

PSYCHOMEDIA

Psycho-Conferences

DANZAMOVIMENTOTERAPIA E CORPO CONTEMPORANEO

Convegno Nazionale APID

Roma, 26-28 Marzo 2010

Il terreno che non c'è

il contributo della DMT al disagio infantile contemporaneo

Anna Lagomaggiore - Marina Massa



Nella nostra comunicazione desideriamo riflettere su come la difficoltà a confrontarsi con l'esperienza del limite che caratterizza il mondo contemporaneo (Bauman, 2003 Recalcati, 2010) si riverbera sull'universo infantile. In particolare come danza movimento terapeuta desideriamo concentrarci sugli aspetti dell'espressività motoria e corporea dei bambini che arrivano oggi a chiedere aiuto, in quanto siamo convinte che esse siano il veicolo principale attraverso cui il mondo infantile comunica un malessere che fatica ad essere tradotto in parole. Cercheremo pertanto di mostrare come il setting di Danza Movimento Terapia, con gli strumenti e le metodologie che gli sono proprie, consenta di esplorare le relazioni inconsce tra gesti, qualità dinamiche, forme corporee, immagini e rappresentazioni di sé offrendo delle possibili chiavi di lettura di un

malessere, quello infantile, che nel mondo contemporaneo risulta essere sempre più privo di uno spazio in cui possa essere accolto, decifrato e pensato.

Desideriamo fare questo partendo da un'immagine, un'immagine da ascoltare con il corpo più che da guardare con gli occhi, considerandola come una traduzione grafica di stati corporei e qualità dinamiche che caratterizzano l'espressività corporea e motoria del piccolo autore che l'ha creata.



Lo chiameremo Antonio. Il suo corpicino confuso e abbozzato è dentro una piccola barchetta non ben delimitata e instabile che pare in balia delle onde. La barchetta non riesce a poggiare sopra esse, così che davvero si ha la sensazione che nulla lo contenga e lo protegga da quel mare agitato. Il segno grafico delle onde così incontrollato e impreciso riproduce sul foglio la stessa qualità incontrollata del suo movimento nella stanza della terapia. Il flusso di tensione libero¹ che permea ogni suo movimento gli rende difficile fermarsi, concentrarsi, portare a termine un gioco, allo stesso modo anche il suo funzionamento mentale scivola continuamente via da un pensiero ad un altro, da un'idea ad un'altra senza riuscire a concentrarsi su nessuna. Antonio ora ha sei anni e mentre è perfetto e adeguato a casa, a scuola è in balia di ripetuti passaggi all'atto violenti verso i compagni. Il dolore e la rabbia che si sono accumulati in lui per un grave lutto familiare accaduto in tenera età, paiono diventare un mare tumultuoso su cui la fragile barchetta arranca come può. Il suo corpicino avvolto in una spirale di movimenti molli e lasciati fatica a condensarsi in un flusso di tensione muscolare più tenuto, proprio come se il venire meno di una funzione di contenimento in un momento così delicato della sua vita, avesse lasciato il suo immaturo corpo-psyche in balia dei

¹ Il flusso della tensione è definito da J. Kestenberg (1975) come alternanza nel flusso della tensione muscolare tra flusso libero e flusso tenuto. Il flusso libero della tensione muscolare si ha ogni volta che l'azione dei muscoli agonisti non incontra la resistenza dei muscoli antagonisti e quindi il movimento scorre liberamente

suoi bisogni, impulsi ed emozioni.

A. ha bisogno di essere incontrato lì, in quella spirale di flusso libero. Così dialogando proprio con questa sua qualità motoria, attraverso giochi e interazioni corporee, la danza movimento terapeuta cercherà di creare un terreno di incontro, capace di sostenere un cambiamento maturativo nella sua psiche. A. ha infatti certo bisogno di sviluppare un io corporeo più solido e stabile che possa diventare per lui un barchetta più sicura e capace di contenere tutta la sua traboccante energia motoria, e le emozioni e i pensieri che dentro essa si muovono.

A questo proposito fu proprio M. S. Whitehouse, una delle prime danza movimento terapeute di origine statunitense, a parlare, in un suo scritto del 1963, di come l'esperienza cosciente del movimento fisico può produrre dei cambiamenti nella psiche.

“ la cosa meravigliosa è che il corpo non è e non sarà mai una macchina. Non importa quanto noi lo trattiamo come tale, il movimento del corpo non è e non sarà mai meccanico: esso è sempre, e per sempre, espressivo, semplicemente perché è umano. Il corpo è l'aspetto fisico della personalità, e il movimento è la personalità resa visibile. Le distorsioni, le tensioni le restrizioni sono distorsioni, tensioni e restrizioni all'interno della personalità. Esse sono, ad ogni dato momento, la condizione della psiche.”

Con queste parole M. Whitehouse nello stabilire una relazione tra ciò che accade nel corpo e ciò che accade nella psiche, regala al corpo e a tutte le sue manifestazioni *un'oncia di simbolo* per usare un'espressione di D. Le Breton (2000), lo arricchisce cioè di una dimensione simbolica e di significato che non lo riduce ad un insieme meccanico di parti. Con queste parole una tra le prime danza movimento terapeute cercava di presentare al mondo il potenziale curativo e trasformativo che il corpo, se accolto nei suoi aspetti espressivi e comunicativi, contiene. In un'epoca dominata dalle macchine e da una tecnologia che regola ogni più piccolo aspetto della nostra vita quotidiana, queste parole possono rivelarsi confortanti. Nonostante il tentativo di ridurre il corpo ad una macchina, ad un meccanismo di cui perfezionare le performances, il corpo non è e non sarà mai una macchina, ne rimarrà sempre in un certo senso un residuo irriducibile. A questo residuo si rivolge la Danza Movimento Terapia, che possiamo definire come una forma di cura della persona che crea una cornice entro cui restituire al corpo la sua dimensione simbolica, entro cui interrogare, ascoltare e dare senso a quell'espressività corporea e cinestesica che diviene portatrice e comunicatrice di significato.

E' proprio a questo livello che nella nostra comunicazione desideriamo interrogarci rispetto a cosa accade oggi al corpo-psiche² dell'infanzia.

² Usando il concetto di corpo-psiche ci riferiamo all'indissolubile legame tra psiche e soma così come è stato concettualizzato da Winnicott ne "L'intelletto e il suo rapporto con lo psiche-soma"(1953). Con tale concetto egli si riferisce al corpo, non tanto e solo come realtà fisica, ma come elaborazione immaginativa delle parti somatiche, cioè della vita fisica, che lo rende una realtà psichica, nucleo del Sé immaginativo.

Come registra il sentimento di precarietà che caratterizza quest'epoca, la perdita di ogni riferimento stabile, la mancanza di un orizzonte di senso verso cui tendere. E quindi cosa può offrire oggi a questo universo infantile la DMT?

Sappiamo infatti da anni di letteratura psicoanalitica che il corpo-psiche degli adulti ed il legame che esso crea con il corpo-psiche ancora immaturo dei bambini rappresenta il contenitore psichico grazie a cui si dispiega il processo di crescita e maturazione psichica dei bambini (Winnicott -*holding*- 1965, Bion -*reverie*- 1972, Bowlby -*attaccamento*- 1969), ma sappiamo anche al tempo stesso che lo sviluppo umano si dispiega in ambienti successivi e progressivamente più ampi (Gaddini R., 1976) e questo ci consente di pensare alla società, e alla comunità umana sociale più allargata come la casa/contenitore degli esseri umani adulti.

Che cosa accade quindi quando questa casa/contenitore che è la società, non riesce più a svolgere le sue funzioni di contenimento e di limite, quando i confini tra realtà e fantasia sono mobili e liquidi, quando tutto è talmente possibile che si ha l'impressione che più niente sia reale, quando alla speranza di un mondo migliore si sostituisce il senso di incertezza e precarietà del futuro?

Riflettendo su questo desideriamo guardare alle forme espressive motorie dell'universo infantile con cui entriamo in contatto come danza movimento terapeuta, considerandole come testimonianze dirette di un tempo, il nostro, del non contenimento, radice del malessere profondo e di psicopatologie infantili caratteristiche del mondo contemporaneo.

Mentre infatti il progresso tecnologico continua ad offrirci nuove e sempre più sofisticate invenzioni il futuro risulta oggi più che mai incerto e imprevedibile, la tecnica progredisce senza potere trovare un limite e quindi un contenitore in un pensiero, in una riflessione capace di orientarla e darle senso.

Tempo quindi il nostro del *non contenimento*, dove sfuma l'idea di limite, di confine, dove tutto diventa possibile, dove le azioni e i gesti privati di pensieri che li sostengono e li contengono danno vita a passaggi all'atto incontenibili.

In questo tempo del "non contenimento" il disagio psichico dei bambini si manifesta primariamente attraverso una visibile alterazione dei due distinti sistemi di autoregolazione che J.Kestenberg (1975) ha definito *Tension flow* (flusso di tensione muscolare) e *Shape flow* (flusso di forma). Mentre il primo si riferisce all'elasticità dei tessuti muscolari ed è dato dall'alternanza nel flusso della tensione muscolare tra flusso libero (release) e flusso tenuto (contraction), il secondo si riferisce alla loro plasticità che può essere percepita nel continuo crescere e decrescere della forma corporea mentre respira.

La condivisione dello stesso flusso di tensione muscolare tra due o più individui presuppone e convoglia un'empatia profonda, ed è per questo che esso è chiamato il fattore emozionale, mentre dalla sintonizzazione della forma corporea scaturisce un senso di fiducia reciproca che sostiene la capacità di entrare in relazione con l'ambiente.

Questi due sistemi rivestono un ruolo fondamentale nello sviluppo del bambino in quanto è proprio esercitandosi fin dalla nascita nell'uso di essi sotto la tutela di una figura di accudimento che dialoghi e si accordi con essi, che il bambino dà contenuto e struttura alle proprie emozioni acquisendo dei modelli motori:

- per esprimere i propri bisogni
- per creare relazioni affettive con l'ambiente

E' proprio dalla continua ricerca di un "accordatura" tra questi due sistemi che nasce nel bambino, in condizioni normali, un primo senso di sé, un primo nucleo di integrità psicocorporea. Questi due sistemi sono infatti i mattoni corporei da cui fiorisce l'identità dell'individuo .

Quando sono presenti alterazioni nel Flusso di Tensione e di Forma possiamo invece osservare:

- movimenti molli e incontrollati o rigidi e inespressivi dove il Flusso di Tensione tende ad essere Neutro a causa di una mancanza di elasticità dei muscoli con conseguente difficoltà a alternare flusso libero e tenuto, rendendoli così privi di una struttura che li possa contenere;
- una cristallizzazione del corpo in forme rigide e statiche che impedendo un libero fluire della tensione muscolare ostacolano l'espressione e la comunicazione con l'esterno di bisogni, impulsi e sentimenti;
- una mancanza di transizione / modulazione tra stati corporei ed emotivi differenti.

Attraverso tali alterazioni i bambini ci parlano di un TERRENO CHE NON C'E, evidenziando la mancanza di una base affettivamente significativa su cui poter costruire e sviluppare il proprio essere e la propria personalità.

La barchetta in mezzo al mare è dunque priva di una base di appoggio travolta in una tempesta di azioni e movimenti privi di pensieri che diano ad essi un significato.

Così come sospesi nel vuoto sono i guerrieri che disegna Luca, undicenne giunto in terapia per una difficoltà a controllare i suoi impulsi aggressivi, dopo anni di rabbia accumulata per i continui conflitti tra i genitori. Spade spezzate, corpi di guerrieri ingabbiati dentro rigide armature e privi di una base di appoggio, sono l'espressione di una rabbia ingabbiata, la sua, alla ricerca di un

contenitore. Il suo stesso corpo ne appare all'inizio schiacciato dentro una forma corporea il cui flusso appare tutto bloccato verso il basso lungo la dimensione verticale, e con un peso passivo. Tuttavia basta entrare nella stanza della terapia perché il suo corpo ne sia all'improvviso travolto, e il flusso di forma ricominci a scorrere lungo la dimensione verticale divenendo così un contenitore plastico e solido dentro cui le sue espressioni di rabbia e forza possono organizzarsi e relazionarsi con l'esterno. Così nei continui giochi di lotta che accompagneranno tutto il suo percorso di cura con la DMT, Luca chiederà di essere aiutato ad esplorare qualità dinamiche del movimento di tipo *fighting*, con cui costruire, anche attraverso un ritrovato flusso di forma verticale, appropriati canali motori di scarica e di espressione della sua rabbia, affinché il suo corpo-psiche ne possa diventare un solido contenitore.

Anche il corpicino di Andrea, magro, minuto come privo di Peso e densità appare, quando entra nella stanza della DMT, muoversi rapido con movimenti caratterizzati da qualità "fluttuanti", "galleggianti" ("floating"), senza un centro, una base che lo possa radicare, tenere, e senza una continuità nella modulazione del Flusso di Tensione e di Forma che possa garantirgli una sufficiente possibilità di auto-contenimento. Compito della dmt sarà quello di sostenere Andrea nella sua tensione verso l'"isola sperduta", l'isola che appare nel suo disegno come un "centro" solido e compatto in mezzo ad un oceano "arrabbiato" come lui stesso lo definisce. Lui, undicenne giunto in terapia a causa di un'ansia spasmodica che spesso gli blocca il respiro e l'appetito; lui, bambino intelligente e sensibile, così attraversato impotentemente da una brusca altalena tra stati iperattivi, stati depressivi di inconsolabile tristezza e stati di rabbia infinita verso i suoi genitori. Stati che sembrano non collegabili tra loro mentre lo invadono di volta in volta come un'amalgama indefinito e soffocante, stati a cui non è possibile inizialmente dare un nome e che a volte sono rappresentabili come isole lontane.

Le sue "danze" consistono soprattutto in un primo tempo nel perenne inseguimento del pallone in una gara ripetitiva, senza sosta e un po' alienante difficilmente modificabile ed in una gestualità caratterizzata da Forme direzionali unifocali e spezzate, da una Qualità del Tempo estremamente accelerato e Ritmi Uretrali. Andrea sembra non trovare pace e come in un videogame, a lui tanto cari, "cambia canale" bruscamente, mai soddisfatto, senza la possibilità di soffermarsi e di creare una continuità ed un collegamento tra i diversi moti dei suoi stati interni. Può così assumere ora tonalità estremamente passive ed una negazione massiccia di qualsiasi difficoltà, ora attivarsi in movimenti urgenti e sfrenati. Oppure il suo Flusso di tensione da Neutro può divenire improvvisamente controllato e cristallizzarsi in una Forma corporea accorciata, *incava*, una chiusura congelata e congelante. Il corpo di Andrea diviene quasi una fortezza ("Il castello di Dracula") uno scudo esterno, che nasconde un vuoto interno troppo grande, una fragilità che lo rende estremamente suscettibile a qualunque critica di amici e compagni, tanto che lui appare sempre "in guerra con il mondo". Soprattutto per un lungo periodo, all'interno del setting della DMT, il ragazzino sembra incapace di trovare un "accordatura" tra Flusso di Tensione e Flusso di Forma tale da permettergli una espressione più soddisfacente, fluida, sana ed affermativa per la rabbia che lo pervade. E come il suo corpo sembra "galleggiare" nell'aria senza una base che lo

tenga e lo contenga, così nei suoi disegni difficilmente compare un fondamento, una base. Particolarmente significativa risulta così essere l'immagine sua e della sua famiglia da lui rappresentata in una inquadratura dall'alto, totalmente aerea e quasi priva di tonalità affettive.



Parallelamente al lavoro di terapia con il bambino, fondamentale diviene creare un solido collegamento con i genitori, un'alleanza che possa creare anche all'interno del corpo-famiglia quel contenimento che possa permettere la nascita col tempo di un pensiero nuovo e più connesso e la consapevolezza che il proprio bimbo con i suoi sintomi e la sua ansia non è tanto un "oggetto da aggiustare" ma il messaggero di un malessere radicato all'interno di tutto il nucleo familiare e soprattutto all'interno della coppia genitoriale fortemente in crisi .

Anche Gian Luca, sebbene con modalità diverse, appare comunicare il disagio del nostro tempo direttamente nel corpo attraverso principalmente un Flusso di Tensione muscolare quasi sempre neutro ed inespressivo. Gian Luca, ragazzino afflitto da dislessia con tutte le problematiche secondarie che ne conseguono, preferisce infatti scegliere, al contatto con il mondo reale, troppo complicato e doloroso, la "connessione" con il mondo virtuale tanto da trascorrere i suoi pomeriggi e i suoi week end con le persiane chiuse, al buio davanti al computer a giocare solo e per ore con la play-station. Dopo circa un anno di lavoro in terapia settimanale attraverso la DMT in cui lui manifesta un chiaro rifiuto verso qualsiasi materiale (fogli, penne, colori ...) gli ricordi vagamente il mondo della lettura e della scrittura, un giorno, rivolto alla danza movimento terapeuta, dice "ora ti sconvolgerò: facciamo il gioco degli scarabocchi?" e la volta successiva si mette a disegnare spontaneamente una mappa accurata per spiegare come sono fatti gli spazi della sua casa di campagna.



Questa mappa della casa (frutto del lungo lavoro di creare attraverso la terapia uno spazio davvero contenitivo e fondante) diviene fortemente simbolica, la rappresentazione di una svolta, la nascita in Gian Luca di una base più interiorizzata, una nuova disponibilità a contattare la concretezza del suo corpo con “giochi” di movimento più integrati, ed insieme uno “scendere” negli spazi reali ed importanti della sua vita con maggiore fiducia. Fiducia di potere sostenere e gestire la vita in qualche modo piuttosto che dovere evaderla continuamente. In contemporanea il Flusso di tensione muscolare inizia a “prendere vita”, a modularsi e ad aprirsi in Forme comunicative di componenti più affermative e di stati piacevoli ed evidente è progressivamente una maggiore connessione corporea³ interna “centro-periferia” ed “alto-basso” (P.Hackney, 2002), connessioni insieme corporee e psichiche che forse, nel tempo, potrebbero andare a diminuire la dipendenza di una continua connessione al mondo virtuale.

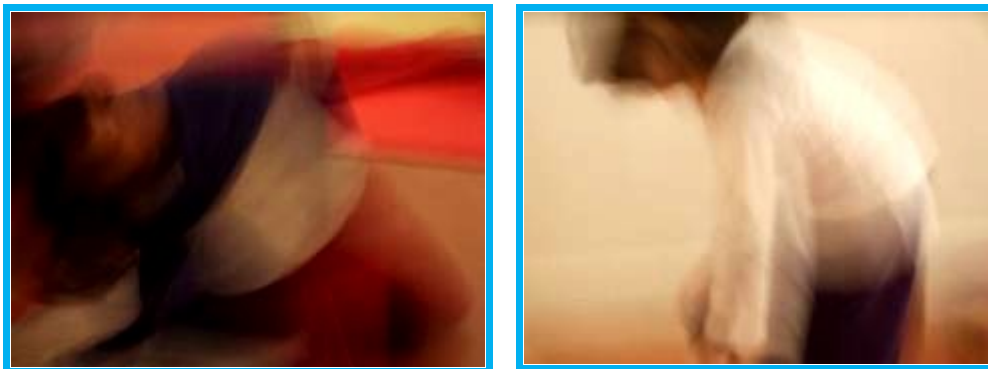
Questi brevi esempi diventano significativi all’interno delle ipotesi che sostengono la nostra comunicazione.

E vediamo così come nuove psicopatologie dell’infanzia e dell’adolescenza si affacciano oggi sulla scena:

³ Il lavoro sulle connessioni è stato il centro della ricerca di I.Bartenieff, allieva di R.Laban: i Bartenieff Fundamentals e i Modelli Cinetici di Connessione Corporea, descrivono come il corpo si organizza per mezzo del sistema neuromuscolare durante lo sviluppo dalla nascita in poi. I suoi studi sono stati proseguiti e approfonditi da P.Hackney. Il nostro organismo umano ha dei compiti di movimento da assolvere durante i primi anni di vita. Questi compiti permettono l’evoluzione di connessioni interne che collegano non solo il corpo nelle sue diverse parti (centro/periferia, testa/coda, alto/basso...) ma rappresentano i presupposti per le più complesse connessioni psico-corporee e cognitive. Questi schemi corporei si strutturano nel sistema neuromuscolare che determina per certi versi le capacità individuali di gestire la realtà esterna. Se l’individuo non ha conseguito questi schemi nel corpo, può trovare compensazioni che possono non essere altrettanto efficaci e non favoriscono il successivo livello di sviluppo. Spesso queste compensazioni hanno luogo nella psiche. E’ importante potere attraversare (ed eventualmente riattraversare nella terapia) ogni stadio.

- disturbi da deficit di attenzione e da iperattività sempre più in crescita negli ultimi anni;
- disturbi della regolazione, un costrutto diagnostico che è stato formulato negli anni 90 per definire la difficoltà del bambino nel regolare il comportamento, i processi sensoriali, attentivi, motori e affettivi e nell'organizzare uno stato di calma o uno stato affettivo positivo (Ammaniti M., 2001);
- infine le dipendenze da videogiochi, cellulari e internet, tanto che in letteratura nell'ultimo decennio si è cominciato a parlare di "Internet addiction disorder" (Vallario L., Giorgi R., Martorelli M., Cozzi E., 2005). Tali dipendenze creano stati di isolamento e estraniamento in cui i nuclei di sofferenza psichica delle personalità infantili in via di sviluppo rischiano di esplodere.

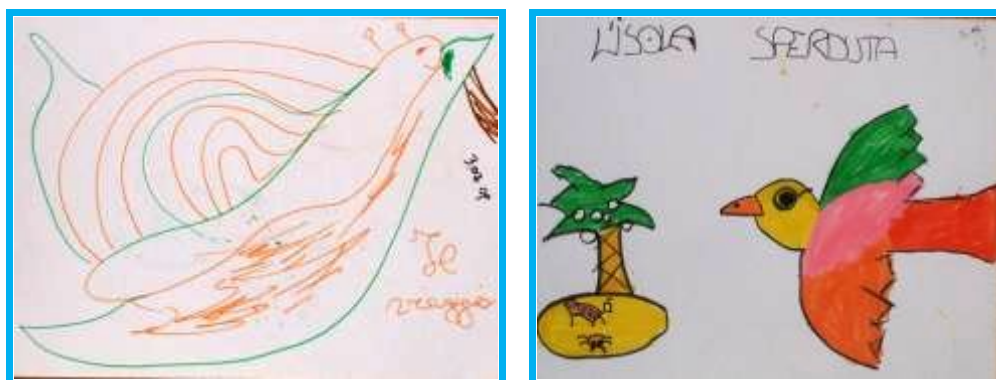
La mancanza di limite e contenimento di cui soffre oggi il mondo contemporaneo si riverbera quindi in un deficit di contenimento di cui soffrono i bambini di oggi. Esso si traduce in stati corporei carichi di disagio e sofferenza psichica che è importante decifrare come messaggi e richieste d'aiuto.



Iperattività, mancanza di controllo e regolazione, stati di apatia e passività, nel lavoro clinico con la Danza Movimento Terapia possono essere accolte e osservate come forme estetiche attraverso cui il corpo-psiche dei bambini cerca di comunicare in modo criptato ciò per cui ancora non ha parole. E' proprio entrando in contatto con le qualità estetiche del sintomo che prende forma nell'espressività motoria del bambino, quindi con il ritmo, la forma, la tensione muscolare, la relazione con lo spazio, il tempo e il peso, che la danza movimento terapeuta cerca di offrire un terreno, una base su cui il sintomo del bambino possa essere incontrato.

Questo terreno è l'inizio di una storia, di una relazione che può diventare clinicamente curativa proprio perché può restituire al sintomo imprigionato nell'espressività motoria la sua funzione comunicativa e narrativa.

E allora come danza movimento terapeuta possiamo metterci in viaggio per rintracciare e riconoscere i segni di questa richiesta di aiuto che, come un'isola sperduta da ritrovare si esprime in modo cifrato attraverso il corpo, e incontrare i nostri piccoli pazienti lì dove sono.



Per fortuna, infatti, come diceva M. Whitehouse, il corpo non è e non sarà mai una macchina, e reca in sé una traccia espressiva di ciò che accade alla psiche. Nella sua umanità il corpo dei bambini ci narra di questo disagio, di questo malessere contemporaneo che si imprime nei loro gesti, nelle qualità dinamiche del loro movimento, nelle forme che il loro corpo assume, nell'immobilità o nell'esplosività che lo avvolge, prima ancora che la parola sia in grado di esprimerlo e raccontarlo.

BIBLIOGRAFIA

- Ammaniti, M. *Manuale di psicopatologia dell'infanzia* Raffaello Cortina 2001
- Bauman, Z. *Amore liquido* Editori Laterza 2003
- Benasayag, M. *L'epoca delle passioni tristi* Feltrinelli Ed. 2003
- Bion, W. *Apprendere dall'esperienza* Armando Ed. 1972
- Bowlby, *Attaccamento e perdita* Boringhieri 1969

- Bartenieff *Body Movement Coping Wight environment* Gordon 1980
- Cancrini T. *Un tempo per il dolore* Boringhieri 2002
- Ferro, A. *La tecnica della psicoanalisi infantile* Raffaello Cortina 1992
- Gaddini, R. *Il processo maturativo* Cleup Ed 1979
- Hackney,P. *Making Connections* Routledge N.Y. 2002
- Le Breton, D. *Antropologia del corpo e modernità* Giuffrè Ed. 2000
- Recalcati, M. *L'uomo senza inconscio* Raffaello Cortina 2010
- Kestenberg, J. *Children and parents* New York Jason Aronson 1975
- Vallario, L. *Il rito del rischio in adolescenza* Magi Ed. 2005
- Weatherhogg A.P. *“Al di là delle parole. L'osservazione del movimento nella danza- movimento terapia attraverso le linee evolutive. Il contributo di J. Kestenberg”* In “Dall'esprimere al comunicare”(a cura di) M. Belfiore, L.M. Colli Pitagora ed. 1998
- Whitehouse, M. *Movimento fisico e personalità* 1963
- In “Movimento Autentico” (a cura di) P. Pallaro Cosmopolis Ed. 2003
- Winnicott *L'intelletto e il suo rapporto con lo psiche-soma* (1953) in
 “Dalla pediatria alla psicoanalisi” Martinelli ed. 1975
- Winnicott, D.W. *Sviluppo affettivo e ambiente* Armando Ed. 1965