapy Italiana.
- Nocentini A., Pieraccini P. (1992), *Forma e Trasformazione*, in M. Belfiore, L. M. Colli (a cura di), *Quaderni di Arte Terapia, Almanacco di un decennio*, Bologna, Art Therapy Italiana.
- Puxeddu V. (2004), *Danzamovimentoterapia integrata*, in A. Adorisio, M. E. Garcia (a cura di), *APID. Modelli e pratiche nell'esperienza italiana*, Roma, Edizioni Scientifiche Ma.Gi.

Essere tridimensionali in uno spazio bidimensionale: dal contatto fisico a quello percepito

Abstract

Il Congresso Nazionale APID® 2021 ha creato la cornice ideale per raccontare e sperimentare insieme, all'interno di un contesto professionale e di confronto, una serie di riflessioni nate dal lavoro fatto in modalità online con la *Compagnia della Mia Misura*, un progetto di integrazione e inclusione sociale di persone con disabilità. Il nostro obiettivo è stato quello di condividere le considerazioni fatte sulla funzionalità di alcune metodologie attive applicate nel periodo della pandemia e utili alla conduzione di gruppi di DanzaTerapia integrati in modalità online.

Parole chiave: inclusione, disabilità, pandemia, danza, metodologie attive.

The APID® National Congress 2021 has created the ideal setting to dialogue and experience together, within a professional and mutual confrontation, a series of reflections born from the work carried out online with the *Compagnia della Mia Misura*, a project for the integration and social inclusion of people with disabilities. Our goal was to share some of the considerations we made on the effectiveness of some methodologies we have applied during the pandemic period, and we found useful in leading integrated dance therapy groups online.

Keywords: inclusion, disability, pandemic, dance, active methodologies.

1. Il progetto inclusivo della *Compagnia della Mia Misura*

La *Compagnia della Mia Misura* è una compagnia di teatro danza formata da danzatori non professionisti e con diverse abilità. È nata nel 2011 dal desiderio di sviluppare un progetto inclusivo attraverso l'arte e, per tale motivo, abbiamo posto l'accento sull'aspetto artistico della DanzaMovimentoTerapia, considerandolo come parte sostanziale dell'opportunità riabilitativa, di consapevolezza e di trasformazione che la DanzaTerapia offre in tutti coloro che la praticano.

Le finalità del nostro progetto si legano principalmente alla possi-

bilità di esprimersi ed esprimere le proprie potenzialità, le proprie risorse, quello che siamo davvero, nonché di conquistare una visibilità e una partecipazione attiva nella società. Questo aggiunge all'approccio somatico e psicocorporeo gli aspetti dell'espressione creativa di ognuno, della proposta artistica e coreografica rivolta al mondo esterno e quindi delle tematiche di integrazione ed inclusione sociale come obiettivi del nostro lavoro attraverso laboratori e spettacoli. Proprio per questi motivi le attività vengono proposte in spazi comuni, aperti a tutti i cittadini e non dedicati solo a persone con disabilità.

Attualmente la Compagnia è frequentata da circa 30 persone con e senza disabilità. Da subito abbiamo chiesto una partecipazione al progetto che esuli dai ruoli di educatore e/o di operatore sociosanitario a sostegno della persona con disabilità, quindi senza ruoli specifici all'interno del gruppo, ma pur mantenendo la sensibilità e le competenze che ci caratterizzano: tutti condividiamo la passione per la danza, il teatro e il desiderio di mettere in scena temi e racconti che possono contribuire ad una riflessione per la comunità. L'appuntamento settimanale è il laboratorio di teatro danza dove all'interno si esplorano i principi del movimento che provengono dalle teorie e tecniche della DanzaMovimentoTerapia e dell'educazione somatica *Body Mind Centering*. Sperimentiamo il movimento, la comunicazione e le relazioni con gli altri e con l'ambiente attraverso il contatto, i sensi, la percezione, l'esperienza del ritmo e della musica, ma soprattutto mettiamo in gioco le nostre risorse espressive utilizzando l'improvvisazione che, nella danza, è il movimento che nasce dall'interno, nell'area intuitiva, e che è l'espressione delle elaborazioni del proprio sentire.

Il punto di partenza del nostro lavoro può essere riassunto dalla famosa frase di Marian Chace "andare verso l'altro dove lui è" e si inserisce principalmente all'interno della cornice teorica di questa Danzaterapeuta americana, attraversando i concetti dell'"essere visti per quello che si è", di "stare e dare forma a quello che c'è e che emerge nel gruppo di DanzaMovimentoTerapia" (Chaiklin, 1975).

Il progetto è cresciuto dentro questi concetti, sviluppando una metodologia di conduzione dei gruppi integrati di DanzaTerapia e nella costruzione di spettacoli. Una crescita che è avvenuta in modo graduale e nel rispetto dei tempi di ognuno all'interno del gruppo e che ci ha dato molti riscontri positivi incoraggiandoci anche a cogliere l'oppor-

tunità di aprire lo sguardo su altre realtà simili alla nostra a livello nazionale ed europeo.

Infatti, un altro capitolo importante del nostro progetto è rappresentato dai viaggi e, in particolar modo, dalla partecipazione ai progetti europei, attraverso cui abbiamo avuto l'opportunità di conoscere realtà nell'ambito della danza e delle diverse abilità. Abbiamo incontrato compagnie di danza integrate a Londra, Berlino, Parigi e in Portogallo e abbiamo attivato collaborazioni preziose che hanno rinforzato le nostre competenze e realizzato gli obiettivi inclusivi che ci eravamo preposti.

2. Riflessioni attraverso la pandemia e nuove modalità di lavoro

Fase 1 – La sfida

A marzo 2020 eravamo in piena attività per portare in scena la nuova produzione dal titolo “Io sono anche un noi”, basato sulla ricerca della propria identità attraverso il costume di scena, un tema complesso e ricco di momenti significativi a cui stavamo lavorando da due anni. Ma l'arrivo della pandemia ha creato una battuta d'arresto molto pesante. Le restrizioni iniziali di rimanere a casa ci hanno spiazzate e, inizialmente non consapevoli dei reali tempi che la situazione pandemica avesse dettato, ci siamo ritrovate ad interrompere la nostra attività con la Compagnia senza alcuna alternativa.

Eravamo circondate dal tema della possibilità di lavorare da remoto, ma come potevamo trasferire il nostro lavoro in modalità online?

Le domande erano molte, legate sia alla conduzione che ai contenuti. Ci chiedevamo soprattutto se le persone con disabilità potessero mantenere un'attenzione duratura davanti ad uno schermo e come avrebbero potuto reagire di fronte ad un video con tanti volti. Potevamo solo fare ipotesi rispetto a come avrebbero percepito la relazione e la complessità delle relazioni, essendo noi un gruppo numeroso. E poi come coinvolgerle nell'aspetto percettivo, sensoriale, creativo, motore della nostra ricerca, ma soprattutto come proporre esperienze di movimento e improvvisazione pensandole singolarmente nelle loro case e non conoscendo gli spazi da cui ognuno si sarebbe connesso?

A tutto questo si aggiungeva la necessità di mantenere un legame con quello che si faceva “prima” e che era stato interrotto bruscamente. Quindi, fare proposte diverse maggiormente adeguate al nuovo mezzo e, allo stesso tempo, mantenere una continuità, è stata una sfida che ci

ha messo di fronte a diverse fasi di accettazione, elaborazione e sperimentazione personale, di confronto per sviluppare una proposta che fosse creativa, adeguata ed efficace rispetto ai nuovi strumenti a disposizione.

Fase 2 – L'organizzazione per ripartire in modalità online

Dopo esserci documentate anche con video e partecipato a webinar e lezioni esperienziali di movimento, abbiamo deciso di tentare il lavoro online. Siamo partite innanzitutto da un contatto con i genitori dei ragazzi per conoscere le risorse e le competenze tecniche che ogni famiglia avesse a disposizione e non neghiamo che, purtroppo, non tutti hanno potuto partecipare proprio per la difficoltà delle persone intorno a loro, spesso troppo lontane dal sapere tecnologico. Con molti di loro ci siamo sentiti singolarmente, mandato e-mail e link di prova. Un inizio organizzativo complesso anche per noi conduttrici che ci siamo ritrovate tra cavi, computer, e televisori oltre che a studiare piattaforme che fossero efficienti per avere una buona visione di tutti i partecipanti. Ma alla fine ce l'abbiamo fatta.

La prima connessione con la Compagnia è stata emozionante. Ri-vederci tutti, genitori compresi, ci ha messo in contatto con quanto ci eravamo mancati. Tante voci e immagini parziali di volti, camerette e saloni, si intrecciavano in questo spazio virtuale che ci faceva incontrare di nuovo. Da subito abbiamo capito che la prima cosa da fare era educare tutti all'uso del microfono e all'uso dello schermo. È stato interessante iniziare a giocare con questo nuovo strumento (computer, tablet o smartphone) scoprendone caratteristiche peculiari o nuove potenzialità (come alternare la distanza dallo schermo avvicinandosi e allontanandosi da questo) e nuove regole di convivenza (imparare ad accendere e spegnere i microfoni, parlare uno alla volta, ecc.).

Fase 3 – La conduzione del laboratorio di teatro danza da remoto

Per iniziare, abbiamo deciso di ripartire da ciò che conoscevamo molto bene, ovvero la struttura ormai consolidata delle nostre lezioni in presenza, suddivise in momenti distinti di attenzione al corpo e al movimento (riscaldamento, improvvisazione su un tema, danza con gli oggetti) e intervallate da momenti di scambio verbale e riflessione sull'esperienza. Ognuno di questi momenti ha una sua funzione particolare che contribuisce alla costruzione di un percorso integrato che dà stabilità e sicurezza, pur permettendo la varietà delle proposte.



Fig. 1: Sorrisi in camera

La prima parte del riscaldamento (rientrare in contatto con il proprio corpo e le sue possibilità motorie, nonché aprire lo sguardo alla presenza degli altri e del gruppo) prevedeva la possibilità di giocare proprio con lo schermo: avvicinare alcune parti del corpo alla telecamera (viso, occhi, naso, bocca, ma anche le mani e giocare con le espressioni del viso) per metterle in evidenza (Fig. 1); allontanarsi gradualmente dallo schermo e svelare altre parti del corpo (come il bacino, le gambe e addirittura i piedi) notando come la nostra immagine diventasse piccola quando ci allontanavamo e grande quando ci avvicinavamo allo schermo¹. L'obiettivo di questo lavoro era quello di diventare maggiormente consapevoli della propria percezione, giocando creativamente tra spazio reale e spazio virtuale. In aggiunta a questo, individuare uno dei compagni sullo schermo e indicarlo con il dito permetteva di focalizzare l'attenzione su un punto preciso e di non disperdersi nella griglia delle tante figure visualizzate, creando così delle coordinate di riferimento per orientarsi nello spazio virtuale.

¹ Quando stavamo preparando lo spettacolo "Luci nel buio" (rappresentato poi al Teatro Golden di Roma il 18 marzo 2017) avevamo fatto una cosa simile: due persone si incontravano, giocavano e danzavano con la propria ombra e le sue dimensioni, avvicinandosi e allontanandosi dal telo su cui era proiettata, creando e raccontando con le immagini.

Qui diventa fondamentale il processo di orientamento (cfr. Odgen, 2012) sia a livello implicito (come cambiamento mentale, interno, dell'attenzione da uno stimolo ambientale all'altro) che a livello manifesto (le azioni fisiche, visibili, in cui dirigiamo gli organi di senso verso uno stimolo ambientale), concedendosi momenti di avvicinamento e momenti di maggiore distanza, in relazione a quanto percepiamo come sicuro, possibile, comodo. Questo processo ci consentiva di comprendere l'informazione proveniente dall'ambiente e di organizzare successivamente percezione, azione e comportamento, ed era fondamentale adattarlo al lavoro da remoto. Abbiamo sostituito quello che è il lavoro sul contatto fisico con momenti di auto massaggio che ci hanno riportato al nostro corpo.

Mostrare al gruppo i movimenti liberi attraverso la telecamera rappresenta un passaggio che possiamo definire tra la percezione di sé reale del corpo e quella visiva dell'immagine video. Questo aspetto è diventato centrale nelle nostre proposte online, dove ci siamo rese conto dell'importanza di viaggiare tra sé, l'immagine di sé in video, l'altro: il corpo sensoriale diviene il radicamento alla realtà personale e aiuta a sostenere la visione delle tante stanze, dove sono gli altri e dove sono anche io stesso.

Quindi, nella fase dell'improvvisazione (potersi esprimere liberamente e mostrarsi al gruppo con le proprie modalità, senza sentirsi giudicati) abbiamo deciso, inizialmente, di far sì che i danzatori si potessero allontanare dallo schermo e danzare liberi nel loro spazio, riportando l'attenzione allo spazio fisico della propria casa, riattivando e continuando a nutrire una memoria percettiva dell'esperienza di movimento libero già ampiamente sperimentato in presenza. In seguito, abbiamo aggiunto la possibilità di scegliere tra il danzare lontano dallo schermo al potersi avvicinare, in modo da mantenere elastica la connessione tra le proprie sensazioni e l'essere presenti in relazione al gruppo online.

Fulcro del nostro lavoro in presenza è sempre stato quello di fare emergere dall'improvvisazione storie e personaggi. Gli oggetti ci sono sempre stati di aiuto in questo, soprattutto per stimolare la creatività delle persone attraverso il loro utilizzo inusuale. Nel lavoro da remoto abbiamo ripreso la sperimentazione del danzare con accessori o abiti che, in qualche modo, attivavano immagini o ricordavano figure, per-

sonaggi. Anche qui l'oggetto passa da una percezione reale e personale (il proprio sguardo e la percezione tattile) ad una virtuale (la presentazione del proprio oggetto attraverso il computer, avvicinandolo allo schermo, descrivendone le qualità e la motivazione della scelta).

Il lavoro è tuttora in divenire: con la riapertura e l'ulteriore chiusura a novembre 2020 delle palestre, abbiamo deciso di lavorare all'aperto avendo vicino alla nostra sede il bellissimo Parco degli Acquedotti (Fig. 2). Attualmente stiamo portando avanti un lavoro misto tra lezioni online, quando piove, e lezioni in presenza con tutte le attenzioni e regole di distanziamento. Questa flessibilità ci sta dando ulteriori stimoli di ricerca e studio soprattutto per mantenere una continuità tra i nostri incontri. Manteniamo il riscaldamento, l'auto massaggio e poi chiediamo di portare anche in presenza quegli oggetti trovati a casa e con cui abbiamo danzato da remoto, in modo che l'oggetto arrivi ad essere presentato fisicamente al gruppo durante l'incontro in presenza, rendendolo di nuovo reale e condividendone con gli altri lo sguardo, anche se non il contatto fisico.

In ciascuna delle modalità di lavoro i *feedback* verbali ci hanno dato informazioni preziose sul sentire dei partecipanti e, quindi, indicazioni su come procedere e affinare le nostre proposte.



Fig. 2: Di nuovo in viaggio

In questa ultima fase è stato importante trovare modalità per alternare e connettere il lavoro online al lavoro in presenza. Abbiamo ritenuto fondamentale creare una continuità tra queste due tipologie di lavoro così diverse tra loro. Insieme a questo abbiamo provato a dare anche una continuità con quello che stavamo facendo prima che scoppiasse la pandemia, ovvero le prove del nostro nuovo spettacolo, che sarebbe dovuto andare in scena a giugno 2020. Così abbiamo di nuovo riflettuto sulle peculiarità di ogni situazione: i volti visibili solo sullo schermo e i corpi percepiti fisicamente (seppure mantenendo la distanza) negli incontri in presenza. In ogni momento è stato importante stare con quello che c'è e da questo ritrovare le nostre storie, l'espressività dei personaggi e delle persone, la relazione reale e virtuale, la nuova scrittura scenica del nostro racconto "Io sono anche un noi", lo spettacolo che prima o poi andrà in scena e che sta cercando ora di prendere una nuova forma, espressione di una nuova realtà.

3. Il workshop al Congresso Nazionale APID® 2021

La nostra storia è stata dunque la cornice entro cui abbiamo proposto il nostro workshop online al Congresso APID® 2021, così come le tecniche e le metodologie sperimentate con i danzatori della Compagnia ne sono stati gli elementi fondamentali, riproposti e adattati per questo differente contesto. L'aspetto più importante che volevamo comunicare alle colleghe DanzaMovimentoterapeute che hanno partecipato al nostro workshop era proprio quello del sentire la propria tridimensionalità, la percezione e la presenza del proprio corpo, lo spazio intorno a ognuno di noi, gli oggetti della propria stanza, danzarli per se stessi e poi provare a farlo con gli altri corpi, quelli delle colleghe che stanno sperimentando la stessa esperienza in altre stanze, nello stesso tempo. Da questa consapevolezza la danza si può espandere, comprendendo lo schermo, la sua bidimensionalità, e da qui creare un gioco, una danza di improvvisazione, che renda l'interazione attraverso il movimento una realtà con aspetti totalmente diversi, ma suoi, peculiari e per questo esplorabili con curiosità.

I *feedback* sono stati molti e tutti sul versante della creatività, del divertimento, della presenza, della leggerezza e della riscoperta dei propri spazi domestici (come danzare in cucina), parole che riassumono il concetto di processo creativo che ci mantiene presenti e vitali anche durante una situazione di estrema emergenza e di costrizione.

Poter quindi ritrovare una tridimensionalità nel contatto con l'altro, la vicinanza e la presenza, anche attraverso un mezzo bidimensionale quale è il video di un computer.

RIFERIMENTI BIBLIOGRAFICI

- Bainbridge Cohen B. (2020), *Sensazione, Emozione, Azione*, Roma, Epsilon.
- Chaiklin H. (a cura di) (1975), *Marian Chace: her papers*, Columbia, American Dance Therapy Association.
- Hackney P. (2002), *Making connections: Total Body Integration through Bartenieff Fundamentals*, New York, Routledge.
- Laban R. (1999), *L'arte del movimento*, Macerata, Coop. Ephemera.
- La Costa V. (2012), *Diverse abilità. La danza movimento terapia come ponte tra l'integrazione e l'inclusione sociale di persone disabili*, in C. Macagno, I. Bolech (a cura di), *Trent'anni di arte terapia e danza movimento terapia*, Torino, Anake.
- Ogden P. (2013), *Il trauma e il corpo. Manuale di psicoterapia sensoriomotoria*, Sassari, Istituto di Scienze Cognitive.
- Studd K., Cox L. (2019), *Everybody is a body*, Indianapolis, Dog Ear Publishing.
- Van der Kolk B. (2015), *Il corpo accusa il colpo*, Milano, Raffaello Cortina.

2.3 I GRUPPI DI STUDIO

Ritrovarsi in gruppo e fare ricerca insieme: dall'esperienza artistica ai gruppi di studio

Abstract

Nel mio intervento approfondisco il tema dei gruppi di studio APID® rilevandone l'importanza ai fini della produzione di un sapere condiviso, dell'avvio di nuovi percorsi di ricerca, della "costruzione di comunità", ma anche dell'azione verso un cambiamento culturale che coinvolga, in generale, la società civile. Parlo quindi della dimensione del gruppo di lavoro e delle sue specificità e funzioni e conduco una riflessione sulla necessità di trovare nuovi approcci epistemologici per la ricerca in ambito artistico ed *embodied*, insieme a nuove modalità comunicative verso l'esterno. Infine, presento i gruppi di studio attualmente esistenti in APID® e quelli ipoteticamente da costituire in relazione a percorsi già svolti o a interessi espressi.

Parole chiave: ricerca in DMT, gruppo di lavoro, dimensione artistica ed *embodied*, comunità.

In my paper I deepen the theme of the APID® study groups, noting their relevance for producing shared knowledge, the launch of new research designs, the "community building", but also actions towards a cultural change that involve civil society in general. I therefore treat the work group and its specificities and functions and I reflect on the need to find new epistemological approaches for research in the artistic and embodied field, together with new ways of communicating with the outside world. Finally, I present the study groups currently existing in APID® and those hypothetically to be set up in relation to experiences already carried out or to interests expressed.

Keywords: research in DMT, work groups, artistic and embodied dimension, community.

1. Fare ricerca in ambito artistico ed *embodied*

La DMT è un'arte terapia che coinvolge la persona nella sua interezza psico-fisica e agisce a livelli diversi di consapevolezza. Si sente, si percepisce ciò che succede ma l'esperienza segue un percorso inverso a quello che conosciamo nella nostra cultura, un percorso che non parte

dalle parole, ma vi arriva alla fine. Non è facile quindi raccontare ciò che accade, comunicare ciò che si prova, soprattutto a chi non ha mai avuto esperienze in questo campo.

Proverò a ipotizzare alcune delle possibili ragioni alla base di tali difficoltà, che a mio parere, contribuiscono a rallentare, soprattutto in Italia, la conoscenza della DMT, dei suoi ambiti applicativi e delle sue potenzialità¹.

- a. La DMT attiva (o riattiva) il *piacere funzionale* che ha origini biologiche e appartiene a molti animali fin dai primi giorni di vita; parallelamente, ha un effetto sul piano neurologico, coinvolgendo vaste aree della corteccia cerebrale a livello corticale e subcorticale e modificandole nel tempo (Brown, Martinez, Parsons, 2006); inoltre aumenta la neuroplasticità e rafforza la connettività tra gli emisferi, agendo sul corpo calloso (Teixeira-Machadoa, Aridab, Mari de Jesus, 2019)².
- b. Una esperienza di DMT riguarda l'unità psico-corporea, coinvolge e integra ogni parte dell'essere umano, creando un *trait d'union* tra il dentro e il fuori, mettendo in relazione tra loro conscio e inconscio e svolgendo una "funzione trascendente" (Jung, 1957-58). Dà inoltre accesso ad una sfera ludica che permette di contattare ed esprimere le emozioni attraverso il movimento, in una cornice protetta grazie alla simbolizzazione e alla simulazione (Winnicott, 1971).
- c. La dimensione artistica della danza (intesa come ricerca dei propri gesti e modalità espressive attraverso il corpo) attiva un processo di sublimazione, consentendo la creazione di "opere d'arte" attraverso il proprio corpo, e quindi, parallelamente, la creazione di sé: ed in questo sta anche la sua valenza terapeutica (Schott-Billmann, 1994).

Come si potrà notare, si tratta di un insieme di dimensioni interrelate: biologica, neurologica, psicologica, emozionale, immaginativa, creativa, relazionale, espressiva, comunicativa, estetica, che danno

¹ Naturalmente non è l'unica ragione, le altre vanno trovate all'interno di una tradizione culturale che separa la mente dal corpo e che pone quest'ultimo al livello più basso della "piramide dei saperi".

² Si tratta di modifiche rilevabili solo a partire dalla fine del secolo scorso grazie alle tecniche di *neuroimaging*.

luogo ad esperienze articolate e di grande ricchezza. Parallelamente, però, coinvolgono una sfera che, oltre ad essere difficilmente esprimibile a parole, in gran parte sfugge alla consapevolezza.

Spesso si ha la sensazione di non riuscire ad esprimere e a comunicare verbalmente quello che succede a sé o agli altri; come se si verificasse una semplificazione o una omissione non solo di alcune parti, ma anche delle loro interrelazioni.

Accade qualcosa di simile a quando si racconta un sogno: nella polisemicità, nella intersecazione di piani, immagini, emozioni, percezioni, si è “costretti” ad individuare un filo narrativo, a “scegliere” per poter esprimere e comunicare un’esperienza che, nella sua ricchezza e complessità, è inesprimibile.

Per questo si ricorre, di solito, ad un linguaggio poetico, ad una comunicazione metaforica, ad immagini che restituiscono l’indefinitezza e le sfumature plurime dell’analogico.

Se si pensa alla sistematicità e al rigore della ricerca scientifica (anche di quella qualitativa) e alla necessità di precisione della descrizione dei fenomeni, è possibile comprendere le difficoltà che incontra chi vuole fare ricerca in DMT nel comunicare, al di fuori del proprio ambito, le caratteristiche del processo, la relazione tra variabili dipendenti e variabili indipendenti (e anche nel descrivere in che consistano queste ultime con precisione).

Per queste ragioni, a volte, alcune ricerche possono apparire generiche, poco rigorose e quindi poco significative (soprattutto ai non addetti ai lavori); di contro, in altri casi, per darsi uno statuto scientifico, si mutuano modelli relativi ad altri ambiti (medico, clinico, biologico, etc.) “costringendo” in categorie interpretative e schematizzando percorsi di DMT che sicuramente hanno caratteristiche e specificità che sfuggono all’interno di tali cornici.

Sarebbe necessario, forse, ad un metalivello, trovare nuovi modi di fare ricerca che meglio si adattino ad una disciplina che è, comunque, di tipo artistico e in cui, inoltre, “creatore e creazione coincidono” (Sachs, 1933); si tratta anche di trovare nuovi linguaggi per comunicare all’esterno il processo e gli esiti delle ricerche stesse.

In questa prospettiva di “ricerca sulla ricerca” i gruppi di studio APID® rivestono una notevole importanza perché rispondono al bisogno di confronto e scambio, al bisogno di esplorare, studiare e ri-

flettere insieme. Parallelamente contribuiscono ad accrescere il senso di comunità grazie alla condivisione di esperienze e di conoscenze, generando un riconoscimento reciproco e un linguaggio comune e stimolando, creativamente e dinamicamente, ulteriori percorsi.

Poiché i gruppi di studio sono dei “gruppi di lavoro” che si costituiscono e si organizzano intorno ad un interesse comune, nel prossimo paragrafo condurrò un breve approfondimento sulla dimensione di gruppo di lavoro e sulle sue specificità.

2. La dimensione di gruppo di lavoro e le sue finalità

Il gruppo come costruito sociale è stato oggetto di indagine da diverse prospettive teoriche a partire dagli inizi del secolo scorso. In particolare, la psicoanalisi ha messo l'accento sugli aspetti inconsci ed emozionali coinvolti nelle dinamiche di gruppo; già Freud, nel 1921, in *Psicologia delle masse e analisi dell'Io*, evidenziava i legami libidici che costituiscono l'essenza della psiche collettiva ed il processo di identificazione della “massa” con un “capo” idealizzato. La psicologia sociale, d'altro canto, fin dagli anni trenta del '900 ha sottolineato la natura *olistica* del gruppo, il suo funzionamento in termini di “mente unitaria”, connesso all'interdipendenza dei suoi membri (Lewin, 1939).

È proprio alla prospettiva psicosociale e socioanalitica che bisogna rivolgersi per ritrovare teorie e modelli formativi che facciano specifico riferimento alla dimensione dei gruppi e alle loro dinamiche.

Iniziamo con alcuni chiarimenti relativamente ai concetti di “gruppo” e di “gruppo di lavoro”.

Nel differenziare il “gruppo” dal “gruppo di lavoro”, Quaglino *et al.* (1992, p. 23), definiscono il primo come “una pluralità in interazione, con un valore di legame, che ne determina l'emergenza psicologica. Pluralità, interazione e legame determinano a loro volta la sua esistenza come sistema complesso”. Il gruppo di lavoro è soggetto diverso dal gruppo, con peculiarità proprie, poiché si tratta di una pluralità in *integrazione*. I soggetti che ne fanno parte sono accomunati dall'avere compiti, responsabilità e obiettivi condivisi e ciò sostiene la percezione di *interdipendenza* e la possibilità di far prevalere il piano razionale su quello emotivo e inconscio. “L'*interdipendenza* è l'acquisizione della consapevolezza dei membri di dipendere gli uni dagli altri, con il relativo sviluppo della rappresentazione della rete di relazione con gli altri” (*ivi*, p. 26). L'*interdipendenza* determina, quindi,

un processo di integrazione; i vantaggi e i costi dell'integrazione sono distribuiti tra tutti i soggetti coinvolti.

L'integrazione sviluppa, attraverso un processo di *negoziazione*, la *collaborazione*, che definisce un'area di lavoro comune, di partecipazione attiva di tutti i membri e che si fonda su relazioni di fiducia tra i membri. La *condivisione* è l'esito della negoziazione ed è la condizione che vede l'intero gruppo impegnato per rendere operative le decisioni prese e per raggiungere gli obiettivi. La condivisione stabilisce un contratto psicologico nel gruppo, che fornisce significato al lavoro svolto e permette agli individui di riconoscere il risultato ottenuto dal gruppo come proprio risultato (*ivi*, p. 28)³.

La dimensione di "gruppo di lavoro" permette inoltre di cogliere come la "realtà" si costituisca dalle infinite possibilità di intreccio delle infinite relazioni possibili e quindi appartenga alla "logica delle descrizioni" (Bateson, 1979); consente, quindi, di affrontare i problemi in termini dinamici e multifocali, di accogliere la soggettività e di sperimentare la diversità come risorsa.

Ma il gruppo è anche il luogo dove la rete di comunicazioni (e di "emozioni") è al massimo livello di complessità: nei gruppi l'aspetto comunicativo si complica con l'area del metodo e della relazione. L'essere umano, infatti, nel rapporto con gli altri sperimenta un'apparente contraddizione: il confronto con il gruppo determina la perdita di individualità, frutto di una regressione inconscia e, per tale ragione, il gruppo può essere causa di grandi frustrazioni per i suoi membri. Allo stesso tempo, però, l'uomo è attratto verso la socializzazione poiché, grazie al gruppo, può sperimentare il senso di appartenenza e soddisfare parte dei propri bisogni materiali e psicologici. Nei gruppi gli individui sperimentano, quindi, due tipi di attività e di stati mentali: uno cosciente e razionale, l'altro non-cosciente e pulsionale. Il primo, nei gruppi di lavoro, è legato al conseguimento di traguardi concreti, esplicitamente dichiarati in vista del raggiungimento di un determinato risultato. A questa attività cosciente si alterna costantemente, però, una dinamica inconscia, derivante

dai contributi anonimi dei singoli membri che inconsciamente mettono in comune stati emotivi fortemente regressivi, a motivo dei quali

³ Proprio per garantire le sue specificità, il gruppo di lavoro è un "piccolo gruppo" e dovrebbe essere costituito al massimo da 8-10 membri.

essi perdono parte della loro individualità e acquistano il sentimento di appartenenza al gruppo, sentito come un'entità distinta dalla somma dei singoli membri (Kaneclin, 2010, p. 53).

Nel gruppo emerge e si sviluppa un'esperienza sensoriale, affettiva, emotiva, inconscia, una "vita propria" definita come "mentalità di gruppo" o "gruppo di base". È importante occuparsi delle dimensioni emotivo-affettive che appartengono al mondo inconscio del gruppo, poiché esse interferiscono continuamente sul gruppo di lavoro, cioè sull'esecuzione del compito. Come è stato evidenziato dallo psicoanalista inglese Wilfred Bion (1961), se nel gruppo prevale la dimensione emotiva su quella "razionale", caratteristica di un gruppo di lavoro, il gruppo si organizza in "assunti di base", fantasie magico-onnipotenti inconscie generate da stati emotivi difensivi, tendenti ad evitare la frustrazione inerente l'apprendimento attraverso l'esperienza che implica sforzo, dolore e contatto con la realtà.

Il percorso che vede l'evoluzione di un gruppo in un gruppo di lavoro non avviene, pertanto, spontaneamente o naturalmente, salvo rarissime eccezioni. Un gruppo di lavoro si "costruisce" nel tempo in virtù di una precisa strutturazione metodologica e di un "contratto" chiaro e condiviso tra i suoi membri. Laddove si realizzino le condizioni per la sua attuazione, si tratta di un processo che produce autonomia e possibilità di autodeterminazione e che promuove la *leadership* professionale (Quaglino *et al.*, 1992).

Il gruppo di lavoro, in questo senso, è sia un mezzo che un obiettivo di un percorso: si apprende e si progetta grazie e attraverso il gruppo e, nello stesso tempo, si impara a lavorare in gruppo, facendone esperienza diretta e riflettendo su ciò che, processualmente, accade (Garro, Mignosi, 2020).

In una prospettiva psicodinamica, il coinvolgimento, attraverso i processi di gruppo, delle diverse aree di apprendimento e la considerazione dei fattori emozionali e affettivo-relazionali, mette in luce l'aspetto di "crisi" connesso a qualunque apprendimento significativo non solo a livello di gruppo, ma anche a livello individuale (livelli strettamente interconnessi). L'attività riflessiva indirizzata ad esaminare profondamente i presupposti del pensare e a mettere in questione teorie e convinzioni date per scontate e l'implicazione del piano personale, infatti, sollevano dubbi, provocano incertezze ed assumono l'aspetto

di un processo non facilmente controllabile, che segue percorsi imprevedibili. “Tipicamente imparare dall’esperienza implica imparare dagli incidenti, dagli errori, dalle brutte figure, dall’incapacità di previsione, dal fatto che qualcosa che ci succede cambia il nostro modo precedente di interpretare e di intendere quella situazione” (Sclavi, 2003, p. 202) e, con intensità diverse, anche il nostro modo di interpretare noi stessi.

Laddove un gruppo riesce ad istituirsi come “gruppo di lavoro”, si ha, dunque, parallelamente una *ricaduta sul piano operativo*, in quanto si ha la possibilità di passare dall’incertezza alla presa di coscienza del proprio ruolo e della propria identità, di reinvestire nuove energie nel lavoro, ritrovando il senso dell’operare. Inoltre, utilizzando una “mente di gruppo”, i singoli hanno la possibilità di sviluppare conoscenze, riflessioni di tipo teorico e di pervenire a soluzioni di tipo operativo più ricche e soprattutto più ampie rispetto al proprio livello individuale, operando in un’area di “sviluppo prossimo” (Vygotskij, 1934, 1983).

Il gruppo capace di funzionare creativamente non produce omologazione tra i suoi membri ma può invece stimolare il pensiero autonomo e orientato in modo da incoraggiare e promuovere il sentimento di identità personale. Il gruppo che si sente libero da vincoli e pensa con originalità è una matrice in cui si sviluppano individui capaci di essere unici (Cruciani, 2006, p. XIII).

È ipotizzabile che l’uso intenzionale della *dimensione di gruppo* come “spazio di contenimento”, di riflessione e di elaborazione, consenta da un lato di accrescere l’autonomia, l’indipendenza e la creatività dei singoli, dall’altro di attivare una *logica plurale* invece che *singolare* (perché dà la possibilità di scambiare pensieri, di condividere emozioni, di non essere soli di fronte ai problemi) e contribuisca a creare una “cultura condivisa” ed un linguaggio comune e a promuovere e rafforzare il senso di comunità e di appartenenza in una prospettiva di rete.

3. I gruppi di studio APID® come promotori di ricerche

I gruppi di studio APID® sono stati pensati per dar modo ai soci di partecipare attivamente alla vita dell’Associazione in funzione dei propri interessi/desideri conoscitivi o in relazione ai bisogni della comunità.

Da varie parti di Italia i/le DMt si riuniscono in piccolo gruppo intorno ad un tema proposto da una socia/un socio durante un convegno

o attraverso il web e conducono insieme, con regolarità, approfondimenti e riflessioni per un certo periodo di tempo, fino ad arrivare a prodotti da condividere con tutta la comunità non solo a conclusione del percorso di lavoro, ma anche *in itinere*, accrescendo il patrimonio di conoscenze di tutti.

In alcuni casi e in funzione del tema, il gruppo di studio può dare avvio ad una ricerca, contribuendo ad avvalorare la DMT in ambito scientifico e culturale e contribuendo a diffonderne la conoscenza in contesti diversi dal proprio. È quello che è accaduto, ad esempio, al gruppo di studio su *DMT e apprendimento in età evolutiva*, che ha condotto un percorso di studio e di ricerca per 3 anni (dal 2017 al 2019), sul tema *DMT e Disturbi Specifici dell'Apprendimento*. Tale percorso ha portato nel 2021 alla pubblicazione del libro *Età evolutiva e DSA. Corpo, affetti e apprendimenti* (Lagomaggiore, Massa, a cura di, 2021).

Il gruppo è stato coordinato dalla dott.ssa Magda di Renzo che è stata anche la referente scientifica. Il coinvolgimento nel gruppo di un esperto che abbia il ruolo da un lato di garante del processo, dall'altro di coordinatore e supervisore, può essere molto importante, soprattutto in relazione ad un percorso di ricerca. In questa prospettiva, l'APID® ha costituito un Comitato Scientifico composto da 4 esperti, in relazione a 4 macroaree di interesse. Ciascun gruppo di studio può quindi rivolgersi a uno o più di loro e chiedere un sostegno in diverse fasi del percorso di lavoro.

Attualmente (nel 2021) il Comitato Scientifico è composto da:

- *Rossana Becarelli*, medico, antropologa, filosofa della scienza, Presidente Rete Euromediterranea per l'Umanizzazione della Medicina. È stata Direttrice sanitaria dell'Ospedale San Giovanni Antica Sede di Torino;
- *Magda Di Renzo*, analista junghiana, psicoterapeuta dell'età evolutiva;
- *Massimiliano Fiorucci*, Direttore del Dipartimento di Scienze della Formazione dell'Università Roma Tre, docente di Pedagogia interculturale e sociale;
- *Maria D'Ambrosio* docente di Pedagogia generale e sociale dell'Università degli Studi Suor Orsola Benincasa di Napoli, responsabile gruppo di ricerca "*Embodied education*. Prospettive interculturali dell'educazione".

I gruppi di studio possono anche mettersi in contatto con la “commissione ricerca”, costituita da soci APID®, con un curriculum specifico⁴, che, tra i vari compiti, ha anche quello di promuovere nuove ricerche e supportare le ricerche in atto.

Al fine di dare una idea concreta delle ragioni alla base dei gruppi di studio e delle loro modalità di costituzione, riporto di seguito la lettera ai soci redatta da me in quanto referente dei gruppi di studio e condivisa con gli altri membri del Direttivo. Contestualmente sarà possibile visualizzare i gruppi di studio esistenti al momento del Convegno APID® e quelli che potrebbero costituirsi alla luce di percorsi già svolti o di interessi già manifestati.

Care socie e cari soci APID®,

siamo del parere che per promuovere una cultura diffusa sulla DMT, per approfondire temi per noi rilevanti e per sviluppare percorsi nuovi, sia indispensabile attivare gruppi di studio e di ricerca. Essi potranno infatti contribuire ad uno sviluppo delle conoscenze, all'individuazione di nuovi campi applicativi della DMT e a conseguire maggiore rilevanza scientifica e maggiore visibilità in termini sociali.

Sul piano interno tali gruppi faciliteranno la conoscenza e comunicazione tra soci di sedi diverse e rinforzeranno la nostra comunità.

Vi invitiamo quindi a individuare campi di studio e di ricerca, a formare nuovi gruppi (indicando anche i referenti) ed a comunicarli alla segreteria e al Direttivo, in modo che possano essere condivisi e resi noti attraverso la posta elettronica e il sito web dell'APID®. Sarebbe opportuno inviare, contestualmente, un piano di lavoro nel dettaglio, contenente anche tempi e proposte di appuntamento, in modo che possa essere pubblicata sul sito una *call* per chi vorrà aderire.

Gruppi esistenti

Si è concluso il gruppo di studio sui DSA che ha curato un volume relativo al proprio lavoro, pubblicato dalla casa editrice MaGi di Roma. Rimangono al momento attivi 5 gruppi:

- il gruppo su “*Embodiment* trauma e resilienza”;
- il gruppo sui criteri per individuare gli standard qualitativi per la formazione coreutica;

⁴ La “commissione ricerca” dell'APID, così come altre commissioni che fanno parte dell'Associazione (si veda www.APID.it), è composta da soci/socie con specifiche competenze che, in seguito ad una *call* del Direttivo, dichiarano la propria disponibilità e il proprio interesse a farne parte. La loro candidatura viene poi ratificata in assemblea. Rimane in vigore 3 anni e può essere rieletta.

- il gruppo sui Disturbi del Comportamento Alimentare;
- il gruppo “Dalla Danza Movimento Terapia all’espressione coreografica e alla dimensione performativa in diversi contesti”;
- il gruppo “Lo sviluppo della DMT nei set/ting modificati”⁵.

Gruppi possibili

Il gruppo sull’Alzheimer, aveva già svolto un lavoro approfondito e sarebbe interessante, data l’efficacia della DMT in tale ambito (dimostrata da diversi studi in ambito internazionale) se venisse ripreso e se si potesse pensare a eventuali pubblicazioni (articoli o un volume collettaneo).

Era anche iniziato, in collaborazione con l’Università di Pavia, un gruppo su “DMT e dipendenze digitali”, che aveva già elaborato un questionario; si potrebbe quindi sviluppare e approfondire quanto iniziato. Da parte di alcune socie è stata manifestata l’intenzione di creare un gruppo su “DMT e intercultura”.

In conclusione, ci auguriamo che vi mettiate in contatto tra voi costituendo nuovi gruppi di studio o riprendendo quelli che erano iniziati (contattando le precedenti referenti indicate in questa mail) e che ci comuniciate le vostre proposte.

Vi inviamo in calce a questa lettera uno schema di riferimento in modo da potere avere una raccolta di informazioni omogenea, utile anche per le comunicazioni all’esterno del gruppo.

Schema da compilare per l’istituzione di nuovi gruppi di studio (o per i vecchi che hanno subito modifiche), da inviare alla segreteria APID®

Tema del gruppo di studio e obiettivi	Data di costituzione	Nome e recapiti del/della referente	Nomi dei/delle componenti (indicare fino a quale data è possibile inserirsi)	Data del primo appuntamento in presenza o telematico

Piano di lavoro: _____

⁵ Il contributo di questo gruppo seguirà questo articolo.

RIFERIMENTI BIBLIOGRAFICI

- Bateson G. (1979), *Mente e natura*, trad. it., Milano, Adelphi, 1984.
- Bion W. R. (1961), *Esperienze nei gruppi*, trad. it., Roma, Armando, 2013.
- Brown S., Martinez M. J., Parsons L. M. (2006), *The Neural Basis of Human Dance*, in “Cerebral Cortex”, 16, 1157-1167.
- Cruciani P. (2006), *Prefazione*, in A. Gennaro, G. Bucolo, *La personalità creativa*, Bari, Laterza.
- Freud S. (1921), *Psicologia delle masse e analisi dell’Io*, trad. it., Torino, Bollati Boringhieri, 1975.
- Garro M., Mignosi E. (2020), *Gruppi: motivazione, formazione e appartenenza*, in M. Garro (a cura di), *Psicologia e interventi educativi. Trasversalità, contesti e relazioni*, Milano, Franco Angeli.
- Jung C. G. (1957-58), *La funzione trascendente*, trad. it., Torino, Bollati Boringhieri, 1993.
- Kaneklin C. (2010), *Il gruppo in teoria e in pratica. L’intersoggettività come forza produttiva*, Milano, Raffaello Cortina.
- Lagomaggiore A., Massa M. (a cura di) (2021), *Gruppo di Studio APID “Età evolutiva e DSA”. Corpo, affetti e apprendimenti*, Roma, Edizioni Ma.Gi.
- Lewin K. (1939), *Esperimenti nel campo sociale*, in K. Lewin, *I conflitti sociali*, trad. it., Milano, Franco Angeli, 1980.
- Quaglini G. P., Casagrande S., Castellano A. (1992), *Gruppo di lavoro, lavoro di gruppo*, Milano, Raffaello Cortina.
- Sachs C. (1933), *Storia della danza*, trad. it., Milano, Il Saggiatore, 1994.
- Schott-Billmann F. (1994), *Quand la danse guerit*, Paris, La Recherche en danse.
- Sclavi M. (2003), *Arte di ascoltare e mondi possibili*, Milano, Bruno Mondadori.
- Teixeira-Machado L., Aridab R. M., Mari de Jesus J. (2019), *Dance for neuroplasticity: a descriptive systematic review*, in “Neuroscience & Biobehavioral Reviews”, 96, 232-240.
- Vygotskij L. S. (1934), *Pensiero e linguaggio*, trad. it. (a cura di L. Mecacci), Roma-Bari, Laterza, 1990.

- Vygotskij L. S. (1983), *Antologia di scritti* (a cura di L. Mecacci), Bologna, Il Mulino.
- Winnicott D. W. (1971), *Gioco e realtà*, trad. it., Roma, Armando, 1974.

Lo sviluppo della DMT nei *Set/ting* modificati: dal Gruppo di Studio all'esperienza condivisa

Abstract

Il Gruppo di Studio APID® “Lo sviluppo della DanzaMovimentoTerapia nei *Set/ting* modificati” nasce nel luglio 2020 come evoluzione del gruppo informale “DMT nella DistANZA” pensato come occasione per affiancare la dimensione riflessiva e il confronto critico alle esperienze professionali attivate sulla spinta dell'urgenza, abitandone potenzialità e limiti e come opportunità per orientare in modo funzionale le proprie scelte operative. All'analisi preliminare dei bisogni e dei temi di indagine è seguita la definizione dei metodi di lavoro (confronto dialogico caratterizzato da circolarità ermeneutica e ricerca bibliografica individuale e interdisciplinare) che hanno portato all'esperienza condivisa del workshop durante il Convegno Nazionale APID® (aprile 2021) e alla sintesi del percorso formulata in slide e corredata dalla bibliografia completa, a disposizione di colleghi e studenti.

Parole chiave: DanzaMovimentoTerapia, *setting*, relazione, metariflessione, prospettive.

The APID® Study Group “The development of DanceMovementTherapy in modified *Set/tings*” was constituted in July 2020 as an evolution of the informal group “DMT in the DistANCE” designed as an opportunity to merge the reflective dimension and critical comparison with professional experiences activated on the push of urgency, inhabiting their potential and limits and as an opportunity to functionally orientate one's operational choices. The preliminary analysis of the needs and themes of investigation was followed by the definition of the working method (dialogical comparison characterized by hermeneutic circularity and individual and interdisciplinary bibliographic research) that led to the shared experience of the workshop during the APID® National Conference (April 2021) and to the synthesis of the path (slides and the complete bibliography), available to colleagues and students.

Keywords: DanceMovementTherapy, *setting*, relationship, meta-reflection, perspectives.

1. Premessa

Il Gruppo di Studio APID® denominato “Lo sviluppo della Danza-MovimentoTerapia nei *Set/ting* modificati” si è costituito nel luglio 2020 in piena crisi pandemica, come spontanea evoluzione del gruppo informale “DanzaMovimentoTerapia nella DistANZA” nato nei mesi precedenti in seno alla Formazione Permanente “Nutrimenti 2020” di APID® Piemonte e aperto a tutti i DanzaMovimentoterapeuti interessati. “DanzaMovimentoTerapia nella DistANZA” si poneva l’obiettivo di essere uno spazio di approdo per colleghe e colleghi interessate/i ad affiancare una dimensione riflessiva alle esperienze attivate sulla spinta dell’urgenza e che si riconoscessero in un bisogno di confronto critico relativo alla pratica professionale interrotta o rimodulata a causa dell’emergenza sanitaria.

La spinta decisiva alla costituzione del Gruppo di Studio è arrivata dalla volontà di affrontare, in una forma più organizzata, collettiva e condivisa, l’*impasse* umana e professionale venutasi a creare in seguito alla necessità di modificare la maggior parte dei *Set/ting* di DanzaMovimentoTerapia (d’ora in avanti DMT) in base a criteri esterni ed estranei ai *setting* stessi. È parso a quel punto evidente che il Gruppo di Studio APID® fosse la dimensione più adatta per fornire una struttura che accogliesse e permettesse di validare e approfondire le importanti riflessioni che andavano maturando e anche in vista di una maggiore circolazione dei risultati a beneficio della professione, al di là del periodo contingente e dello sguardo emergenziale¹.

Il nome del Gruppo è stato dunque formulato con l’intenzione di sottolineare una dimensione *in progress* della professione, caratterizzata da una pluralità di competenze trasversali, da un paradigma interdisciplinare e da vissuti, bisogni e soluzioni diversificati e in continua evoluzione. Si è scelto quindi di mantenere il *focus* sui cambiamenti di prospettiva che alcune modificazioni comportano e potrebbero comportare nella nostra pratica: non solo l’intervento a distanza mediato dalla tecnologia, dunque, ma anche i cambiamenti richiesti dalle normative di sicurezza sanitaria negli interventi in pre-

¹ Il Gruppo di Studio APID® era formato da: Francesca Pieia e Nicoletta Vaccamorta (referenti), Elisa Ribichini, Sara Diamare, Sara Leone, M. Luisa Pasquarella e Chiara Puliga.

senza, il trasferimento in *setting outdoor*, i cambiamenti nella numerosità dei gruppi, l'alternanza e compresenza di condivisione di spazi e di collegamenti virtuali... In particolare la riflessione riprende la distinzione e l'articolazione fra il *set*, l'insieme degli elementi concreti che costituiscono l'ambiente della relazione terapeutica e dell'intervento, e il *setting*, inteso come l'assetto psichico interno (del conduttore *in primis*), consolidato e sicuro (cfr. Semi, 1985).

2. Intenti, aspetti etici e metodologia

Sulla base di queste premesse il Gruppo di Studio si è mosso finora in direzione di intenti e obiettivi specifici che possono essere così sintetizzati:

- indagare potenzialità e difficoltà degli interventi nei *set/ting* modificati tenendo conto della specificità della DMT, in dialogo con la trasversalità delle competenze necessarie ad operare in contesti nuovi e mutevoli;
- raccogliere e condividere le domande e le conoscenze, sia quelle peculiari sia quelle trasversali, necessarie a dare validità e sostanza a nuove modalità di praticare la DMT: a distanza, online, all'aperto, mediata dalla tecnologia, con accortezze sanitarie necessarie...;
- meta-riflettere sulla propria esperienza professionale in relazione alle diverse necessità contingenti dell'utenza, alle personali inclinazioni, alle competenze pregresse, alla eventualità di un'integrazione di nuove pratiche del *set/ting* anche "oltre l'emergenza";
- individuare, attraverso il confronto in gruppo, la pluralità dei punti di vista professionali e lo studio della letteratura sul tema, alcune basi condivise per una lettura critica della possibilità/impossibilità di agire a distanza con la DMT.

L'atteggiamento che si è scelto di privilegiare di fronte alle molteplici suggestioni raccolte e alle riflessioni e testimonianze emerse nelle fasi di studio è stato di tipo dialogico e investigativo. Ponendosi consapevolmente in una posizione di progressiva scoperta e partendo da un'attenta osservazione delle specifiche situazioni nella loro complessità, intesa nell'accezione di Morin (cit. in Casalini, 2013) si è individuato un fertile strumento per apprendere ad apprendere (Barba,

Savarese, 1996) il nuovo e il non conosciuto, nella prassi di generare continue domande di senso e nell'autoriflessione come esplicitato da Mignosi (cit. in Naccari, 2012), in costante confronto con modelli, esperienze pregresse documentate e fonti bibliografiche. Due sono state le prospettive assunte durante le fasi di raccolta e rielaborazione dei contenuti: un primo punto di vista che possiamo definire riflessivo-terapeutico, riferito sia all'osservazione dell'impatto dell'intervento di DMT nei *set/ting* modificati sulle persone coinvolte, compreso il terapeuta stesso, sia allo studio della letteratura sul tema e alla raccolta di quesiti e domande; un secondo punto di vista prettamente metodologico, riferito alla sistematizzazione degli elementi raccolti, volto a creare una prima base per la significatività dello studio, intesa come trasferibilità dell'esperienza e creazione di un sapere condivisibile, internamente coerente, trasparente e passibile di essere messo in discussione (Trincherò, 2002).

Il Gruppo ha individuato nel corso della sua ricerca tre istanze alla luce delle quali affrontare il tema complesso dei *set/ting* modificati:

- la responsabilità professionale di continuare a fornire alla popolazione interventi utili ad attraversare le crisi legate all'emergenza sanitaria;
- la necessità di avere “strumenti ragionati” per lavorare nell'ambiente in mutamento al fine di esercitare la professione;
- la trasformazione della distanza, vissuta per lo più come limite, in occasione privilegiata che consenta di raggiungere, attraverso strumenti e competenze acquisibili, nuovi contesti di fragilità e di isolamento sociale.

Da un punto di vista metodologico le fasi, la prassi e gli strumenti individuati sono stati:

- un'analisi preliminare dei temi di discussione e dei bisogni emersi nella prima fase degli incontri e una successiva definizione del tema-oggetto di indagine in base a criteri di coerenza con gli intenti del gruppo e di confronto con l'esperienza, inteso come meta-riflessione sulla effettiva ricaduta ed eventuale conferma nella pratica professionale, nella letteratura esistente o in contesti formativi dedicati a questo tema;
- la messa a punto di una ricerca bibliografica individuale e inter-

disciplinare a partire dalla propria esperienza professionale e dai personali ambiti di competenza, paralleli o pregressi alla DMT (v. par. 3);

- un periodico confronto dialogico nel Gruppo caratterizzato da circolarità ermeneutica (Naccari, 2012), scambio e condivisione di informazioni, esperienze e domande;
- una successiva organizzazione del materiale sulla base di quelle che sono state successivamente definite “domande lanterna” (v. par. 5) e di uno strumento di raccolta ad uso interno del Gruppo;
- la formulazione conclusiva di due modalità di condivisione pubblica:
 - un’esperienza condivisa in forma di workshop all’interno del Convegno Nazionale APID® tenutosi nel mese di aprile 2021 (v. par. 6);
 - una sintesi del percorso formulata in slide pensata per la consultazione da parte di colleghi e studenti e corredata dalla bibliografia completa (disponibile sul sito web di APID®).

3. Un approccio interdisciplinare: la ricerca bibliografica e sitografica

Fin dai primi incontri il Gruppo si è dedicato alla compilazione di una bibliografia ragionata basata sullo studio e la consultazione di articoli, testi, video e sulla partecipazione personale a seminari e webinar di formazione online. Il materiale raccolto è stato suddiviso per ambiti disciplinari: DMT e Artiterapie; Psicologia, Psicoanalisi, Psicodramma; Storia del Cinema e del Teatro, Arti della visione; Educazione, Pedagogia, *Digital Learning*.

Nella sua formulazione originale, disponibile sul sito APID®, sono stati indicati per ciascun titolo e riferimento i relativi elementi di interesse e correlazione con il tema di indagine del Gruppo, permettendo così al lettore di individuare velocemente gli aspetti di utilità e interesse rispetto al contesto in cui opera o la prospettiva da cui affronta il problema della modificazione del *set/ting*. La tabella di raccolta delle indicazioni bibliografiche riprende quella già utilizzata parzialmente nel Gruppo di Studio APID® “DMT *Embodiment* e Resilienza”. Lo specifico risiede non nello strumento di raccolta bibliografica, strumento di semplice formulazione, quanto nel suo utilizzo come stimolo

alla ricerca di punti chiave, contenuti pertinenti e restituzione sintetica al fine di facilitare la fruizione della consultazione.

Il valore che ha avuto per il Gruppo questo strumento di approfondimento e condivisione di informazioni consiste innanzitutto nella conferma della prospettiva di studio e di curiosità che ha orientato l'intero percorso, declinato fin dall'inizio in una modalità riflessiva, di indagine continua e di stimolo alla ricerca, anziché rivolto alla formulazione di risposte o indicazioni di metodo.

La prima evidenza riscontrata è stata la numerosità stessa dei testi afferenti a molteplici discipline che, a vario titolo, hanno affrontato il tema degli interventi a distanza con strumenti tecnologici e video, ridimensionando la percezione soggettiva di essere pionieri di una nuova frontiera. Di particolare interesse è stato tessere raccordi e collegamenti tra i vari ambiti disciplinari scoprendo connessioni tra studi e sperimentazioni anche lontani nel tempo. La bibliografia raccolta, non esaustiva, ma indicativa di un panorama ricco e fertile, è stata quindi selezionata per rilevanza e pertinenza sulla base delle condivisioni interne al Gruppo.

4. Il *Set/ting* online: punti di vista, sguardi e ricerca di tridimensionalità

Circoscrivendo la riflessione all'esperienza online e mediata da tecnologia, uno dei principali aspetti emersi dal confronto tra colleghe e dallo studio della letteratura consultata, è stato il bisogno di recuperare o mantenere una dimensione tridimensionale dell'esperienza e della relazione che rischia costantemente di essere messa in scacco dal *medium* dello schermo, dal demone insito in ogni applicazione/piattaforma digitale (Fant, Milani, 2020) che influenza il comportamento (*nudging*) e da una differente/differita/difforme percezione del tempo, dello spazio, della corporeità... (Russell, 2015).

I contatti interpersonali non verbali e i piccoli momenti informali che nell'incontro a distanza vengono impediti o alterati, i nuovi e mutati rapporti di fruizione e relazione spazio-temporali e di movimento, l'inevitabile e predominante bidimensionalità e unifocalità dell'esperienza visiva e il conseguente aumento del carico cognitivo, sono solo alcuni tra i fattori che possono portare il/la DanzaMovimentoterapeuta che si confronta con l'esperienza online a sentire la necessità di un ri-

torno alla corporeità e alla presenza tridimensionale e globale della persona e dell'esperienza relazionale e terapeutica. Nel tempo delle limitazioni anche molti articoli divulgativi testimoniano l'attenzione e la cura alle motivazioni alla base dello stress indotto dagli strumenti di incontro a distanza².

Di qui sono state intuite la possibilità e l'utilità di riconnettersi alla memoria storica della riflessione sul rapporto tra tecnologia, rappresentazione del reale e comunicazione sociale (Benjamin, 1939/2011; Casetti, 2005; Deriu, 1999) per rispondere a una percezione diffusa di isolamento ed estraniamento e all'urgenza di cercare nel qui e ora soluzioni, modi e vie per contestualizzare, comprendere, condividere e mantenere uno sguardo aperto (Rivoltella, 2015) fino a immaginare uno o più scenari possibili, spostando i confini, scegliendo e mutando le destinazioni del nostro agire professionale.

Tempo, Spazio, Relazione, Movimento, *Embodiment*... sono solo alcune delle dimensioni che sentiamo o vediamo mutare nel nostro *setting* modificato: in base al proprio contesto ciascun-a DMt individuerà le proprie. È a questo punto che possiamo dare un nome a ciò che viviamo come limite, analizzare il contesto nella sua complessità, scegliere una direzione possibile e iniziare a cercare le risorse che riteniamo necessarie per raggiungere il nostro obiettivo.

5. Le “domande lanterna”: osservare, contestualizzare, direzionare

Nel percorso di ricerca e investigazione sul tema del Gruppo, le domande e il dubbio sono stati utilizzati come alleati preziosi e criteri privilegiati per far luce su una condizione professionale in continua evoluzione e diventata d'un tratto ignota e ben poco definita, senza punti di riferimento storici immediatamente individuabili e in un contesto in cui sono state repentinamente modificate e limitate perfino le possibilità di confronto interpersonale.

Mutuando da Peter Brook (1987) l'immagine della lanterna che il regista utilizza per descrivere uno degli aspetti della sua pedagogia teatrale volta all'esplorazione collettiva del gruppo verso nuove possibilità di sentire e comunicare, si è inteso sottolineare al contempo la Prudenza e la Responsabilità di chi conduce un percorso (o pone una

² A titolo di esempio cfr. www.theconversation.com/5-reasons-why-zoom-meetings-are-so-exhausting-137404

domanda che apre altri percorsi) tra necessarie “virtù” (Rivoltella, 2015) e buone prassi da coltivare, ricercando un continuo equilibrio tra un eccesso di cautela e la vertigine dell’attrazione (dello schermo, del nuovo, delle informazioni, del web...).

Il nuovo paesaggio (nel nostro caso: il “*set*” e il “*setting*” modificati) composto da nuovi riferimenti, scoperte e orizzonti che venivano e tuttora vengono a delinarsi man mano che si procede, pare somigliare pertanto, più che ad una mappa, ad “una cartografia – cioè l’immagine in evoluzione di un territorio a sua volta in continua evoluzione” come scrive M. Cometa nella presentazione del Dizionario degli Studi Culturali (www.studiculturali.it/dizionario/dizionario.html), dove effettivamente il *limen* tra il noto (la terra misurata, esplorata, abitata...) e l’ignoto (i continenti inesplorati che i primi cartografi definivano “genericamente” disegnando leoni e mostri marini) è continuamente ridefinito e di volta in volta consapevolmente scelto.

Limite, paesaggio, immagine in evoluzione...: un *set/ting* modificato in generale e quello online nello specifico, sono a tutti gli effetti “ambienti”, con regole e proprietà specifiche (Fant, Milani, 2020) in cui si può essere spettatori disattenti e automatizzati oppure protagonisti curiosi e “abitanti-esploratori” consapevoli che sanno mantenere un proprio stile di indagine, di lettura critica del nuovo e di attenta disponibilità all’altro.

Scegliere, in base alla propria esperienza e alle proprie attitudini, di dare un ordine e una sistemazione consapevoli alle domande e un nome a dimensioni e limiti, permette di organizzare e pianificare l’acquisizione di strumenti ragionati, le informazioni apprese, le risorse a propria disposizione e quelle mancanti e di escludere o ridimensionare ambiti in cui non ci si sente sufficientemente preparati e aprire lo sguardo a nuove possibilità, restituendo senso, calore e tridimensionalità all’intervento professionale.

Nel Gruppo di Studio, ad esempio, è stato ideato e utilizzato uno strumento di raccolta e organizzazione delle “domande lanterna” e delle riflessioni emerse pensato per un uso interno al Gruppo e non sperimentato per un utilizzo su larga scala, dal quale è stato però possibile ricevere stimolanti *input* professionali utili alla prosecuzione e dal quale è possibile partire per immaginare nuovi strumenti *ad hoc* per ciascun contesto e ciascun professionista: una sorta di mappa utilizzata

per organizzare gli elementi del *set/ting* che vengono ad essere via via modificati, i propri limiti e risorse, gli aspetti da coltivare o integrare, le possibili ricadute delle modificazioni attuate, ecc... La formulazione di questo strumento funzionale alla raccolta e all'organizzazione delle riflessioni emerse è basata sull'integrazione di una "prospettiva DMT" e di alcuni studi di Storia del Cinema e di Arti della Visione, con particolare riferimento alla relazione soggetto-schermo-sguardo.

6. Un workshop per condividere e sperimentare: "Essere un/a DMt online – Metariflessione, Tridimensionalità, Presenza"

Durante il Convegno Nazionale APID® (aprile 2021) è stata infine proposta una condivisione di alcune delle riflessioni emerse durante il percorso attraverso la dimensione esperienziale del workshop, che si è svolto su piattaforma Zoom. Il gruppo che ha partecipato, circa 25 persone, era composto prevalentemente da DMt professioniste provenienti dal territorio nazionale e ha visto la presenza di alcune studentesse e diplomande presso Scuole di DMT riconosciute da APID®.

Il laboratorio, della durata di circa 90 minuti, ideato e condotto dalle DMt APID® Francesca Pieia, Nicoletta Vaccamorta ed Elisa Ribichini, ha coinvolto in modo attivo le partecipanti richiedendo al contempo una disponibilità all'immersione e alla messa in gioco esperienziale e una capacità di metariflettere sul proprio vissuto e sulla possibile integrazione con contributi storico-teorici forniti dalle conduttrici. Si è trattato di un momento formativo teorico-pratico volto ad attivare la dimensione di riflessività *embodied* del DMt sull'esperienza della relazione professionale nei *setting* a mediazione tecnologica, sull'esperienza corporea, relazionale, emotiva e tecnica della conduzione e sulla possibilità di condividere il patrimonio di domande e variabili significative proponendo strumenti per affrontare questa "sfida" quale concreta occasione per orientare in modo funzionale le proprie scelte operative.

Il workshop si è articolato su più piani, proposti secondo una ragionata progressione, funzionale a immettere e preparare le partecipanti ad entrare nel cuore dell'esperienza e dar loro strumenti e *input* per lasciare emergere domande, stimoli e collegamenti in modo autonomo e, volendo, condiviso con il gruppo, valorizzando l'unicità e la peculiarità di ciascun vissuto e di ciascun contesto terapeutico.

Ad una fase iniziale di accoglienza nell'ambiente virtuale nel quale si sarebbe svolto l'incontro e una esposizione di alcune coordinate di partecipazione suggerite per una migliore fruizione delle proposte, è seguito un primo passaggio individuale con la ricerca della posizione comoda: i partecipanti sono stati invitati a cercare e riconoscere una posizione confortevole e a mantenerla tale con eventuali piccoli movimenti di aggiustamento necessari a mantenere presenza e agio. In questa condizione è stata proposta la lettura individuale e a microfoni spenti di tre slide di testo prodotte dal Gruppo, restando in ascolto del corpo immerso nell'esperienza della lettura, delle sensazioni vissute di fronte allo schermo e in relazione con un testo digitale e bidimensionale di contenuti prodotti da altri. Questo passaggio ha introdotto una esperienza condivisa di attenzione intenzionalmente focalizzata sullo schermo, con un contenuto verbale ed in un "contesto relazionale bidimensionale" accompagnato ad un invito strutturato e guidato a mantenere l'attenzione sulle sensazioni corporee, sulle loro modificazioni e sulle modificazioni necessarie a mantenere uno stato di agio fisico e psichico, nello svolgimento di un compito cognitivo potenzialmente facilitante l'ottundimento sensoriale.

Al termine di questa prima esperienza è stata data la possibilità di restituire il proprio vissuto attraverso la condivisione di un gesto o di un piccolo movimento che condensasse in modo non verbale sensazioni, elementi di curiosità o interesse, quesiti o interrogativi emersi durante la lettura.

A questo punto è stato possibile entrare nel cuore del workshop e in una fase esperienziale in cui attraverso il movimento è stata attivata l'immaginazione con suggestioni progressive e semplici consegne, che è stato proposto di personalizzare e modulare secondo i propri limiti e possibilità, anche uscendo se necessario dall'inquadratura della videocamera. La scommessa di passare dalla dimensione riflessiva a quella creativa e viceversa in modo fluido e complementare, restando presenti ad entrambe, è stata giocata attorno ad alcune parole chiave: paesaggio e ambiente, punto di vista e sguardo, complessità e tridimensionalità.

La prospettiva che ha guidato questa parte di laboratorio è stata quella della Storia del Cinema e delle Arti della Visione mediate da tecnologia, in riferimento al bagaglio culturale e sociale che condiziona da almeno un secolo la nostra percezione di fronte al virtuale, al digi-

tale, al *medium* video-fotografico; pertanto è stato fatto riferimento a termini come prospettiva, inquadratura, zoom, panoramica, macchina da presa, mutati rapporti di fruizione e relazione spazio-temporali (Benjamin, 1939/2011).

Si è partiti dalla visione del *kaiserpanorama*: uno storico dispositivo antenato del cinema moderno e di tutti quei dispositivi che consentono la visione di paesaggi e mondi geograficamente lontani e che al contempo limitano e dirigono lo sguardo e la posizione del corpo dell'osservatore; un dispositivo della visione che ispirò durante l'infanzia Walter Benjamin, tra i grandi studiosi della rivoluzione tecnologica delle comunicazioni e dell'arte, il quale sviluppò riflessioni utili ancora oggi sul rapporto tra sguardo, mediazione tecnologica, società e comunicazione.

È stato fatto notare come dopo quasi un secolo e mezzo dal *kaiserpanorama* e più di un anno di pandemia, noi ci siamo assuefatti alla visione obbligata su porzioni di mondo e all'esperienza limitante o alterata del movimento e delle relazioni vissute quasi esclusivamente attraverso lo schermo e tutto ciò viene vissuto, e a volte subito, come un dato di fatto. Cosa cambierebbe dunque se si provasse a problematizzare e analizzare questa condizione, giocando a non dare per scontata, anzi a riattivare, incarnare questa sensazione del limite, del direccionamento obbligato, del ritaglio parziale concesso allo sguardo?

A questo punto il Gruppo è stato condotto in un esercizio di esplorazione e improvvisazione in autonomia, attraverso l'utilizzo di parti del corpo, oggetti o arredi e incentrato sulla sperimentazione del limite e dell'incapacità di cogliere la realtà nella sua completezza e tridimensionalità, rivivendo quella che nel linguaggio cinematografico è l'inquadratura "in soggettiva".

Il passaggio successivo è stato quello di sperimentare e poi di nuovo ascoltare le proprie reazioni e le associazioni personali collegate alla possibilità di aprire lo sguardo (o, nella metafora cinematografica, allargare l'inquadratura giungendo ad una "panoramica") e di esplorare con maggiore libertà lo spazio e l'ambiente, contestualizzando ciò che prima risultava parziale e bidimensionale e sentendosi liberi di cercare la propria visione della realtà.

È stato fatto riferimento a come in alcuni casi, nel cinema, questa apertura dello sguardo può coincidere con un *flashback* (che permette

di ricordare come si è arrivati a quel punto dell'esperienza o come era la realtà prima che avvenisse un cambiamento cruciale...) oppure con una voce narrante o una colonna sonora che ci introducono in un preciso contesto culturale e storico che possiamo riconoscere oppure iniziare a studiare, e che può consentire di considerare il limite da una prospettiva più ampia e articolata.

La fase conclusiva dell'improvvisazione è stata affidata all'immaginazione libera partendo dalla riflessione su come spesso sia questo lo snodo drammaturgico a partire dal quale si dipanano, di fronte agli occhi dello spettatore, l'evoluzione dei punti di vista possibili e la complessità delle inquadrature e del mondo al di là dello schermo: la nostra visione e il *set* cinematografico saranno organizzati e orientati secondo precise direzioni, gli spettatori potranno scegliere come e se proseguire nella visione della storia, inizierà un'interazione di emozioni, informazioni e sguardi che sarà unica per ciascuno e sarà inevitabilmente connotata dalla propria *weltanschauung*, dal *background* e non ultimo dalla relazione che si ha con il *medium* tecnologico utilizzato.

A questo punto sono state invitate le partecipanti a usare queste immagini come metafora ed equivalente del proprio vissuto professionale, rispetto alle limitazioni o alle possibilità sperimentate di fronte al *medium* tecnologico e alle scelte e opzioni che hanno dovuto o avrebbero potuto considerare nel loro lavoro, ad esempio attraverso l'acquisizione di specifiche *skills*, oppure la scelta e selezione di un determinato bacino di utenza, fino addirittura all'opzione di riconoscere la propria inadeguatezza o non disponibilità a commutare totalmente il proprio *set/ting* in modalità online e sospendere temporaneamente gli interventi, ove possibile.

Attraverso alcuni passaggi più marcatamente tecnici e meta-riflessivi sono state presentate alcune slide riassuntive degli step fin qui sperimentati e che possono essere così sintetizzate:

- prendersi il tempo e l'occasione per stare e ascoltarsi prima di agire, essere presenti al qui e ora del *set/ting* modificato e ai bisogni che emergono da parte delle Persone di cui ci si sta prendendo cura, nonché di se stessi, accogliendo e dando un nome all'esperienza del limite;
- organizzare le informazioni apprese, i dubbi e le domande che sorgono, le risorse a propria disposizione e quelle mancanti, con-

- testualizzare il proprio vissuto in un'esperienza storica, globale, studiare, fare rete tra colleghi;
- scegliere in base alla propria esperienza e alle proprie attitudini cosa e perché attuare determinate modificazioni, consapevoli delle ricadute e risonanze che potrebbero verificarsi, permettersi di escludere o ridimensionare gli interventi per cui non ci si sente sufficientemente preparati, aprire lo sguardo a nuove possibilità, restituendo senso, calore e tridimensionalità all'intervento professionale.

In conclusione sono state illustrate le fasi che hanno portato alla ideazione della griglia di raccolta e organizzazione delle “domande lanterna” e alla bibliografia ragionata. È stata poi data la parola alle partecipanti e la possibilità di condividere con il gruppo una restituzione in forma scritta.

7. Considerazioni

Il percorso del Gruppo di Studio ci ha portate ad alcune considerazioni, prima di tutto di carattere metodologico. Le condizioni post-emergenziali e l'ambiente tecnologico nel quale si è sviluppato hanno spinto ad una chiara ed esplicita definizione di metodo e tempi di lavoro fin dal primo momento e, nel prosieguo, questa definizione è rimasta il cardine operativo. Tuttavia questo è per ciascuno dei GdS APID® il passaggio fondativo caratterizzante, motivo per cui abbiamo ritenuto utile esplicitarlo e condividerlo in questa sede. Lo sguardo sulle precedenti e parallele esperienze dei Gruppi di Studio, ciascuna con un proprio specifico, ci sembra evidenziare la necessità non tanto di una omologazione di metodo ma il valore di costruirne uno pertinente, valido e chiaramente definibile per ciascun tema e contesto.

Lo sguardo attorno, una volta allargata l'inquadratura, ci porta a sottolineare un altro punto di connessione con altre esperienze di studio in APID®. Un aspetto caratterizzante il Gruppo è stato rappresentato dalla tensione ad integrare la dimensione dell'esperienza soggettiva della pratica professionale e della sensorialità con la condivisione nel Gruppo e la dimensione riflessiva, unita a sua volta allo sforzo di raccolta con quella della elaborazione dei contenuti. È doveroso segnalare come entrambi questi elementi siano vicini anche al metodo di lavoro del precedente Gruppo di Studio APID® “DMT *Embodiment* e Resi-

lienza”, che ha adottato peculiari modalità di approfondimento dei testi attraverso l’esperienza incarnata e condivisa. Questo richiamo perché se, da un lato, alcuni aspetti più concreti sono stati intenzionalmente ed esplicitamente ripresi da quel GdS, da un altro ci piace pensare che le esperienze evolutive in un contesto professionale possano nutrire il campo in modo reciproco e circolare, anche indirettamente e implicitamente. Una modalità di integrazione della sensorialità e della valorizzazione dell’esperienza concreta allo studio della letteratura e allo sforzo di sistematizzazione e alla condivisione ci sembra essere un carattere sempre più diffuso e distintivo di un approccio peculiare della DMT alla analisi dei fenomeni e alla ricerca.

Nel corso del lavoro la riflessione sulle modificazioni dei *set/ting* è stata progressivamente circoscritta alla modalità online e dunque agli interventi mediati da tecnologia, alla relazione con e attraverso lo schermo e ai vissuti connessi a tale particolare (e privilegiato) contesto di lavoro; di qui, come si è visto, sono scaturiti i collegamenti interdisciplinari e le esperienze di metariflessione *embodied* proposte durante il workshop.

Tale scelta di campo è stata motivata anzitutto dalla modalità stessa di comunicazione e di lavoro del Gruppo: gli incontri si sono svolti necessariamente online e, nel momento in cui ci si confrontava per approfondire ed interrogarsi in merito alle nuove prassi che via via venivano sperimentate, si andava osservando il proprio “essere” online e si andavano studiando e individuando possibili nuove risorse a disposizione per ottimizzare lo scambio, la relazione, la comunicazione e l’acquisizione di nuove specifiche *skills* in ambito digitale. Dunque l’oggetto di indagine e l’ambiente in cui l’indagine è avvenuta hanno finito per coincidere in parte e per divenire complementari.

Anche la forma della condivisione pubblica dei materiali, dell’esperienza e dei risultati è stata fortemente caratterizzata dalla mediazione tecnologica, poiché tanto il workshop quanto le slide di sintesi previste per il sito web dell’Associazione hanno necessitato di una “logica” di formulazione che contemplasse la distanza nel tempo e nello spazio e la fruizione attraverso il *medium* dello schermo e del video.

Ciò che si è potuto osservare al termine del percorso è che la dimensione online è stata per il Gruppo un punto di partenza per individuare aspetti e risorse trasferibili ed esportabili anche in altri contesti

di *setting* modificato (*outdoor*, in modalità *blended*, con variata numerosità, con limitazioni imposte dal distanziamento o dall'uso dei DPI...) e utili per una riflessione più generale sullo sviluppo della professione e sulla metodologia dello studio in gruppo. Coerentemente con le premesse che hanno orientato la genesi della ricerca, infatti, sono stati sperimentati, articolati e condivisi elementi volti a interrogare il professionista, a stimolare quesiti e momenti di riflessione sulla propria pratica, ad osservare e nominare i limiti percepiti e le difficoltà o mancanze di fronte alle quali è possibile trovarsi, a porsi continue domande rispetto al proprio metodo di lavoro o di risoluzione dei problemi e a sollecitare il confronto interdisciplinare facendo rete tra colleghi e contestualizzando le informazioni anche alla luce della letteratura prodotta in precedenza e delle occasioni di formazione disponibili riguardo a queste tematiche.

RIFERIMENTI BIBLIOGRAFICI

- Barba E., Savarese N. (1996), *L'arte segreta dell'attore. Dizionario di antropologia teatrale*, Lecce, Argo.
- Benjamin W. (1939), *L'opera d'arte nell'epoca della sua riproducibilità tecnica*, trad. it., Torino, Einaudi, 2011.
- Brook P. (1987), *Il punto in movimento (1946-1987)*, trad. it., Milano, Ubulibri, 2016.
- Casalini C. (a cura di) (2013), *Il mio pensiero. Edgar Morin parla con gli studenti*, Milano, Medusa.
- Casetti F. (2005), *L'occhio del Novecento. Cinema, esperienza, modernità*, Milano, Bompiani.
- Deriu F. (a cura di) (1999), *Lo schermo e la scena*, Venezia, Marsilio.
- Naccari A. G. A. (a cura di) (2012), *La mediazione corporea per un'educazione olistica. Simboli in movimento tra pedagogia e terapia*, Milano, Angelo Guerini e Associati.
- Rivoltella P. G. (2015), *Le virtù del digitale. Per un'etica dei media*, Brescia, Morcelliana.
- Russell G. I. (2015), *Psicoanalisi attraverso lo schermo. I limiti delle terapie online*, Roma, Astrolabio.
- Semi A. A. (1985), *Tecnica del colloquio*, Milano, Raffaello Cortina.
- Trincherò R. (2002), *Manuale di ricerca educativa*, Milano, Franco Angeli.

SITOGRAFIA

- Cometa M., *Presentazione*. Consultato a novembre 2020, da <http://www.studiculturali.it/dizionario/dizionario.html>
- Fant D., Milani C. B. (2020), *Suggerimenti per una formazione a distanza critica, ecologica e libera*. Consultato ad aprile 2021, da <https://circex.org/it/news/organic-fad>
- Sander L., Baumann O. (2020), *5 reasons why Zoom meetings are so exhausting*. Consultato a luglio 2020, da <https://theconversation.com/5-reasons-why-zoom-meetings-are-so-exhausting-137404>

2.4 LE SEZIONI LOCALI

MARIA PAOLA RIMOLDI

Reti reali a supporto di reti virtuali: il contributo delle Sezioni locali APID®

Abstract

Il testo relaziona le attività delle Sezioni locali APID® lungo un intero anno segnato dalla pandemia e dimostra come la presenza di realtà istituzionali concretamente presenti e operanti sul territorio abbia permesso l'instaurarsi proficuo delle attività online e la crescita di una maggiore sinergia collaborativa sia tra le Sezioni stesse, sia con il Direttivo, sia con le socie e i soci, con evidenti ripercussioni positive in ambito organizzativo e del benessere dei singoli e dell'Associazione nel suo complesso.

Parole chiave: reti, istituzioni, creatività, supporto, comunicazione.

The text reports on the activities of the local APID® Sections throughout a whole year marked by the pandemic and shows how the presence of institutional realities that are actually present and operating in the territory has allowed the fruitful establishment of online activities and the growth of a greater collaborative synergy between the Sections themselves, with the Executive and with the members, with obvious positive repercussions in the organisational field and in the well-being of individuals and of the Association as a whole.

Keywords: network, institutions, creativity, support, communication.

Riprendo in questo spazio le parole con cui ho introdotto la presentazione delle Sezioni locali in occasione del Convegno e dell'Assemblea annuale dell'APID®. Approfittando dell'occasione di poter mettere il tutto per iscritto, desidero aprirmi a qualche riflessione più ampia. In particolare, vorrei mettere in risalto quanto, proprio in un tempo in cui la comunicazione in presenza è stata tarpata a causa del *lockdown*, l'esistenza di una rete di DanzaMovimentoterapeuti attivi sul territorio sia stata fondamentale per aiutare socie e soci a sentirsi meno isolati, pur se rinchiusi a casa, meno dispersi e incerti di fronte agli interrogativi e alla incorporeità delle relazioni telematiche. Questa rete reale ha fatto sì che quella virtuale diventasse altrettanto concreta,

vivace, funzionale e supportiva. A mio parere, in base a quelle che sono state le esperienze vissute, sia nei laboratori tenuti come conduttrice sia in quelli seguiti come partecipante in versione online, la capacità di *embodiment* che abbiamo imparato ad allenare e a tenere sempre accesa nel nostro lavoro ha permesso di esprimersi e trovare una connessione profonda emotivamente ma anche concretamente viva nella messa in gioco dei propri corpi, persino a distanza e, soprattutto, nonostante la distanza. Inoltre, abbiamo imparato man mano ad affinare il nostro sguardo verso una persona di cui riceviamo solo l'immagine video, abituantoci a vederla e a sentirla più tridimensionale e meno eterea. Ma credo sia stato fondamentale e abbia rappresentato un valore immenso il fatto che ci fosse chi, con un ruolo istituzionale, sosteneva le socie e i soci nel tenere insieme le fila di questa trama, qualcuno che metteva mano alla spola e la rilanciava da un angolo all'altro dell'Italia, premurandosi anche di iniziare a dare una rilettura globale di ciò che stava accadendo.

La mia gratitudine, quindi, va innanzitutto alle responsabili delle Sezioni locali per il lavoro svolto in un momento tanto delicato e confuso come quello della pandemia, che ha dato frutti consistenti nonostante i limiti imposti dalla situazione attuale.

Nei report stesi dalle responsabili di Sezione ho rilevato l'elasticità resiliente con cui sono state attraversate le fatiche e si sono affrontati i blocchi di un lungo periodo ostile; la sincerità nel non sottacere le difficoltà, le quali peraltro sono state sempre affrontate in modo costruttivo; la capacità di saper guardare non solo ai problemi o alle mancanze, ma anche alle risorse nuove che in questi tempi duri si potevano comunque mettere in campo. Pratica, quest'ultima, che tanto consuona con il fatto di essere noi tutte e tutti particolarmente esercitate e esercitati a muovere non solo i muscoli del corpo, ma anche quelli dell'immaginazione e della creatività. E dell'importanza di tali qualità abbiamo sentito parlare ripetutamente pure nelle relazioni presentate al Convegno e qui riportate.

Non è semplice mettersi a disposizione per affrontare aspetti organizzativi e amministrativi riguardanti l'Ente di cui noi tutti siamo parte, aspetti che spesso, sulle prime, sembrano sottrarci tempo ed energie che vorremmo reinvestire direttamente nella nostra operatività sul campo. Tanto più, quindi, la nostra gratitudine deve essere indirizzata

verso chi, con passione e generosità, si prende a cuore, per il bene comune di una Associazione come la nostra, anche questo compito. Tanto più va fatto comprendere alla maggioranza delle socie e dei soci quanto sia importante sostenere dal basso l'operato dei propri rappresentanti con consigli, critiche serene e propositive, ma anche solo con un segnale di presenza. Tanto più è da valorizzare l'efficacia che gli strumenti operativi usuali di una o di un DanzaMovimentoterapeuta, basati sull'ascolto emotivo e sull'attivazione del processo creativo, come si diceva sopra, possono avere nell'affrontare questioni pratiche, istituzionali e burocratiche di vario genere.

Non si possono sottacere le criticità emerse in un periodo così complesso come quello che stiamo tuttora attraversando, alcune delle quali restano da affrontare come sfida per chi sarà investito dei prossimi mandati istituzionali, come ad esempio la necessità di dare forma a nuove modalità comunicative. Tuttavia, il fatto stesso che tali criticità siano emerse con maggiore chiarezza ha aperto la possibilità di trovare canali innovativi per procedere verso un miglioramento e una trasformazione. Un aspetto da rilevare, altamente significativo e di merito per tutta l'Associazione, è il seguente: la paralisi prodotta dalla pandemia non ci ha fermati, ci ha invece condotte e condotti a scoprire che esistevano altre vie percorribili, in parte di compromesso, certo, ma che contenevano in germe potenzialità ancora inesplorate.

In particolare, dovendomi congedare dal mio ruolo di referente del Direttivo per le Sezioni locali, mi piace farlo guardando ai buoni risultati che ho visto attuarsi e consolidarsi, proprio rispetto all'attività da esse svolta.

In primo luogo nomino la crescita numerica. Tre anni fa c'erano solo tre Sezioni attive (Piemonte, Lombardia e Sicilia), poi ne sono nate altre due (Umbria e APID® Sud); una Sezione silente si è "risvegliata" (Toscana), un'altra si è comunque riattivata in collegamento con il Piemonte (Liguria), infine è arrivata APID® Emilia Romagna (che a sua volta sta assumendo un carattere multiregionale, favorendo ad esempio l'ingresso di socie e soci del Trentino e del Veneto). L'Italia nel suo insieme è maggiormente coperta da questa rete territoriale e capillare, che permette un migliore collegamento tra le socie e i soci e una più facile mediazione tra la base e gli organi dirigenziali.

La pandemia ha accentuato le distanze, eppure credo che in APID®

si stia riattivando un tessuto locale, che bene supporterà i prossimi Direttivi dell'Associazione, ma che soprattutto costituirà una base di azione allargata dentro la quale le socie e i soci troveranno più facilità a riconoscersi e quindi, spero, anche maggiore voglia di interagire. L'irraggiamento diffuso di queste connessioni dal basso rappresenta una conquista, un supporto che ha apportato un carattere di circolarità e democraticità che rincuora.

Il secondo aspetto che mi preme sottolineare è la maggiore sinergia e collaborazione reciprocamente sviluppatesi tra le responsabili delle varie Sezioni locali, che hanno imparato a scambiarsi consigli utili e a dialogare tra loro; il video presentato al Convegno ne è un significativo esempio, ben augurale anche per il futuro. Sezioni di più vecchia data che possono indicare alle nuove nate come muoversi sul territorio e come interagire con i soci e le socie. Sezioni più giovani che comunicano il loro entusiasmo a quelle che, con il passare del tempo e a causa degli scogli spesso incontrati, rischiano di farsi vincere dallo scoraggiamento. Le une e le altre, insieme, a ideare progetti comuni, come nel caso dell'ultima edizione della Settimana della DanzaMovimento-Terapia, che si è svolta completamente online.

Da ultimo, dopo confronti non sempre semplici, le responsabili sono riuscite a ottenere una più facile mediazione tra la base e gli organi dirigenziali, attraverso la partecipazione ad alcuni incontri del Direttivo, in rappresentanza delle socie e dei soci. Sono certa che anche questa sia una buona pratica solo agli inizi, che darà tanto beneficio al funzionamento dell'Associazione e apporterà benessere a tutti i suoi associati.

Il mio augurio per il futuro è che le responsabili possano continuare a svolgere, all'interno delle Sezioni, un lavoro proficuo e pieno di riscontri positivi, che siano in grado di ricaricarvi energie costruttive e passione per l'incarico che stanno svolgendo a servizio delle socie e dei soci.

E INFINE...

MARIA PAOLA RIMOLDI

Il rituale di conclusione

Abstract

Una riflessione sul significato e l'importanza del rito con cui è stato concluso il Convegno: valore simbolico del gesto condiviso, senso di unità oltre le distanze che separano, il corpo che parla anche attraverso lo schermo di un computer, coralità che incoraggia e rincuora.

Parole chiave: corpo, restituzione, simbolo, espressività, comunicatività.

A reflection on the meaning and importance of the ritual with which the Conference was concluded: the symbolic value of the shared gesture, the sense of unity beyond the distances that separate us, the body that speaks even across the screen of a computer; a chorality that encourages and heartens.

Keywords: body, results, symbol, expression, communication.

Merita un ricordo speciale anche la modalità scelta per terminare questo Convegno, a riprova del valore che noi DanzaMovimentoterapeuti attribuiamo al corpo e alla sua espressività, per decantarne insieme ancora una volta le virtù così curative e trasformative che esso possiede ed è in grado di declinare ed esercitare, come gli interventi al Convegno stesso e molti altri studi di questo periodo stanno dimostrando, nonostante *lockdown*, distanziamenti e collegamenti solo virtuali. Una catena gestuale, frutto del combinarsi insieme delle parole e dei gesti-chiave raccolti dalle conduttrici dei laboratori online del Convegno, ha siglato la conclusione dell'evento. Questa modalità di sintesi finale è stata ispirata dalla volontà di riappropriarci insieme, con tutti i limiti e le frustrazioni imposte dalla distanza e dall'online, di alcuni aspetti peculiari del nostro lavoro, quali appunto l'importanza insostituibile della dimensione corporea come luogo di azione espressiva, emotiva e simbolica e del valore della condivisione e dello scambio attraverso un canale archetipico come quello rituale. Credo che sia stato molto pregnante e ricapitolativo, da ultimo, dare spazio e parola

proprio all'*embodiment*, e formulare una chiusura collettiva restituendo priorità al corpo, che è il nostro primo e unico strumento di comunicazione a nostra disposizione in questo mondo. Dopo una prima enunciazione delle parole di cui i gesti erano la trasposizione, tali gesti sono stati presentati e ripetuti più volte singolarmente dalle proponenti, per poi essere replicati dal gruppo intero, ed infine essere connessi uno con l'altro in un continuum concatenato, proposto da due membri del Direttivo. Ciò che colpiva al momento e che a posteriori è rimasto era l'intreccio e la ricomposizione armonica di emozioni potenti e dell'alternarsi di qualità opposte e integrantisi nei gesti ripetuti. Concentrazione, serietà e sorriso, gravità e levità, densità e sospensione, ciclicità che si ripete all'infinito ma che rimanda in sottofondo a quel momento in cui il ciclo dovrà giungere a una sua conclusione definitiva. È stato suggestivo vedersi insieme sullo schermo riprodurre gli stessi movimenti, ognuno dalla sua finestrella, ma anche fortemente dichiarativo della volontà di appoggiarci ancora una volta alle nostre potenzialità creative e alle nostre solide basi di carattere terapeutico per superare i limiti obiettivamente imposti dalla modalità di ritrovarci attraverso internet. È stato interessante, istruttivo e importante vedere trasformati quei gesti a ogni nuovo giro di danza, intrecciarsi sempre di più e adattarsi docilmente l'uno all'altro, lasciando tramontare la soggettività di ogni gesto singolo a vantaggio di una composizione più unitaria e di gruppo.

AUTRICI-AUTORI

Mignosi Elena – (*Curatrice*)

Professoressa associata di Pedagogia generale e sociale nell'Università di Palermo dove insegna Teorie, strategie e sistemi dell'educazione, Pedagogia della corporeità e Pedagogia della musica. Ha una formazione quadriennale in terapia sistemico-familiare ed è DanzaMovimentoterapeuta APID®; componente del Direttivo APID® nel triennio 2018-21 dove ha svolto il ruolo di referente dei gruppi di studio. È autrice di numerosi saggi e pubblicazioni scientifiche, in particolare riguardo alla DMT, del volume *La formazione dei formatori e la DanzaMovimentoTerapia* e di una decina di articoli relativi alla DMT nella formazione e in ambito interculturale.

elena.mignosi@unipa.it

Battista Fernando – (*Curatore*)

Formatore, DMt-Sv Apid®; dottorando presso l'Università di Roma Tre; ArtCounselor Trainer-Sv; docente di scuola secondaria di 2° grado. Docente del Master di Artiterapie dell'Università di Roma Tre e del Master di Educazione Interculturale della stessa Università. È Direttore scientifico e ideatore del percorso artistico di specializzazione per Counselor "Educare alle relazioni" presso il Centro Italiano Gestalt. Opera con gli strumenti della DMT nel campo della formazione in ambito educativo e interculturale. Conduce attività individuali e di gruppo. È autore di varie pubblicazioni sulla DMT in educazione interculturale.

fernando.battista@uniroma3.it

Bassani Roberta

Danzatrice, DanzaMovimentoterapeuta, formatrice e supervisore APID®; Certificated Body-Mind Centering come Somatic Movement Educator (SME) e Infant Developmental Movement Educator (IDME); Vicepresidente di "La Mia Misura ASD-APS"; fondatrice e coreografa della *Compagnia della Mia Misura*, progetto di Teatro

Danza sull'inclusione sociale. Lavora a Roma in ambito sociale e culturale, utilizzando le sue competenze in campo espressivo sia con gruppi di persone disabili che con interventi individuali.
rbassani71@gmail.com

Cambini Renza

Presidente OPPIForma. Architetto, fin dall'inizio si è interessata più agli aspetti metodologici che a quelli pratici della progettazione, che ha poi trasferito nella formazione degli adulti sia in ambito aziendale che pubblico, soprattutto con riferimento all'informatica, alla grafica e alla prospettiva sistemica.
rcambini@gmail.com

Cancelli Mariateresa

DanzaMovimentoterapeuta APID®; Segretaria Economa Direttivo 2018-2021. Formazione quadriennale c/o Art Therapy Italiana; diploma KMP I livello (*Kestenberg Movement Profile* con Susan Loman); Master in conduzione di gruppi di Movimento Autentico; danzatrice e coreografa, insegnante di Danza Contemporanea e di Massaggio Infantile. Lavora come libera professionista presso il proprio spazio Studio Grialia di Caravaggio (Bergamo).
mariateresacancelli680@gmail.com

D'Ambrosio Maria

Professoressa Associata di Pedagogia generale e sociale all'Università degli Studi Suor Orsola Benincasa di Napoli e Direttrice scientifica del gruppo di ricerca "*Embodied education*"; membro del Comitato scientifico del Premio Nazionale di Divulgazione Scientifica e del Comitato Tecnico per il Patrimonio Culturale Immateriale della Regione Campania; fondatrice e Presidente di "F2Lab" APS; vincitrice dello *Standout Woman Award* 2019; autrice di saggi e pubblicazioni scientifiche. Scrive per il suo blog "Artificio" e su "Nòva" del Sole24ore.
maria.dambrosio@docenti.unisob.na.it

D'Anna Emilia

Dottoressa in Scienze e Tecniche Psicologiche. Ha effettuato ricerche in campo di promozione della salute collaborando con la U.O.C. Qualità e Umanizzazione all'ASL Napoli 1 Centro.
emy_1998_@live.com

Diamare Sara

Psicologa, Psicoterapeuta; DanzaMovimentoterapeuta; Supervisore APID®; Dirigente Psicologa, U.O.C. Qualità e Umanizzazione ASL Napoli 1 Centro; già in staff UOD14 - Promozione e potenziamento programmi di *Health's Innovation* Giunta Regionale della Campania - Direzione Generale per la Tutela della salute ed il Coordinamento del Sistema Sanitario Regionale; già Referente Progetto Mattone Internazionale (EU) ASL Napoli 1 Centro; già Coordinatrice della rete HPH&HS per la Regione Campania.

e-mail: sara.diamare@gmail.com - rydiana@gmail.com

Govoni Rosa Maria

Docente Supervisore di Art Therapy Italiana; Psicologa, Psicoterapeuta, DMt APID®; BD-DMT; *Sensorimotor Psychotherapist I level*, *KMP I level*; *Restorative Psychotherapy*. Ha diretto il dipartimento di DMT e Co-diretto l'Istituto di Psicoterapia Espressiva; attualmente co-dirige la Formazione Continua di Art Therapy Italiana. Docente di Movimento Autentico nella *Faculty "Co4"*. Svolge attività clinica, supervisione, aggiornamento professionale in DMT, movimento autentico, psicoterapia espressiva in Italia e all'estero tra cui Svizzera, Cina, Russia. Autrice diversi articoli in diverse lingue.

rmgovoni@gmail.com

La Costa Vittoria

Psicologa, Psicoterapeuta, Dottoressa in Lettere; DanzaMovimentoterapeuta, formatrice e Supervisore APID®; Art Psychoterapist (*Goldsmiths' College, University of London*); didatta in training IGA-CSP. Presidente di "La Mia Misura ASD-APS", fondatrice e coreografa della *Compagnia della Mia Misura*, progetto di Teatro Danza sull'inclusione sociale. Lavora a Roma come psicoterapeuta con persone adulte e anziane e come insegnante coreografa in gruppi integrati con persone disabili. Si occupa di formazione e supervisione di operatori sociali e tecnici sportivi e collabora con associazioni nazionali e internazionali per lo sviluppo di progetti europei sul tema dell'inclusione sociale.

vittlac@gmail.com

Pieia Francesca

Referente del Gruppo di Studio APID® "Lo sviluppo della DanzaMo-

vimentoTerapia nei *Set/ting* modificati”; Psicologa, Psicoterapeuta, DanzaMovimentoterapeuta, Torino.
info@manutenzionecreativa.it

Restelli Anna

Direttrice OPPI; Pedagogista con una lunga esperienza di formazione e di gestione di gruppi su compito, progettazione, gestione e valutazione di percorsi formativi sia nell’ambiente scolastico che pubblico. In qualità di Dirigente scolastico ha gestito innovazioni del sistema scuola nell’ottica dell’autonomia didattica e organizzativa.
r.guia@tiscali.it

Ribichini Elisa

Partecipante del Gruppo di Studio APID® “Lo sviluppo della Danza-MovimentoTerapia nei *Set/ting* modificati”. Regista teatrale, autrice, DanzaMovimentoterapeuta, Ancona.
info@elisaribichini.it

Rimoldi Maria Paola

DanzaMovimentoterapeuta e Supervisore APID®. Lavora in vari ambiti a sostegno della persona (disabilità, Alzheimer, educazione, formazione). *Counselor trainer FAIPcounseling* e insegnante certificata di Romana’s Pilates ai s. della l. 4/2013. Ha conseguito un PHD in Storia della chiesa medievale e un baccellierato in Teologia e collabora con *Movement in worship* di Brighton per diffondere il movimento e la danza nella preghiera cristiana.
mprimoldi@gmail.com

Sturiale Angelica

Responsabile Registro Formatori OPPIForma. Psicologa, Ph.D in Psicologia della Salute e Qualità della Vita e formatrice. Si occupa di attività consulenziale per singoli e gruppi a sostegno di figure professionali qualificate. Ha svolto attività laboratoriale-didattica universitaria presso A.O.U. Città della Salute e della Scienza di Torino per profili socio-sanitari. Socia fondatrice di “Motus” e membro di staff esperienziali, brevi e residenziali.
angelica.sturiale@gmail.com

Tecchiati Ines Federica

Formatrice e Supervisore APID®, KMP I livello, RBT®; Insegnante

esperta di Yoga e Meditazione (CSEN); Docente per il Sostegno (MIUR). Nel triennio 2018-21 è stata membro del Consiglio Direttivo, Vicepresidente e Presidente APID®, nonché delegata presso la *European Association of DanceMovementTherapy* (EADMT). Autrice di diversi saggi scientifici e del primo saggio operativo sugli strumenti di Osservazione del Movimento in lingua Italiana (*La Danza della Relazione*, EricksonLive, 2010). Opera con gli strumenti della DMT APID® sia in ambito privato che pubblico, in collaborazione con professionisti di ambito sanitario e nel sociale.
inesfedericatecchiati@gmail.com

Vaccamorta Nicoletta

Referente del Gruppo di Studio APID® “Lo sviluppo della Danza MovimentoTerapia nei *Set/ting* modificati”. Pedagogista ANPE; Danza-Movimentoterapeuta, Genova.
nicolettaraffella@gmail.com

Wengrower Hilda

PhD, DanceMovementtherapist and counselor. Academic School for Society and Arts-Ono College. She is the editor of the book review section in the international journal *Body, Movement and Dance in Psychotherapy*. She teaches and supervises in Israel and internationally and has published papers and chapters in several languages on subjects related to Arts Therapies in educational settings, DanceMovementTherapy with children with behavioral disorders, migration, arts-based research and DMT, and DMT in psychiatry. Her books *The Art and Science of Dance/Movement Therapy: Life is Dance* and *Dance and Creativity within Dance Movement Therapy* were co-edited with Sharon Chaiklin. Another co-edited book is *Traditions in Transition in the Arts Therapies* (Ecarte).
mshilda@mail.huji.ac.il

OPERE COMPLETE
di Vito Fazio-Allmayer
(22 voll.)

- Vol. I – *Prolusioni e discorsi inaugurali* - Firenze, Sansoni, 1969.
- Vol. II – *Materia e sensazione* - Firenze, Sansoni, 1969.
- Vol. III – *Introduzione alla filosofia* - Firenze, Sansoni, 1970.
- Vol. IV – *Il problema morale come problema della costituzione del soggetto* - Firenze, Sansoni, 1971.
- Vol. V – *Moralità dell'arte e altri saggi* - Firenze, Sansoni, 1972.
- Vol. VI – *Il significato della vita* - Palermo, Fondazione Nazionale «Vito Fazio-Allmayer», 1988.
- Vol. VII – *Logica e metafisica* - Firenze, Sansoni, 1972.
- Vol. VIII – *La storia* - Firenze, Sansoni, 1973.
- Vol. IX – *Studi sul pensiero antico* - Firenze, Sansoni, 1974.
- Vol. X – *Galileo Galilei* - Firenze, Sansoni, 1975.
- Vol. XI – *Saggio su Francesco Bacone* - Firenze, Sansoni, 1979.
- Vol. XII – *Introduzione allo studio della storia della filosofia e della pedagogia* - Firenze, Sansoni, 1979.
- Vol. XIII – *Storia della filosofia* - Firenze, Sansoni, 1981.
- Vol. XIV – *Ricerche hegeliane* - Palermo, Fondazione Nazionale «Vito Fazio-Allmayer», 1991.
- Vol. XV – *Alcune lezioni edite e inedite* - Firenze, Sansoni, 1982.
- Vol. XVI – *Alcune lezioni edite e inedite* - Firenze, Sansoni, 1983.
- Vol. XVII – *Discorsi - lezioni* - Firenze, Sansoni, 1983.
- Vol. XVIII – *Saggi e problemi* - Firenze, Sansoni, 1984.
- Vol. XIX – *Divagazioni e capricci su Pinocchio* - Palermo, Fondazione Nazionale «Vito Fazio-Allmayer», 1991.
- Vol. XX – *La Pinacoteca del Museo di Palermo e altri saggi* - Firenze, Sansoni, 1985.
- Vol. XXI – *Recensioni e varie* - Firenze, Sansoni, 1986.
- Vol. XXII – *Epistolario, I, Lettere a Bruna* - Palermo, Fondazione Nazionale «Vito Fazio-Allmayer», 1992.
- *Epistolario, II, Lettere a Gentile* - Palermo, Fondazione Nazionale «Vito Fazio-Allmayer», 1993.
- *Epistolario, III, Lettere varie e carteggi* - Palermo, Fondazione Nazionale «Vito Fazio-Allmayer», 2011.

