



UNIVERSITÀ DEGLI STUDI DI PADOVA
Dipartimento di Filosofia, Sociologia,
Pedagogia e Psicologia Applicata

CORSO DI LAUREA MAGISTRALE
IN SCIENZE UMANE E PEDAGOGICHE

Relazione finale

Promuovere il ben-essere della persona in situazione di disabilità:
una ricerca esplorativa sul sistema Biodanza

Relatore:
Prof.ssa Elisabetta Ghedin

Correlatore:
Dott.ssa Giovanna Benatti

Laureanda:
Cristina Lorenzin
1082720

Anno Accademico 2014-2015

INDICE

INTRODUZIONE	5
CAPITOLO 1 - Una nuova prospettiva educativa: il ben-essere	7
1.1 L'affermarsi del ben-essere come possibilità	7
1.2 Il ben-essere nella persona in condizione di disabilità	8
1.3 Che cosa intendiamo quando parliamo di ben-essere	11
1.4 La promozione del ben-essere soggettivo nelle persone con disabilità	14
1.5 La promozione del ben-essere sociale nella persona in situazione di disabilità	18
1.6 Il ruolo dell'educatore nella promozione del ben-essere delle persone con disabilità	21
CAPITOLO 2 - L'ICF nella prospettiva del ben-essere	25
2.1 Funzionamento e vita: i cardini della classificazione ICF per una nuova concezione di disabilità	26
2.2 La nascita dell'ICF	28
2.3 Struttura e caratteristiche fondamentali dell'ICF	30
2.4 ICF-CY : la classificazione “dedicata ai bambini di tutto il mondo e a tutti coloro che sono stati bambini”	38
2.5 Rischi e pregi legati alla classificazione	41
CAPITOLO 3 - La Biodanza: fondamenti teorici per un'educazione inclusiva	43
3.1 Le origini del sistema Biodanza	44
3.2 L'applicazione della Biodanza	45
3.3 Gli aspetti innovativi della “danza della vita”	47
3.4 Principi teorici fondamentali della Biodanza	51
3.5 La Biodanza come proposta inclusiva	53
CAPITOLO 4 - La Biodanza come proposta educativa per il ben-essere soggettivo e sociale delle persone con disabilità: una ricerca sul campo	57
4.1 Contestualizzazione ed esplicitazione della domanda di ricerca	57
4.2 Metodo utilizzato	59
4.3 Strumenti utilizzati	62
4.4 Persone coinvolte	63
4.5 Risultati	64
4.6 Analisi dei risultati ottenuti	71
4.7 Analisi dei dialoghi delle persone partecipanti agli incontri di Biodanza	79
4.8 Discussione, limiti della ricerca e prospettive future	84
Allegato 1- Principi Biodanza e codici ICF-CY	87

Allegato 2 - Spiegazione dei principi fondamentali della Biodanza	90
Allegato 3 - Spiegazione dei codici ICF-CY che sono stati analizzati	94
Allegato 4 - Percentuali finali associate ai codici ICF-CY	106
Allegato 5 - <i>Vivencia</i> di parola: dialoghi significativi e con valore inclusivo emersi durante gli incontri	108
CONCLUSIONE	117
BIBLIOGRAFIA	119
SITOGRAFIA	121

INTRODUZIONE

Per un lungo periodo di tempo, le persone in condizione di disabilità sono state considerate come dei malati, per i quali si riteneva fossero necessarie delle cure specialistiche, quindi l'attenzione veniva concentrata totalmente sulla patologia del soggetto. In una prospettiva medica di questo tipo, la priorità era rappresentata dall'individuazione degli interventi necessari per alleviare la sofferenza ed il malessere, ed in tal senso non veniva prestata attenzione agli aspetti positivi dell'esistenza umana. È a partire dalla ridefinizione da parte dell'Organizzazione Mondiale della Sanità del concetto di salute, non più inteso come assenza di malattia ma ritenuto multicomponenziale, che si inizia a comprendere come la persona con disabilità non possa essere considerata come passiva ricevente di cure, ma sia fondamentale riconoscerne il valore umano. Questo implica il passaggio dalla prospettiva “to cure” a quella “to care” che pone al centro dell'interesse la totalità della persona; si sposta l'attenzione dalla patologia all'individuo nella sua interezza e si inizia così ad interessarsi alla questione del ben-essere. Ci si interroga su come sia possibile essere felici e su quali siano gli interventi che l'educazione e la società devono mettere in atto per promuovere tale condizione per tutti i soggetti. Il ben-essere diventa, dunque, un possibilità per ciascuno, che per essere raggiunta richiede uno sforzo quotidiano della persona stessa per far sì che prenda in mano la propria vita, assuma atteggiamenti positivi, costruisca la propria felicità a partire dalle proprie risorse; ma a tale dimensione soggettiva, si deve associare un ben-essere sociale, frutto di relazioni interpersonali positive e di una partecipazione attiva all'interno della comunità di appartenenza affinché si possa giungere ad un ben-essere globale. In tal senso, per quanto riguarda la persona che si trova in condizione di disabilità, diventa necessario un duplice cambiamento, sia da parte del soggetto stesso nei confronti della propria esistenza, sia da parte del contesto educativo e sociale in cui l'individuo è coinvolto, che deve promuovere degli interventi e creare le condizioni affinché la persona con disabilità possa divenire protagonista della propria vita.

Tale mutamento di prospettiva nei confronti della persona con disabilità risulta possibile assumendo una visione olistica che consideri la complessità del soggetto e

della realtà circostante, che ne può determinare la condizione di disabilità; questa è la visione promossa dall'OMS con International Classification of Functioning, Disability and Health (ICF) che assume come punto di partenza la salute ed il funzionamento della persona. Promuove un cambio di paradigma che pone al centro la vita dell'individuo, considerandolo nella sua interezza e dinamicità, per quelle che sono le sue potenzialità, i suoi punti di forza ed i miglioramenti che possono essere attuati, sia per quanto riguarda la sua condizione di salute che la dimensione contestuale, con l'idea che chiunque, qualora il contesto sia sfavorevole, possa sperimentare una condizione di disabilità.

Diventa importante in tal senso creare un ambiente facilitante, nel quale vengano rimosse tutte le barriere alla partecipazione della persona che si trova in condizione di disabilità e venga favorita la creazione di realtà inclusive, nelle quali si punti alla valorizzazione di ciascuno, dove la diversità non venga concepita come un limite ma come una ricchezza. Una realtà di questo tipo si viene a creare con la Biodanza, un sistema elaborato da Rolando Toro a partire dal 1960 in Cile e che attualmente si sta diffondendo in tutto il mondo. Tale pratica può essere considerata come una prospettiva educativa che pone al centro la vita, la musica ed il movimento, creando un contesto all'interno del quale ciascun partecipante viene riconosciuto nella propria unicità, sperimenta la gioia di emozionarsi e di stabilire autentiche relazioni con l'altro, in cui nessuno si sente giudicato e per tale ragione è possibile esprimersi completamente, facendo emergere pienamente se stessi e le proprie risorse.

A tal proposito nel quarto capitolo viene illustrata una ricerca esplorativa, nata dalla collaborazione tra l'Università degli Studi di Padova e il Centro Gaja di Vicenza, specializzato nella promozione di progetti educativi con il sistema Biodanza, realizzata per valutare gli esiti di tale attività, grazie all'utilizzo della classificazione ICF. La domanda fondamentale a cui si è cercato di rispondere tramite tale indagine è se la Biodanza possa rappresentare una proposta inclusiva per il raggiungimento del benessere globale della persona con disabilità.

CAPITOLO 1

Una nuova prospettiva educativa: il ben-essere

1.1 L'affermarsi del ben-essere come possibilità

La tematica del ben-essere ha assunto solamente in tempi recenti rilevanza dal punto di vista scientifico ed è in particolare grazie al contributo della Psicologia Positiva che si è iniziato a ritenere il ben-essere, la felicità, lo stare bene, le emozioni positive come questioni che meritano di essere trattate con attenzione.

Le scienze sociali a lungo hanno preferito focalizzarsi sugli aspetti negativi dell'esistenza umana, ritenendo il malessere e la sofferenza come questioni prioritarie da trattare e a cui cercare di dare una risposta. Seguendo un approccio che potremmo definire medico, la ricerca si è concentrata su quegli studi che permettevano di identificare, classificare, migliorare gli stati patologici, i comportamenti atipici e le situazioni di disagio per l'uomo. Malattie, deficit, carenze sono stati l'oggetto di studio privilegiato ed in quest'ottica si riteneva quasi irrispettoso nei confronti della serietà della sofferenza trattare questioni quali il ben-essere e la felicità, ritenuti concetti vaghi ed indefiniti.

Storicamente si assiste ad una rottura con la tradizione dal momento in cui l'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS) ridefinì il concetto di salute, non più intesa come assenza di malattia, ma piuttosto come stato di completo ben-essere fisico, psichico e sociale. Potremmo definire questa inversione di tendenza come il passaggio da una cultura della malattia a una cultura della salute, o meglio del ben-essere. Ci si rende conto che intervenire su ciò che non funziona non significa necessariamente dar luogo ad un funzionamento ottimale, che assenza di malessere non coincide con stato di ben-essere ma che quest'ultimo è un concetto complesso che necessita di essere approfondito poiché fa parte della vita dell'individuo e in quanto tale deve essere studiato. Si inizia ad interessarsi a ciò che può rendere felice l'uomo, a ciò che può procurargli gioia, a come egli possa agire per vivere una vita di cui essere soddisfatto e a come la società, i servizi e l'educazione possano contribuire a tale condizione personale. Viene pertanto ridefinita l'idea di “star bene” e l'interesse per il ben-essere trova spazio

sia nella ricerca che nella mentalità comune delle persone che si interrogano sempre di più su come poter essere felici. Seligman, considerato il fondatore della Psicologia positiva ha evidenziato gli aspetti positivi del funzionamento umano, che possono condurre al raggiungimento della felicità, che egli ritiene sia legata alle emozioni provate dal soggetto, agli obiettivi che si perseguono nella vita e ad una serie di potenzialità che possono essere sviluppate e migliorate¹. “Per Seligman quindi la felicità o il ben-essere sono determinati dall'utilizzo delle potenzialità personali che portano ad un aumento delle gratificazioni”²; lo studioso suddivide tali potenzialità in sei categorie fondamentali: saggezza, coraggio, umanità, giustizia, temperanza, trascendenza. Un altro contributo importante per quanto riguarda gli aspetti fondanti il benessere ci è offerto da Fordyce il quale ha individuato molteplici dimensioni che accomunano le persone felici; l'individuazione di questa pluralità di domini che sono correlati al raggiungimento del ben-essere rappresenta per entrambi gli autori un punto fondamentale per giungere a dei miglioramenti concreti nella vita di tutte le persone.

1.2 Il ben-essere nella persona in condizione di disabilità

Abbiamo visto come la questione del ben-essere abbia faticato a trovare una certa rilevanza all'interno della ricerca scientifica. Se pensiamo alla persona con disabilità la questione diventa ancora più complessa poiché l'ottica che è stata assunta per lungo tempo nei confronti di queste persone non è stata sicuramente quella di promozione di esperienze positive di ben-essere. Le persone in situazione di disabilità sono state considerate a lungo come dei “malati e come tali venivano affidati ai medici che avevano il compito di prenderli in carico allo scopo di prestare cure necessarie alla loro guarigione. In questo modo le persone handicappate venivano sottoposte ad una raffinata quanto disumana deprivazione dei caratteri più squisitamente personali e considerate esclusivamente in funzione della loro malattia”³. Questo modello biomedico, che è stato l'approccio prevalente nei confronti della salute nella prima metà del secolo scorso, poneva al centro la disabilità che veniva considerata come un

1 Goldwurm G.F., *Qualità della vita e benessere psicologico*, McGraw-Hill, 2004, pag.117-128

2 Goldwurm G.F., *op cit*, pag.122

3 Trisciuzzi L., *Manuale di pedagogia speciale*, Editori Laterza, Bari, 1999, pag.14

problema dell'individuo, una malattia che necessitava di un intervento da parte di professionisti. Era compito del personale medico specializzato quello di diagnosticare il deficit e definire gli interventi correttivi e riabilitativi da mettere in atto. Lo scopo era quello di “normalizzare” per quanto possibile questi soggetti, poiché la condizione di disabilità veniva concepita come una deviazione rispetto alla norma, gli interventi che venivano messi in atto nei confronti di questi “anormali” si concentravano totalmente sulla condizione presente, senza considerare la possibilità di progettare per loro una vita futura di qualità. Appare evidente come in una prospettiva di questo tipo non ci sia stato nessun interesse per la felicità ed il ben-essere della persona con disabilità, che veniva considerata un “malato da curare, portatore di un'identità costantemente in riparazione, un paziente anziché un protagonista”.⁴

A questa concezione che ha predominato fino agli anni Sessanta del secolo scorso, è seguito il modello sociale che poneva l'enfasi sul ruolo della società nello sviluppo della disabilità, per giungere in tempi recenti ad un modello integrato, quello biopsicosociale che sposta l'attenzione sulla salute e sul funzionamento, considerati come l'esito positivo dell'interazione dinamica tra diversi fattori e non come l'assenza di malattia.

Questo cambio di mentalità rispetto alla tradizione ha permesso lo sviluppo una nuova visione nei confronti della disabilità, che pone al centro il riconoscimento dell'individuo in quanto tale, con la tutela dei suoi diritti e della sua dignità. Gli orientamenti medici, incentrati sulla riabilitazione della persona con disabilità all'interno di luoghi specifici vengono, ormai, ritenuti inadeguati “si fanno strada orientamenti che mettono al centro la qualità della vita delle persone e non la crescita delle loro capacità di performance e di superamento della distanza dalla cosiddetta normalità.”⁵ Nell'ottica di promozione del ben-essere del soggetto in situazione di disabilità diventa necessario assumere come punto di partenza il riconoscimento della sua persona piuttosto che del suo deficit, questo implica un percorso di maturazione che superi i pregiudizi che a lungo hanno dominato la mentalità comune. È fondamentale promuovere la “tutela e legittimazione sociale del portatore di handicap, nel senso del pieno sviluppo della sua

4 Pavone M., *Dall'esclusione all'inclusione*, Mondadori, 2010, pag.117

5 Medeghini R., *Disabilità e corso di vita. Traiettorie, appartenenze e processi di inclusione delle differenze*, Franco Angeli, Milano, 2006, pag.63

realtà personale e nel rispetto della diversità che è principio di valore. Ciò in considerazione del fatto che l'handicap non si deve identificare con la persona ma è una sua peculiarità esistenziale. Occorre, quindi, orientare sempre più lo sguardo sulla sua necessità quale persona, originalità, identità, diversità".⁶ Da queste parole emerge l'esigenza di considerare la persona non riducendola al suo deficit ma guardandola nella sua interezza, ritenendo la diversità come una risorsa, infatti "la minorazione non si impone semplicemente dall'esterno a un individuo, ma partecipa alla strutturazione positiva di una personalità"⁷

Il soggetto in situazione di disabilità deve sentirsi riconosciuto per il proprio valore umano e perchè questo avvenga deve vedere assecondati, negli interventi educativi che vengono attuati e a cui partecipa, i suoi bisogni, i suoi desideri e le sue peculiarità.

A tal proposito Daniela Sedran scrive:

[ogni persona] ha bisogno di sentire che è riconosciuta in quanto tale e il riconoscimento del sentimento del proprio valore è da porre alla base di ogni azione intenzionale educativa. Molto spesso accade che nell'intento di favorire la crescita e la formazione della persona il processo educativo si inceppa. Può accadere difatti che, nel progettare la realizzazione di un progetto educativo, non si entri in contatto con la persona nella sua identità o non si conosca affatto. Il più delle volte non si sa nemmeno quello che la persona realmente è, nella sua natura profonda e intima, quando al contrario, un'attenta lettura del quadro antropologico potrebbe fornire la realtà che esprimiamo con il termine potenziale educativo e creativo. Questo atteggiamento spesso lo si assume con il disabile per il quale si ritiene sufficientemente importante sapere la patologia e non conoscerne invece i reali bisogni affettivo relazionali, d'identità ed individualità, di benessere psico-fisico.⁸

Deve essere attuata, quindi, una prospettiva educativa volta a promuovere un atteggiamento attivo della persona con disabilità, non più considerata come un passiva ricevente di cure; ciò deve andare di pari passo con uno sviluppo di una maggiore consapevolezza proprio da parte di questi soggetti, nel senso di un cambiamento di atteggiamento nei confronti di se stessi e della propria vita. È fondamentale che queste persone non si scorragino per le difficoltà che possono essere legate alla propria condizione, lasciandosi guidare dalle scelte di altri, ma comprendano l'importanza di essere padroni della propria vita. E questo emerge con evidenza dalle parole che sono

6 Sedran D., *Il disabile persona e risorsa*, Morlacchi editore, Perugia, 2004, pag. VII

7 Pavone M., *op.cit.*, pag.9

8 Sedran D., *op.cit.*, pag.16

state pronunciate, durante un convegno nel Novembre del 2002, da Adolf Ratzka, disabile e fondatore del movimento della Vita Indipendente:

se noi permettiamo alle altre persone di trattarci come fossimo dei malati, non dovremmo essere sorpresi se loro cercano di proteggerci e così facendo limitano la nostra vita. Se noi ci consideriamo malati in costante necessità di una “cura” sarà difficile per noi accettare la nostra disabilità come una componente normale della vita e dirigere la nostra vita.⁹

Quindi potremmo dire che due sono gli aspetti fondamentali da tener conto in un'ottica di promozione del ben-essere: da una parte la persona con disabilità deve ritenere se stessa come individuo “potenzialmente felice” e mettere in atto tutte le risorse per giungere ad una vita che possa essere soddisfacente, dall'altra il ben-essere deve diventare “un contenuto essenziale degli stessi processi educativi”¹⁰ e quindi gli interventi devono considerare l'unicità di ognuno, aiutarli ad uscire da uno stato di passività e di dipendenza affinché possano essere i soggetti stessi a migliorare la propria qualità di vita.

Riassumendo potremmo quindi evidenziare che, quando abbiamo a che fare con delle persone in situazione di disabilità, le indagini medico-diagnostiche non possono essere trascurate “tuttavia queste analisi necessitano di essere condotte insieme all'indagine sul benessere delle persone con ritardo mentale, a come essi possano provare sentimenti di speranza, gratitudine, felicità. Forse la promozione di questi stati positivi, come pure l'attenuazione dei sintomi negativi potrebbe aiutare le persone con disabilità ad affrontare con maggiore consapevolezza le situazioni della vita di ogni giorno.”¹¹

1.3 Che cosa intendiamo quando parliamo di ben-essere?

La questione da cui dobbiamo partire é: cosa si intende per ben-essere?

Innanzitutto è fondamentale chiarire come questo concetto non sia rimasto immutato nel corso del tempo.

Maria Luisa Iavarone ha cercato di approfondire la questione mettendo in luce i

⁹ http://www.consequor.it/VitaIndipendente/vita_indipendente.htm#cinque, ultima consultazione 06/08/2015

¹⁰ Ghedin E., *Ben-essere disabili. Un approccio positivo all'inclusione*, Liguori Editore, Napoli, 2009, pag.1

¹¹ *Ibidem*, pag.19

significati che il ben-essere ha assunto nel tempo, in corrispondenza ai grandi cambiamenti che hanno caratterizzato la nostra società durante il secolo scorso. La studiosa, nella sua analisi, ha messo in evidenza come, mentre nei primi decenni del Novecento, il concetto di benessere era legato alla possibilità di poter fruire di acqua, luce all'interno della propria abitazione, qualche decennio più tardi era il possesso di alcuni beni quali l'automobile ed il telefono prima, il frigorifero e la televisione poi, a determinare il grado di qualità di vita delle persone. Quindi l'idea di benessere era strettamente correlata a quella di ricchezza e al tenore di vita. Mentre nella società industriale prevaleva la logica della "quantità", con la crisi del modello taylorista fordista è "la qualità" a divenire il criterio fondamentale sia nella produzione che nei servizi, sia nei riguardi della vita stessa.

In linea con questa perdita di importanza del predominio della quantità, il PIL che è stato concepito a lungo come l'unico indicatore per misurare il grado di benessere di una nazione, viene ora ritenuto insufficiente poiché non rileva nulla riguardo ai miglioramenti di altri standard di vita non strettamente collegati alla sfera economica. Infatti, non ci fornisce alcuna informazione riguardo agli aspetti immateriali che sono costituenti della vita dell'individuo, non ci dice nulla della felicità della popolazione. Amartya Sen, con il suo innovativo *capability approach*, si oppone alle concezioni utilitaristiche che legano il benessere di un Paese al reddito pro capite, ritenendo che questo non possa essere identificato attraverso dei parametri concernenti solamente l'aspetto economico, ma accosta il concetto di sviluppo alle opportunità che vengono offerte ad ognuno ed alla libertà che un Paese concede ai suoi cittadini di vivere una vita degna a cui si attribuisca valore.

Slegando il concetto di benessere da quello di ricchezza, Maria Luisa Iavarone ci dice che "l'aspettativa del benessere è divenuta più legittima, più quotidiana ed abbordabile" e continua sostenendo che è qualcosa di "giustamente attingibile mediante l'esercizio di un vero diritto a stare bene".¹²

Quindi il ben-essere a cui ora ci riferiamo è qualcosa che non dipende da aspetti oggettivi ma è un fenomeno complessivo che "si sostanzia di diverse componenti: fisiche e psichiche e sociali, emozionali, psicologiche"¹³. Analogamente, nessun aspetto

¹² Iavarone M.L., *Pedagogia del benessere*, Bruno Mondadori, Milano, 2008, pag.22

¹³ Ghedin E., *op.cit.*, pag.13

dell'esistenza (salute, lavoro, buon tenore di vita, relazioni sociali appaganti ecc..) singolarmente preso, può condurre alla felicità poiché è dall'interazione di più fattori che può scaturire una situazione ottimale di vita dell'individuo. In particolare potremmo sostenere che è dalla combinazione positiva di una condizione di “ben-essere soggettivo” con una di “ben-essere sociale” che può scaturire una condizione di benessere vero e proprio per la persona.

Per ben-essere soggettivo intendiamo uno stato psicologico, emotivo e cognitivo stabile.¹⁴ Si fa riferimento alla situazione strettamente soggettiva della persona, ed in particolare si intende: la percezione del proprio stato di salute, il riconoscimento di se stesso come soggetto attivo e capace di prendere decisioni relativamente alla propria vita, un senso di serenità legato ad alti livelli di affetto positivo, un sufficiente livello di autostima e fiducia nei confronti di sé che permette di affrontare con tranquillità e determinazione le esperienze della vita poiché consapevoli delle proprie risorse e possibilità, e quindi uno stato generale di soddisfazione nei confronti della propria esistenza.

Quando parliamo di ben-essere sociale facciamo riferimento, invece, alla “qualità delle relazioni sociali dell'individuo nell'ambito della propria comunità e società, nonché del proprio funzionamento al loro interno.”¹⁵ Comprendiamo, dunque, che il contesto culturale di cui l'individuo fa parte, non rappresenta solamente lo sfondo nel quale egli si muove e che può influire in maniera prossimale sulla sua esistenza ma è un elemento determinante per la sua felicità. Il ben-essere sociale concerne le relazioni che ogni persona instaura all'interno della società in cui vive, il grado di libertà del soggetto, la sua possibilità di intervenire e di dare il proprio contributo al mondo di cui fa parte. Quindi il “benessere è un prodotto dell'interazione tra il soggetto e il suo contesto”.¹⁶

L'individuo e l'ambiente sono strettamente collegati, il ben-essere soggettivo ed il ben-essere sociale devono essere concepiti in un continuum; infatti, le relazioni che il singolo instaura, i gruppi di cui fa parte, le situazioni sociali in cui vive, possono

14 Goldwurm G.F., *Apprendere la “felicità” per migliorare la qualità della vita*, in "Psicoterapia Cognitiva e comportamentale", vol. 1, n. 3, UPSEL editore, 1995

15 Ghedin E., *L'educazione attraverso il movimento*, in Canevaro A., *L'integrazione scolastica degli alunni con disabilità*, Erikson, Gardolo (TN), 2007, pag.90

16 *Ibidem*, pag.91

influenzare la costruzione dell'identità del soggetto e lo sviluppo di emozioni e esperienze positive che contribuiscono al suo ben-essere soggettivo.

1.4 La promozione del ben-essere soggettivo nelle persone con disabilità

Maria Luisa Iavarone afferma che è possibile “insegnare a stare bene” ed “imparare a stare bene”; Ma cosa significa ciò? Il soggetto con disabilità può apprendere a stare bene? Come può imparare a vivere in modo positivo la dimensione soggettiva della propria vita?

Tali interrogativi implicano la consapevolezza che ogni persona sia artefice del proprio ben-essere, poichè “più che una condizione stabile il ben-essere rappresenta una costruzione variabile fatta di tappe intermedie e di modificazioni in una costante tensione al cambiamento e al riadattamento esistenziale”¹⁷. Quindi non è qualcosa di fisso e definito ma implica uno sforzo quotidiano da parte della persona stessa, dato che dipende dal modo in cui ciascuno si pone nei confronti della propria vita, da come reagisce agli eventi e dall'assunzione di determinati atteggiamenti. A tal proposito Maria Luisa Iavarone, inoltre, afferma:

Il concetto di benessere si trasforma, allora, da condizione a possibilità; tale mutazione determina un totale ribaltamento di atteggiamento dei soggetti nei confronti della propria esistenza in termini autoformativi. L'individuo impara, così ad apprendere a progettare il proprio benessere.¹⁸

“Stare bene” diventa una possibilità e un diritto insito nell'esistenza stessa di ogni essere umano, una possibilità per ognuno, anche per le persone in situazione di disabilità. Abbiamo visto come per lungo tempo nessuno chiedesse loro di assumere un ruolo attivo nei confronti della propria vita, come fossero altri a decidere cos'era meglio per loro, senza tener conto di ciò che desideravano realmente; cosa che purtroppo avviene molte volte ancora oggi. Considerando il ben-essere come qualcosa che può essere costruito, è fondamentale un cambiamento di prospettiva in cui si inviti la persona con disabilità ad interrogarsi su cosa sia meglio per sé stessa, a riflettere su quale significato

¹⁷ Ghedin E., *Ben-essere disabili*, Liguori editore, Napoli, 2009, pag.16

¹⁸ Iavarone M.L., *Educare al benessere*, Bruno Mondadori, 2008, pag 81

attribuisce personalmente ad una vita ritenuta di qualità.

In quest'ottica anche “le politiche che si occupano delle persone che vivono con una malattia o con una disabilità non dovrebbero essere sviluppate o implementate senza la loro partecipazione, e coloro che si occupano di fornire cure dovrebbero incoraggiare tale partecipazione e abbracciare la necessità di autodeterminazione.”¹⁹ Le persone in condizione di disabilità devono essere incoraggiate a fare dell'autodeterminazione il principio regolatore della loro vita, poiché decidere della propria esistenza è un bisogno primario di ogni individuo. L'importanza di questo concetto viene ribadita da la “Vita Indipendente”, un movimento fondato all'inizio degli anni Sessanta negli Stati Uniti, da parte di un gruppo di studenti universitari con disabilità, che voleva rivendicare i diritti fondamentali delle persone in condizione di disabilità. Infatti nel loro manifesto scrivono:

Vita indipendente ha a che fare con l'autodeterminazione. È il diritto e l'opportunità di perseguire una linea di azione ed è la libertà di sbagliare e di imparare dai propri errori, esattamente come le persone che non hanno disabilità.²⁰

Adolf Ratzka, fondatore e direttore del movimento della “Vita Indipendente” in Svezia, ha sottolineato l'importanza per i soggetti con disabilità di compiere delle scelte, di prendere delle decisioni, di essere artefici del proprio viaggio esistenziale, poiché tutti hanno il diritto di scegliere come poter essere felici. Durante un intervento ad un convegno nel Novembre del 2002 si pronunciò riguardo a tale questione in questi termini:

Quello che importa è il riconoscere che tutti, indipendentemente dal tipo e dal grado della loro disabilità, possono imparare ad assumersi maggiore responsabilità, a prendere più decisioni riguardo alla loro vita.

Quindi, quando abbiamo a che fare con l'educazione delle persone con disabilità, uno degli obiettivi fondamentali che deve essere perseguito è sicuramente quello di rendere il soggetto autonomo, affinché sia in grado di compiere da solo le azioni della vita quotidiana; ma in un'ottica di benessere globale dell'individuo a questo deve sicuramente affiancarsi quello dell'autodeterminazione.

¹⁹ Ghedin.E, *Ben-essere disabili*, Liguori editore, Napoli, 2009, pag.44

²⁰ http://www.consequor.it/VitaIndipendente/vita_indipendente.htm#cinque, ultima consultazione 06/08/2015

Anche nella Convenzione ONU sui diritti delle persone con disabilità del 2006, un documento che ha come scopo quello di proibire le discriminazioni legate alla condizione di disabilità, viene evidenziata l'importanza della tutela dell'autonomia, dell'indipendenza, della libertà di condurre scelte, della parità di opportunità, come diritti fondamentali di ognuno, nel rispetto della piena dignità umana. In particolare nell'articolo 19 viene introdotto il tema della vita indipendente; gli Stati Parti alla Convenzione riconoscono alle persone con disabilità il diritto a vivere nella società con la stessa libertà di scelta degli altri e si impegnano ad adottare le misure adeguate affinché questo avvenga.

In tal senso, quindi, le persone in situazione di disabilità per vivere una vita orientata al ben-essere devono assumere strategie esistenziali attive, atteggiamenti positivi e propositivi, per essere dei veri e propri protagonisti. Questo implica una responsabilità verso se stessi, nei confronti della propria salute, del proprio stile di vita poichè ognuno deve imparare a fare da sé e a farsi carico di tutto ciò che lo riguarda, affinché acquisti maggior consapevolezza e gli venga riconosciuto anche dagli altri il diritto di fare. Iavarone a tal proposito sostiene:

Appare perseguibile l'idea di una pedagogia del benessere che, soprattutto attraverso lo sviluppo di specifiche relazioni educative, punti a generare negli individui atteggiamenti e comportamenti positivi e pro-attivi nei riguardi della vita e del proprio benessere esistenziale. Un "personale benessere" che si realizza allorquando i soggetti vivono e costruiscono situazioni all'interno delle quali sono in grado di mettere qualcosa di proprio, alle quali riescono ad attribuire un significato personale e che, in ultima analisi, sono in grado di dare piacere.²¹

Tuttavia, per il soggetto con disabilità, affiancato spesso nelle varie situazioni della vita da familiari e educatori, è spesso più semplice e meno faticoso lasciarsi guidare dagli altri; ma progettare la propria vita, cioè dare a questa un senso profondo verso il quale tendere, seppur più dispendioso e rischioso, è di estrema importanza dato che "l'uomo è per sua essenza progetto, è sempre oltre se stesso in vista di un più autentico poter essere. Qualsiasi sia la sua condizione di finitezza, l'uomo è sempre domanda rivolta al futuro; è costretto dalla sua natura a progettarsi partendo dalla sua concretezza, intesa come punto di partenza per diverse possibilità"²². Il fatto di dare il

21 Iavarone M.L., *Educare al benessere*, Bruno Mondadori, Milano, 2008, pag.31

22 Pavone M.L., *op.cit.*, pag.83

proprio personale contributo favorisce nella persona un senso di soddisfazione e sicurezza. Il compito dell'educatore, in tal senso, diventa quello di accompagnare il soggetto in questo percorso, aiutarlo ad uscire da uno stato di passività e di dipendenza e co-costruire insieme a lui un progetto educativo che contribuisca a migliorare la sua qualità di vita.

Il punto di partenza per la realizzazione di tale progetto volto al ben-essere è dato dalle risorse, dai punti di forza, dal potenziale di ognuno. Lo sviluppo di queste favorisce un sentimento di autoefficacia. Ognuno ha dei talenti, delle attitudini, delle intelligenze direbbe Gardner, che lo distinguono da qualsiasi altro individuo; è fondamentale individuarli, incrementarli e fare di questi il proprio punto di forza sulla base del quale costruire la propria personalità. Quindi nel caso delle persone con disabilità, si deve spostare l'attenzione su ciò che sanno fare, piuttosto che su quelli che sono i limiti, infatti, “costruire a partire dai soggetti e dalla forza che essi esprimono piuttosto che dalle loro debolezza si conferma essere una sostanziale inversione di tendenza rispetto al modo di concepire l'intervento in termini tradizionali che consegnava al soggetto un senso di impotenza, di inadeguatezza rispetto al problema”²³. Un'educazione che ha come obiettivo quello di promuovere il ben-essere soggettivo delle persone, che mira quindi a promuovere un senso di fiducia nei confronti di se stessi, di autostima, di soddisfazione riguardo alla propria vita, deve incoraggiare la persona con disabilità a far leva sulle proprie risorse e creare le condizioni per poterle esprimere. Non sempre, però, i talenti sono evidenti e può essere difficile individuarli, soprattutto quando abbiamo a che fare con soggetti in situazione di disabilità in cui i deficit si mostrano in modo evidente; tuttavia questo non deve tradursi in un alibi per abbandonarli alla situazione presente senza progettare per il loro futuro.

I bambini dovrebbero poter sperimentare le proprie potenzialità fin da piccoli; l'educazione promossa dal contesto scolastico non dovrebbe basarsi su un programma fisso, uguale per tutti ma proporre una didattica personalizzata che asseconi le attitudini di ognuno. La presenza di laboratori ed attività a scelta potrebbe essere un modo per responsabilizzare il soggetto nei confronti dei propri talenti e farlo sentire protagonista attivo del progetto educativo.

²³ Iavarone M.L., *Educare al benessere*, Bruno Mondadori, Milano, 2008, pag.13

Abbiamo visto come sia importante nell'ottica del ben-essere soggettivo della persona in condizione di disabilità il fatto che egli prenda delle decisioni, che si autodetermini non affidandosi alle scelte degli altri ma costruendo per sé un progetto di vita basato sullo sviluppo del suo potenziale e come sia compito dell'educazione creare le condizioni perché tutto ciò avvenga, affinché ognuno possa essere felice.

Un pensiero riassuntivo che ci fa comprendere ancora meglio quanto fin'ora detto è il seguente:

Ciascun individuo deve essere incoraggiato a seguire il proprio percorso di complessità e condivisione, ad usare efficacemente i propri talenti e punti di forza, a coltivare attività che favoriscano esperienze ottimali, a perseguire l'autodeterminazione attraverso l'esercizio delle libertà e delle responsabilità. Ogni essere umano nasce con qualcosa di nuovo. Ognuno nascendo ha un suo modo originale di vedere, ascoltare, toccare gustare e pensare e dunque ognuno ha un suo proprio potenziale irripetibile di potenzialità e di limiti. Può essere espressivo, pensante, consapevole, creativo, può essere produttivo: in altre parole costruirsi e vivere il benessere. Da una prospettiva educativa questo significa che tutti abbiamo le potenzialità per decidere di essere ciò che vogliamo e ruolo dell'educazione è quello di permettere l'attuarsi di questo potenziale attraverso un ambiente facilitante in cui gli attori possono essere in grado di co-evolvere insieme nella direzione di uno sviluppo positivo.²⁴

1.5 La promozione del ben-essere sociale nella persona in situazione di disabilità

Abbiamo sottolineato l'importanza del raggiungimento di un certo grado di autonomia e dell'autodeterminazione per il soggetto con disabilità, questo tuttavia non deve mettere in secondo piano il ruolo che lo sviluppo di relazioni autentiche con altre persone e l'inclusione all'interno del contesto sociale, hanno sul suo ben-essere globale.

Parlando di ben-essere sociale ci riferiamo a “quella forma di benessere di cui gli individui beneficiano in virtù di adeguate relazioni di reciprocità e inclusione entro gruppi e reti sociali.”²⁵ Il concetto di “ben-essere sociale” ci porta a rivedere la concezione stessa di ben-essere che non può essere pensato come uno stato individuale ma, come sostengono Santi e Caldin, deve essere inteso come una “felicità distribuita” cioè “un processo dinamico e complesso situato tra le persone, tra le persone e il

24 Ghedin.E, *Ben-essere disabili*, Liguori editore, Napoli, 2009, pag.11

25 Ingrosso M. *La promozione del benessere sociale: progetti e politiche nelle comunità locali*, Franco Angeli, Milano; 2006, pag.8

contesto, tra le persone e le attese e i desideri che entro una cultura assumono valore e significato²⁶. Con tale affermazione si intende sottolineare il ruolo giocato dalla dimensione relazionale e dall' interazione con il contesto sociale nella costruzione, appunto, del ben-essere.

Infatti, il ben-essere sociale è frutto sia dei rapporti più stretti che il soggetto instaura con le persone a lui vicine, quali familiari e amici, ma è anche determinato dalla partecipazione ad un contesto sociale più ampio, come la scuola, i gruppi, le associazioni, il territorio.

Purtroppo spesso le persone con disabilità vivono la loro vita in uno spazio circoscritto, instaurando relazioni con un numero ristretto di persone rispetto ai coetanei. Ciò può essere dovuto, in parte, ad un senso di inadeguatezza e mancanza di fiducia nei confronti di se stessi, che conducono ad atteggiamenti di chiusura verso gli altri, ma può essere determinato anche dalle limitazioni che spesso la società stessa impone alla loro partecipazione. Per questo, nell'ottica della promozione del ben-essere sociale della persona con disabilità, è importante che l'intervento educativo non si esaurisca con l'azione diretta sui suoi bisogni, ma comprenda una funzione di mediazione nelle relazioni interpersonali che il soggetto instaura nel suo quotidiano e di promozione di esperienze all'interno della società che arricchiscano la sua identità. Per quanto riguarda la funzione di mediazione dell'educatore questa dovrebbe esplicitarsi nella costruzione di una rete solida di collegamenti con la famiglia della persona in condizione di disabilità, affinché gli interventi che vengono messi in atto seguano degli obiettivi condivisi. Tale approccio educativo integrato dovrebbe estendersi anche ad altre realtà alle quali partecipa il soggetto con disabilità, come il contesto scolastico. In tale ambiente egli può incontrare delle difficoltà qualora la scuola non riesca a rispondere in modo adeguato alle sue necessità, preoccupandosi prevalentemente del profitto generale degli alunni piuttosto che della promozione di interventi che rispondano alle esigenze di ciascuno. Ciò può portare ad un sentimento di inadeguatezza nel disabile e ad una scarsa motivazione. La scuola deve divenire un contesto comunitario all'interno del quale il disabile possa sentirsi accettato e possa dar luogo allo sviluppo di relazioni per lui significative. Oltre alla scuola è fondamentale

26 Ghedin E. *Ben-essere disabili*, Liguori editore, Napoli, 2009, prefazione

incoraggiare queste persone ad entrare a far parte di altre realtà, come associazioni oppure gruppi che possano allargare il loro campo di esperienze.

Il ben-essere sociale implica, inoltre, l'essere partecipi attivi della vita della comunità alla quale si appartiene. A tal proposito Keyes ha individuato e descritto cinque dimensioni che ritiene siano fondanti il ben-essere sociale, queste sono: integrazione sociale, accettazione sociale, contributo sociale, sviluppo sociale e coerenza sociale. Specificando tali fattori un soggetto risulta integrato socialmente quando valuta positivamente le relazioni che instaura con la comunità; accetta la società in cui vive nel momento in cui ne approva le qualità; contribuisce socialmente quando fornisce un apporto attivo alla comunità, crede nello sviluppo della società nel momento in cui ne riconosce il potenziale positivo di evoluzione, infine matura un senso di coerenza sociale quando è in grado di comprendere il mondo e dare un senso alla propria vita.

Alla luce di tali considerazioni risulta fondamentale che la persona con disabilità senta di essere parte della società, che si senta informato su ciò che accade, che comprenda l'importanza di spendere del tempo e delle energie per contribuire al benessere collettivo. Dovrebbe essere favorito in lui un senso di responsabilità, affinché egli con la propria esperienza ed azione si senta pienamente integrato. Sentirsi riconosciuti, provare un senso fiducia e di appartenenza nei confronti della realtà in cui si è inseriti, contribuisce alla piena soddisfazione nei confronti della propria vita.

Talora la prevalenza di logiche individualistiche nella nostra società attuale porta a considerare "l'altro" come una sorta di avversario, un competitore, complicando così l'obiettivo, che dovrebbe essere comune, di un ben-essere sociale, il quale, come risulta dalle precedenti considerazioni, non può che essere condiviso e caratterizzato da un rapporto bidirezionale tra il soggetto e "l'altro". Si dovrebbe promuovere, anche nel contesto della disabilità un atteggiamento diverso che favorisca il raggiungimento del ben-essere sociale in quanto elemento sostanziale della salute globale dell'individuo. Pertanto è fondamentale incrementare le possibilità per la persona con disabilità di sviluppare delle relazioni significative con gli altri e la sua inclusione all'interno del contesto sociale di appartenenza, dato che questo si riflette anche sul ben-essere soggettivo della persona, che acquista così un senso di fiducia e di sicurezza.

Inoltre risulta necessario che la società stessa e tutta la comunità creino le condizioni affinché il soggetto con disabilità possa godere delle stesse possibilità di partecipazione di tutti gli altri cittadini e perché questo avvenga potremmo dire, usando i termini del “Index for inclusion”, che dovrebbero essere create culture inclusive, sviluppate pratiche inclusive e prodotte politiche inclusive. In questo modo si ridurrebbero quelle barriere e quegli ostacoli che provocano l'esclusione e l'isolamento del soggetto con disabilità e al contrario verrebbero promossi quei valori, quelle iniziative ed attività che rendono l'ambiente facilitante per ciascuno.

Concludendo, potremmo pertanto affermare che, se in parte il ben-essere nasce dalla necessità di sentirsi una persona unica, irripetibile che si autodetermina scegliendo cosa sia meglio per la propria vita, dall'altra, questo senso di differenziazione deve affiancarsi ad un senso di appartenenza che fa sì che il singolo si senta pienamente riconosciuto ed accettato; solamente se questi due aspetti vengono uniti la persona può dirsi pienamente soddisfatta della propria vita. Quindi nell'educazione della persona in situazione di disabilità “ai fini del progetto inclusivo occorre sempre agire su più fronti: da una parte promuovere e sostenere l'autoprogettualità, dall'altra qualificare le dimensioni politiche ed organizzative del contesto”²⁷ affinché egli possa parteciparne attivamente.

1.6 Il ruolo dell'educatore nella promozione del ben-essere delle persone con disabilità

Ci chiediamo quindi: l'educazione su quali principi si deve basare per promuovere il ben-essere del soggetto con disabilità? E l'educatore come deve porsi nel costruire una relazione con lui?

Partendo da queste questioni, dobbiamo innanzitutto sottolineare come l'approccio educativo non si debba più concentrare sui limiti, cercando di ridurre ciò che non va, ma piuttosto sviluppare i bisogni ed i desideri della persona che si trova di fronte. Il presupposto su cui si basa ciò è l'idea che un vincolo non imponga solamente degli ostacoli alla vita dell'individuo ma offra a lui delle possibilità per sviluppare la sua

²⁷ Pavone M.; *op.cit.*, pag.87

identità in modo unico e irripetibile. Questo da un punto di vista educativo implica l'esistenza di diversi modi di aver cura a seconda della soggettività che ci si trova di fronte. Stiamo parlando del passaggio dal "to cure" al "to care", dal prendersi cura di qualcuno, all'aver cura. Prendersi cura di qualcuno significa dar vita ad una relazione unidirezionale in cui ci si sostituisce all'altro, che diventa un passivo ricevitore di cure.

Medeghini a tal proposito afferma:

se il punto di vista dell'educatore privilegia l'ottica del deficit, la persona disabile verrà vista come mancante, incapace e quindi definibile solo in termini di incapacità, bisogno e passività. Il centro dell'azione educativa, conseguentemente, sarà di carattere compensatorio e/o assistenziale.²⁸

In quest'ottica la relazione che si viene ad instaurare è quella tra un individuo sano ed uno ritenuto malato, si perde di vista la persona per focalizzarsi sulla malattia; la cura concepita in questo modo è inautentica.

Quando, invece, si promuove una pratica finalizzata a favorire il benessere dell'altro, usiamo il termine "to care", con il quale facciamo riferimento alla cura educativa che è intenzionale, reciproca e trascendente. Si può definire intenzionale poiché è finalizzata a far sì che l'altro possa provvedere da sé ai propri bisogni, reciproca perché determina un cambiamento sia nell'educatore che nell'educando ed è trascendente poiché il soggetto destinatario della cura diventa a sua volta una persona capace di cura per gli altri.

Il concetto di cura è stato approfondito da Luigina Mortari, secondo la quale attraverso la cura ci si assume la responsabilità di far crescere l'altra persona, per tale ragione secondo l'autrice l'educazione deve assumere "l'aver cura come suo asse paradigmatico. Proprio perché l'aver cura custodisce e coltiva la vita, tale modo dell'esserci si profila come fondamentale fenomeno ontologico esistenziale. In quanto tale non può che costituire una fondamentale categoria del discorso pedagogico".²⁹ La cura educativa coinvolge pienamente il soggetto nella costruzione del suo progetto di vita orientato al futuro. È estremamente importante sottolineare ciò poiché un grave errore che si può compiere è quello di prestare attenzione solamente alla situazione attuale, al qui ed ora; ciò è ancora più frequente quando si ha a che fare con delle

²⁸ Medeghini R., *Disabilità e corso di vita*, Franco angeli, Milano, 2006, pag.73

²⁹ Mortari L., *La pratica dell'aver cura*, Bruno Mondadori, 2006, pag.14

persone in situazione di disabilità, poiché dato che i loro progressi possono essere lenti e poco evidenti si tende a ridurre l'intervento alla sola dimensione del presente. La cura educativa, invece, è un processo dinamico, che guarda alla crescita in prospettiva della persona. Mira ad aiutarla ad aggiornare se stessa, per cui si basa su “relazioni di cura e di aiuto quali procedure non meramente assistenzialistiche ma come particolari processi di comunicazione tesi a sviluppare l'autonomia delle persone coinvolte nell'ottica dell'empowerment.”³⁰ Queste relazioni Iavarone le definisce come “educative esperte”, poiché sono in grado di attivare dei processi di emancipazione per i soggetti della cura, attraverso un autentico rispetto dell'alterità e dell'unicità di ognuno.

In linea con ciò il ruolo dell'educatore che accompagna il soggetto con disabilità nella costruzione del proprio ben-essere diventa estremamente complesso, egli deve sviluppare diverse competenze: personali, comunicative, relazionali, organizzative e sociali. Questo perché “l'operatore da erogatore di servizi rigidamente predisposti, si trasforma in promotore di interventi di cura diversificati e calibrati sulle effettive necessità ed aspettative dei soggetti e in facilitatore di azioni trasformative e significative perché co-costruite con i soggetti che da destinatari dell'intervento diventano attori consapevoli del cambiamento”³¹. Quindi l'educatore è un professionista polivalente che deve aiutare la persona con disabilità ad esplicitare il suo bisogno di aiuto, deve predisporre un'azione che miri alla promozione e al potenziamento delle risorse del soggetto e fare in modo che i contesti possano essere stimolanti per lui. Le competenze, così come le azioni dell'educatore devono essere multiple, poiché è alla persona intesa nella globalità che devono essere rivolti gli interventi. Si deve adottare una visione olistica, che guardi all'educando nella sua completezza, tenendo conto di tutte le sue sfaccettature, dal punto di vista cognitivo, emotivo, sociale e avendo cura anche del suo tempo e del suo spazio.

Quando ci si occupa del ben-essere della persona con disabilità ci si trova di fronte ad una sfida, che si basa sull'accettazione incondizionata della persona, sulla concezione dell'educabilità come possibilità per ognuno indipendentemente dalla situazione di partenza, sull'ottimismo pedagogico. L'educatore, in tal senso, è colui il quale conosce il soggetto in condizione di disabilità, lo induce a comprendere

³⁰ Iavarone M.L., *Pedagogia del benessere*, Bruno Mondadori, Milano, 2008, pag.12

³¹ *Ibidem*, pag.27

l'importanza dei cambiamenti necessari qualora egli si ritrovi a dover riprogettare la propria vita, lo sollecita al protagonismo nei confronti del suo futuro. La sua azione dovrebbe mirare alla promozione dell'empowerment con cui si intende rendere il soggetto con disabilità una persona “potente” nella gestione della propria vita.

Questa sfida educativa può avviarsi verso un esito positivo qualora l'educazione si impegni a promuovere due obiettivi per l'educando: “imparare ad essere” e “imparare a vivere insieme”. Questi sono stati identificati come due pilastri dell'educazione nel 2000 in Dakar, durante il Forum mondiale sull'educazione. Con “imparare ad essere” si intende contribuire allo sviluppo del soggetto, promuovere in lui un senso di responsabilità, una maggior autonomia ed “è collegato con il vedere se stesso come attore principale nel definire un esito positivo per il futuro ed è vicino al concetto di potere o di agency sviluppato da Sen come abilità di una persona di avere obiettivi, impegni, valori. Riconosce una persona come qualcuno che agisce e porta il cambiamento”³² In linea con ciò l'educazione aiuta il soggetto a costruirsi una propria biografia originale. Con “imparare a vivere insieme” si intende invece che l'educazione deve aiutare la persona a sviluppare quelle capacità che servono per dar luogo a delle relazioni significative con gli altri; “queste abilità sono collegate alle abilità di vita della comunicazione efficace, dell'autoconsapevolezza, dell'empatia e delle capacità di relazioni interpersonali e sono essenziali per definire un essere umano come un essere sociale.”³³ Un' educazione concepita in questo modo, tesa a raggiungere questi obiettivi, favorisce quel ben-essere soggettivo e sociale che abbiamo visto essere componenti essenziali e imprescindibili per una vita felice. Infatti si occupa della persona nella sua interezza, cosa che abbiamo visto essere fondamentale nell'educazione della persona con disabilità ed in linea con la concezione di salute promossa dall'ICF.

32 Ghedin E. *Ben-essere disabili*, Liguori editore, Napoli, 2009, pag.163

33 *Ibidem*, pag.163

CAPITOLO 2

L'ICF nella prospettiva del ben-essere

Quando pensiamo alla dimensione del ben-essere dobbiamo sempre assumere una visione olistica, poiché è una condizione che coinvolge l'individuo nella sua interezza e che scaturisce, come è stato illustrato nel primo capitolo, dall'integrazione della condizione ottimale di diversi sistemi: quello biologico, psichico e sociale. Già da tale considerazione possiamo comprendere lo stretto legame esistente tra la concezione di ben-essere e la Classificazione Internazionale del Funzionamento, della Disabilità e della Salute (ICF) approvata nel 2001 dall'Organizzazione Mondiale della Sanità. Tale strumento ha infatti, come presupposto di base, l'indagine del ben-essere della persona nel suo contesto di vita. L'ICF, con il termine ben-essere, intende indicare “tutto l'universo dei domini della vita umana, inclusi aspetti fisici, mentali e sociali, che costituiscono quella che può essere chiamata buona vita”³⁴. Quindi tale classificazione offre un quadro coerente di tutti quegli aspetti legati al benessere e che potremmo considerare come le sue componenti imprescindibili. Inoltre, concependolo come qualcosa di generale, globale e multicomponentiale, l'ICF amplia il campo di attenzione a degli aspetti nuovi, che non sono mai stati considerati nei modelli precedenti troppo legati ad una concezione biomedica, quali ad esempio l'istruzione, l'ambiente ed il lavoro. Considerare tali fattori come degli aspetti integranti il funzionamento del soggetto implica, nella prospettiva educativa, l'idea di promuovere il progetto di vita, fondamentale per ognuno. Come possiamo notare, quindi, sono compresi in tale classificazione, sia i domini che riguardano strettamente la salute che quelli ad essa correlati. L'unico aspetto che non viene considerato riguarda i fattori socio-economici che sappiamo però aver un'influenza decisiva sulla percezione globale di vita della persona, e per tale ragione non devono essere dimenticati.

Tenendo presente tutto ciò, possiamo evidenziare come la classificazione ICF sia fondamentale per un'educazione inclusiva che si basi su una prospettiva del ben-essere che cerchi di sviluppare la pienezza della vita della persona, permettendo di tener uniti

³⁴ OMS, *ICF-CY, Classificazione Internazionale del Funzionamento della Disabilità e della Salute, Versione per bambini e adolescenti*, Erikson, Gardolo (TN), 2001, pag.212

tutti gli aspetti del suo funzionamento e considerandola nella complessità e nell'unicità della sua intera esistenza.

2.1 Funzionamento e vita: i cardini della classificazione ICF per una nuova concezione di disabilità

Innanzitutto quando consideriamo la classificazione ICF dobbiamo metterne in evidenza la caratteristica peculiare che riguarda il fatto di focalizzare l'attenzione sulla vita della persona; tale classificazione, infatti, si interessa delle sue specifiche necessità, delle sue risorse e potenzialità, ma anche dei suoi limiti e di quelle che possono essere le rispettive aree di intervento per far sì che possano essere introdotti dei miglioramenti nella sua esistenza.

Rispetto alle classificazioni precedenti, con l'ICF notiamo “un capovolgimento di logica: mentre gli indicatori tradizionali si basano sui tassi di mortalità, l'ICF pone come centrale la vita delle persone; permette quindi di evidenziare come esse convivono con la loro condizione e come sia possibile migliorarla affinché possano contare su un'esistenza produttiva e serena”³⁵. Queste parole ci evidenziano appunto la portata innovativa della classificazione, che ha determinato un cambio culturale, infatti, se per lungo tempo l'interesse è stato posto solamente sulla malattia, con questa il punto di partenza non è più rappresentato da ciò che non funziona nell'individuo, quanto piuttosto dalla salute e dal suo funzionamento. Quest'ultimo viene inteso come il risultato dell'interazione positiva tra un individuo con una condizione di salute ed i fattori contestuali. Matilde Leonardi a tal proposito scrive:

La nuova classificazione ha il vantaggio di essere uno strumento che consente di classificare il funzionamento di un individuo, nonché gli ostacoli da rimuovere e gli interventi da effettuare. Dunque un sistema “di misura” della disabilità non più legato alla sommatoria di ciò che manca a una persona, ma un'accurata valutazione del funzionamento e dell'ambiente. Un metodo che impone di prendere in considerazione non solo la patologia ma l'intera persona con i suoi problemi e le sue capacità e l'ambiente in cui vive.³⁶

35 Leonardi M. , “Salute, disabilità, ICF e Politiche Sociosanitarie” in Ferrucci F., “Sociologia e politiche sociali. Disabilità e politiche sociali” Franco Angeli, Milano, 2005, pag.87

36 *Ibidem*, pag.85

Quindi spostando l'attenzione da ciò che determina una condizione di disabilità nella persona, a questa, presa nella sua interezza e nel rapporto con l'ambiente in cui vive, potremmo sostenere che con l'ICF “l'educazione trova un modello dettagliato per comprendere il funzionamento della persona, mettendo in relazione le varie valutazioni fatte attraverso le interconnessioni reciproche e il concetto di facilitazione/barriera e capacità/performance. ICF è una macchina per comprendere il funzionamento della persona mettendo in relazione le varie valutazioni fatte attraverso le interconnessioni reciproche tra corpo, attività personali e partecipazione sociale”.³⁷

Ne emerge quindi una concezione integrativa della persona che trova terreno d'appoggio nel modello bio-psico-sociale che è il risultato della sintesi tra il modello medico e quello sociale; questo tenendo conto della multifattorialità degli aspetti che sono legati alla salute si pone in contrasto con l'assolutizzazione del paradigma medico o di quello sociale poiché entrambi presi isolatamente sono modelli parziali che presentano dei limiti. L'ICF basandosi sul modello biopsicosociale unisce le tre dimensioni corpo, persona e ambiente, infatti considera la dimensione biologica, psicologica e contestuale come strettamente correlate tra loro e conferisce ad ognuna di queste la stessa rilevanza nel determinare il ben-essere.

Porre l'attenzione sul funzionamento del soggetto, su come vive la propria condizione di salute e su ciò che può essere fatto per migliorarla significa guardare alla persona in ottica dinamica, come capace di continui cambiamenti di cui essa stessa è protagonista ed in tal senso “l'ICF fornisce gli strumenti per poter monitorare le prestazioni, tenendo conto del gradimento dei beneficiari. Non considerandoli cittadini-consumatori ma attivi e consultati nella loro cittadinanza.”³⁸ Questo significa che chiunque durante il corso della propria esistenza può incontrare dei momenti di difficoltà, l'importante è reagire a questi in modo attivo ed in tal senso può essere significativo un intervento educativo basato sulla visione olistica dell'ICF che, partendo dai punti di forza del soggetto, lo coinvolga nel miglioramento della sua condizione.

Questo cambio di prospettiva ha ovviamente delle ricadute notevoli sulla concezione di disabilità. Se consideriamo, infatti, la dimensione biologica, psichica, sociale in un rapporto sistemico, la disabilità diventa il “termine ombrello per

³⁷ Paloma F., *ICF e scuola*, Erikson, 2013, pag 8

³⁸ Canevaro A, *Ti accompagno dall'ambiente ai contesti*, 2001, pag.6

menomazioni, limitazioni dell'attività e restrizioni della (alla) partecipazione. Esso indica gli aspetti negativi dell'interazione tra un individuo (con una condizione di salute) e i fattori contestuali di quell'individuo (fattori ambientali e personali)”³⁹. L'aspetto innovativo legato a ciò consiste, appunto, nell'idea che ognuno durante la sua vita può sperimentare una condizione di disabilità; come se salute e malattia fossero poste in un continuum per cui risulta possibile un'alternanza tra momenti positivi ed altri negativi a seconda dell'interrelazione tra diversi fattori. In tal senso la disabilità non è più quello stato che ha inizio nel momento in cui la salute viene meno e i soggetti con disabilità non devono più essere considerate come un gruppo circoscritto di persone con caratteristiche specifiche e che possono essere distinti attraverso l'utilizzo di specifici termini stigmatizzanti, ma “usciamo dallo schema mentale per il quale vi sono gruppi separati, per i quali facciamo cose speciali. Le persone disabili siamo tutti noi che abbiamo o potremmo avere in futuro problemi di funzionamento più o meno gravi.”⁴⁰

La classificazione ICF, basandosi su questa concezione dinamica di disabilità si rivolge ad “ognuno di noi”, supera qualsiasi discriminazione e focalizzandosi su ciò di cui le persone hanno bisogno per vivere, può porre fine a quell'isolamento in cui spesso si trovano coloro che sono in difficoltà. Concludendo potremmo quindi dire che questo strumento che ha a cuore il ben-essere del soggetto e che si interessa al funzionamento di ognuno pone “l'accento su ciò che noi abbiamo in comune, come esseri umani, come persone, come cittadini, rende più facile il rispetto reciproco e l'adattamento alle situazioni che ci rendono diversi”.⁴¹

2.2 La nascita dell'ICF

Dobbiamo concepire la classificazione ICF come il risultato di un lungo lavoro che ha coinvolto molte persone di diversi Paesi, compresi soggetti con disabilità, che si sono impegnati in un'attività di riflessione e di lavoro sul campo conclusasi con la pubblicazione di tale strumento nel maggio del 2001 da parte dell'Organizzazione Mondiale della Sanità. Questa ritiene la salute un aspetto fondamentale e tutte le sue

39 OMS, *op.cit.*, pag.168

40 Leonardi M., *op.cit.*, pag. 93

41 Leonardi M., *op.cit.*, pag. 76

azioni sono orientate alla promozione di questa, che è ritenuta la chiave dello sviluppo di ogni Nazione. La prima classificazione di cui l'OMS si è occupata è l'ICD (International Classification of Diseases) che rispetto ad una classificazione precedente del 1893 relativa alle cause di morte, indica anche quelle di morbosità. L'ICD da un punto di vista medico risulta essere molto utile poiché permette l'utilizzo di un linguaggio comune nella pratica della diagnosi e a fini statistico-epidemiologici, tuttavia questa classificazione, basandosi puramente su una logica patogenetica-clinica che rimane focalizzata perlopiù su aspetti eziologici e sulle manifestazioni delle malattie, non si concentra su quelle che possono essere le conseguenze ad esse associate. Potremmo dire che l'ICD si limita a considerare le condizioni di salute (patologie, lesioni, traumi) in quanto tali, senza tener conto delle ricadute che queste possono avere sulla vita della persona.

Per tale ragione l'OMS iniziò a pensare alla realizzazione di un ulteriore testo da affiancare all'ICD, e da un lavoro di discussione e riflessione a livello internazionale si arrivò alla pubblicazione nel 1980 della prima edizione dell'ICIDH, International Classification of Impairment, Disabilities and Handicap. Come si comprende dalla sua denominazione tale classificazione univa il concetto di patologia a quello di menomazione, intesa come una perdita o una alterazione delle strutture o delle funzioni dell'organismo, di disabilità concepita come l'incapacità di svolgere determinate attività in conseguenza ad un danno, e di handicap considerato come uno svantaggio che la persona vive in seguito ad una menomazione o disabilità.

Tale classificazione pur introducendo dei concetti nuovi e spostando l'attenzione sugli aspetti conseguenti ad una condizione patologica dimostrò fin da subito la presenza di diverse criticità. Innanzitutto venne ritenuto errato il modo di concepire la linearità e la sequenzialità tra menomazione, disabilità ed handicap poiché il rapporto tra queste non è necessariamente di tipo causale. Inoltre non veniva minimamente tenuto in considerazione il ruolo delle variabili contestuali nel determinare lo stato di salute e di disabilità della persona. Tale classificazione, ancora legata ad un modello biomedico di disabilità non teneva conto degli aspetti ambientali, inoltre il linguaggio utilizzato era ritenuto poco chiaro, non neutrale e prevalentemente dotato di un'accezione negativa.

L'OMS negli anni seguenti ha dato avvio ad un processo di revisione (ICIDH-2)

basandosi sull'idea che fossero necessarie alcune modifiche. Vennero elaborate la Bozza Beta 1 e la Bozza Beta 2 e realizzate le relative prove sul campo, per giungere in tal senso alla presentazione della versione definitiva dell'ICIDH2 che ha assunto il nome di ICF. Questa nuova classificazione ha portato con sé un cambiamento radicale di prospettiva ed è entrata a fare parte delle famiglia delle classificazioni dell'OMS insieme all'ICD. Pur avendo due scopi differenti le due classificazioni dovrebbero essere utilizzate in modo complementare per avere una visione completa del funzionamento del soggetto.

2.3 Struttura e caratteristiche fondamentali dell'ICF

L'ICF mette in evidenza come ogni persona sia il risultato della interazione tra diversi fattori; rifiutando l'identificazione del soggetto sulla base di una patologia, sposta l'attenzione sulla complessità e sull'originalità di ciascuno. Tale classificazione ha come caratteristica fondamentale l'universalità, quindi il principio di fondo è che possa essere applicata ad ogni soggetto con l'intento di superare qualsiasi discriminazione. Ciò emerge già prestando attenzione al linguaggio di cui fa uso che è assolutamente neutrale, nello specifico possiamo notare ciò dalla decisione di togliere l'utilizzo del termine handicap, poiché si riteneva legato ad una connotazione negativa. La volontà dell'ICF è, infatti, quella di enfatizzare gli aspetti positivi, in tal senso mentre nell'ICIDH ci si riferiva al corpo indicandone le menomazioni, in questa classificazione si preferisce indicarne le funzioni e strutture corporee.

Un altro aspetto innovativo rispetto alle classificazioni precedenti è quello di considerare l'importanza dei fattori contestuali, che possono influire sul funzionamento del singolo, come dei facilitatori oppure come delle barriere. Tale dimensione è stata a lungo trascurata ma ha un ruolo decisivo nel determinare la qualità di vita della persona, ognuno infatti qualora si trovi inserito all'interno di un contesto sfavorevole sperimenta una condizione di disabilità. Il merito dell'ICF, inoltre, è dato dal fatto di aver fornito una tassonomia che permette di raccogliere e documentare delle informazioni relative alla salute della persona in modo chiaro e scientifico. Rende disponibile un linguaggio universale che facilita la comunicazione tra professionisti di settori diversi e fornisce

una guida per la distinzione delle aree di intervento di ogni settore, la quale permette di ottimizzare la tempistica degli interventi. L'ICF rende possibile anche il confronto dei dati relativi alla salute tra diversi Paesi, oppure all'interno dello stesso ma in periodi differenti.

La classificazione ICF consta di due parti. La prima relativa al Funzionamento e alla Disabilità comprende a sua volta due componenti: “Funzioni e Strutture Corporee” e “Attività e Partecipazione”. La seconda parte concerne i Fattori Contestuali includendo al suo interno i “Fattori Ambientali” ed i “Fattori Personali”.

Ogni componente è costituita da diversi domini ed ognuno di questi ha all'interno delle categorie che sono contrassegnate da un codice e da dei qualificatori che indicano l'estensione del funzionamento o della disabilità nella determinata categoria.

L'ICF non è uno strumento solamente teorico ma ha anche una portata operativa; così strutturato permette di registrare gli stati di salute e gli stati ad essa correlati, offrendo le informazioni necessarie per decidere quali sono gli interventi ottimali da attuare e quali aree dovrebbero riguardare. Di seguito sono indicate le componenti con i relativi capitoli, poiché in questo modo è possibile avere una visione più dettagliata e comprendere meglio gli aspetti più importanti della classificazione ICF.

Funzioni e Strutture Corporee

Nella classificazione ICF per “Funzioni corporee” si intendono le funzioni fisiologiche dei sistemi corporei, comprese le funzioni mentali. In parallelo con le strutture corporee, questa componente comprende otto capitoli:

- Funzioni mentali
- Funzioni sensoriali e dolore
- Funzioni della voce e dell'eloquio
- Funzioni dei sistemi cardiovascolare, ematologico, immunologico e dell'apparato respiratorio
- Funzioni dell'apparato digerente e dei sistemi metabolico ed endocrino
- Funzioni genitourinarie e riproduttive
- Funzioni neuro-muscoloscheletriche e correlate al movimento

- Funzioni della cute e delle strutture correlate

Le funzioni, vengono identificate con la lettera b (body) ed il qualificatore che viene utilizzato si basa su una scala negativa che serve per indicare l'estensione della menomazione, qualora sia presente.

È importante notare come l'ICF guardando alla totalità dell'individuo includa tra i capitoli anche le funzioni mentali, con le quali si intendono sia quelle globali che quelle specifiche. Quando ci si riferisce alle funzioni mentali globali si intendono quelle che riguardano, ad esempio, la coscienza, l'orientamento (quelle funzioni che permettono di comprendere la propria relazione riguardo a se stessi, agli altri, al tempo e allo spazio), le funzioni psicosociali globali, le funzioni del temperamento e della personalità. Mentre tra quelle specifiche sono comprese, ad esempio, quelle che riguardano l'attenzione, la memoria, il linguaggio, il calcolo, le funzioni emotive. L'ambito educativo è strettamente interessato alle funzioni mentali; in particolare nell'ambito della didattica è importante tener conto di questi aspetti. Grazie a degli specifici test e scale di valutazione che vengono somministrati da personale specializzato gli insegnanti ricavano una prima conoscenza delle funzioni mentali dell'alunno. Tuttavia tali informazioni assumono valore solo se integrate all'osservazione del bambino da parte dell'insegnante durante l'attività scolastica quotidiana che permette la conoscenza complessiva delle sue peculiarità al fine di giungere ad una diagnosi che sia funzionale alla sua integrazione.

Oltre alle funzioni mentali, cognitive e metacognitive che interessano più direttamente l'ambito pedagogico, nell'ICF ne vengono indicate altre, che sono strettamente correlate alle strutture corporee, seppur classificate in modo distinto. Le strutture corporee indicano, infatti, quelle parti anatomiche e strutturali del corpo (come gli organi, gli arti) a cui tali funzioni sono correlate. Dall'utilizzo in parallelo di queste due categorie ne risulta una descrizione della dimensione del corpo. Nello specifico la componente "Strutture corporee" comprende:

- Strutture del sistema nervoso
- Occhio, orecchio e strutture correlate
- Strutture coinvolte nella voce e nell'eloquio
- Strutture dei sistemi cardiovascolare, immunologico e dell'apparato respiratorio

- Strutture correlate all'apparato digerente e ai sistemi metabolico ed endocrino
- Strutture correlate ai sistemi genitourinario e riproduttivo
- Strutture correlate al movimento
- Cute e strutture correlate

Per quanto riguarda queste strutture corporee oltre al qualificatore riguardante l'estensione della menomazione ne esistono altri due: uno specifica la natura della menomazione, quindi indica la natura del cambiamento di un organo, apparato o di una parte del corpo, l'altro invece ci informa sulla localizzazione della menomazione. Queste possono essere temporanee, permanenti, lievi, gravi ed è appunto grazie all'utilizzo di tali qualificatori che vengono date delle descrizioni ulteriori. Quando nell'ICF viene utilizzato il termine menomazione questo indica “una perdita o una anormalità nella struttura del corpo o nella funzioni fisiologica (comprese le strutture mentali). Qui il termine “anormalità” viene usato solo ed esclusivamente per indicare uno scostamento significativo rispetto a norme statistiche stabilite (cioè come una deviazione da una media di popolazione nell'ambito di norme standard misurate) e dovrebbe essere usato soltanto in questa accezione”⁴². Bisogna chiarire, infatti, che la presenza di una menomazione, non deve portare a qualificare l'individuo come malato.

Quando pensiamo al tipo di intervento educativo da attuare per una persona dobbiamo sempre tener conto di questi due aspetti, tuttavia questi da soli non sono sufficienti perchè se ci si basa solamente su di essi mancano molte informazioni che ci servono qualora vogliamo mettere in atto una pianificazione che tenga conto di tutti i reali bisogni della persona.

La peculiarità di questa classificazione, sta proprio nel fatto che le categorie Funzioni e Strutture Corporee non possono essere considerate isolatamente ma devono essere utilizzate insieme alle categorie di “Attività e Partecipazione” e tenendo conto dell'ambiente. Ciò è dato dal fatto che l'ICF considera la persona nella sua interezza, e quindi tutti questi concetti vanno considerati integralmente.

⁴² OMS, *ICF, Classificazione Internazionale del Funzionamento della Disabilità e della Salute*, Erikson, Gardolo (TN), 2001, pag.168

Attività e partecipazione

Estremamente importante è l'introduzione nell'ICF dell'“Attività e Partecipazione”, questi due termini pur avendo significati distinti vengono classificati tramite un unico elenco comprendente i seguenti nove capitoli:

- Apprendimento e applicazione delle conoscenze
- Compiti e richieste generali
- Comunicazione
- Mobilità
- Cura della propria persona
- Vita domestica
- Interazioni e relazioni interpersonali
- Aree di vita principali
- Vita sociale, civile e di comunità

Come possiamo notare da tale elenco, l'“Attività e Partecipazione” riguarda le aree più disparate che caratterizzano la vita dell'individuo e la sua realtà quotidiana; quindi si ritiene il benessere della persona strettamente interrelato a tali azioni e relazioni che il soggetto instaura all'interno di diversi contesti.

Seguendo quanto indicato dall'ICF, potremmo sottolineare che per Attività si intende l'esecuzione di azioni da parte del singolo, mentre per Partecipazione l'inclusione ed il coinvolgimento di una persona in una situazione di vita. Alcuni studiosi hanno evidenziato degli aspetti di criticità legati a tale componente poiché non c'è una distinzione tra ciò che fa parte dell'Attività e ciò che invece dovrebbe essere compreso nella Partecipazione, creando in tal senso poca chiarezza. In generale potremmo dire che i primi domini dell'elenco sopra riportato sembrano riguardare le aree in cui il singolo agisce da solo, mentre gli ultimi sembrano maggiormente legati alla partecipazione, all'azione della persona a livello sociale. Tuttavia la distinzione tra ciò che è di pertinenza di uno, piuttosto che dell'altro è tuttora oggetto di dibattito, quindi attenendoci a quanto indicato dall'ICF possiamo applicare l'attività e la partecipazione a tutti i capitoli sopra riportati. Pertanto, quando la persona ha delle difficoltà a portare a termine alcune azioni a livello individuale, si parla di limitazione

dell'attività; quando invece incontra dei problemi che gli impediscono il pieno coinvolgimento nelle diverse situazioni della vita si parla di restrizione alla partecipazione. I due qualificatori associati all'Attività e Partecipazione sono il qualificatore “performance” e “capacità”; il primo descrive ciò che ciascuno fa quando si trova inserito nell'ambiente reale, il secondo invece riguarda il più alto livello possibile di funzionamento della persona all'interno di un ambiente standard, quindi quando non esistono interferenze poiché tutti i possibili fattori d'influenza sono resi neutri; potremmo dire che riguarda strettamente la capacità dell'individuo.

Data la varietà di ambiti che sono compresi nell'“Attività e Partecipazione” il ruolo dell'educatore può risultare determinante per favorire il funzionamento ottimale del soggetto in tal senso: sia nella promozione di queste abilità che nella predisposizione di azioni specifiche in conseguenza a possibili difficoltà. Per esempio tramite il suo intervento egli può stimolare l'apprendimento, l'applicazione delle conoscenze e aiutare il soggetto nella gestione dello stress e della tensione che sono collegati all'esecuzione di particolari compiti. L'educatore può avere un ruolo fondamentale anche per quanto riguarda la comunicazione, infatti, dopo aver valutato la capacità e la volontà comunicativa del soggetto, qualora riscontri in lui l'esistenza di difficoltà nel produrre o ricevere messaggi, nel comunicare e discutere con gli altri, lo può aiutare, cercando di favorire il sistema di comunicazione per lui più adatto ed incoraggiandolo ad esprimersi senza timore. Tale professionista può inoltre favorire la responsabilizzazione dell'educando, incoraggiandolo ad aver cura della propria persona, ad assumere un ruolo attivo nei confronti della propria salute, ad avere rispetto per le proprie cose, ad adempiere i compiti legati alla vita domestica.

Come indicato già nel primo capitolo, è fondamentale, in vista del benessere della persona, che questa stabilisca delle relazioni interpersonali significative e partecipi alla vita di comunità; l'ICF inserendo tali aspetti all'interno della componente “Attività e Partecipazione” ne evidenzia l'assoluta importanza. Questi infatti devono essere classificati in modo che l'educatore possa avere informazioni e predisporre un intervento qualora un soggetto dimostri delle difficoltà. In tal senso egli lo può aiutare a gestire in modo adeguato le interazioni con gli altri, per esempio a controllare le proprie emozioni, a regolare i propri comportamenti e a mantenere una certa distanza sociale. Per quanto

concerne invece la vita sociale, il professionista può far comprendere all'educando l'importanza di essere incluso all'interno della comunità, di impegnarsi in modo attivo, prendendo parte ad attività culturali e ricreative che siano per lui soddisfacenti.

Notiamo quindi come nell'ICF si includono delle dimensioni che nelle precedenti classificazioni non venivano considerate, si allarga l'attenzione al contesto sociale, relazionale e a quelle che vengono identificate nell'ottavo capitolo di tale componente come “Aree di vita principali”, cioè l'istruzione, il lavoro e la vita economica. Risulta evidente l'importanza di considerarle dato che coinvolgono l'individuo per lungo tempo durante la giornata, influenzando sulla propria soddisfazione di vita; per tale ragione è necessario mettere ognuno nelle condizioni di poter godere di questi diritti fondamentali.

Fattori Contestuali

Tuttavia, gli aspetti di cui abbiamo parlato fino ad ora, quindi le “Funzioni e Strutture Corporee” e “L'Attività e Partecipazione” non possono essere considerati in modo indipendente dai “Fattori Contestuali”, poiché questi ultimi possono avere un impatto sulla condizione di salute dell'individuo e sugli stati ad essa correlati. Questi costituiscono la seconda parte della classificazione e comprendono sia i “Fattori Ambientali” che i diversi “Fattori Personali”.

In particolare i “Fattori Ambientali” sono suddivisi nei seguenti capitoli:

- Prodotti e tecnologia
- Ambiente naturale e cambiamenti ambientali effettuati dall'uomo
- Relazioni e sostegno sociale
- Atteggiamenti
- Servizi, sistemi e politiche

Questi sono fattori esterni all'individuo, che riguardano sia l'ambiente fisico e materiale in cui la persona vive (per esempio l'aspetto geografico, climatico, la presenza di determinati strumenti e tecnologie di cui il singolo può fruire nella vita di ogni giorno) sia l'ambiente che potremmo più propriamente definire sociale poiché comprende le persone con cui viene condivisa la quotidianità, i servizi, le istituzioni, le politiche, le norme che possono avere una grande influenza sul soggetto.

Infatti il qualificatore utilizzato in questa parte della classificazione ha il compito di indicare il grado in cui tali fattori rappresentano dei facilitatori oppure delle barriere per la persona. Sono considerati dei facilitatori qualora contribuiscano in modo positivo al funzionamento del soggetto, sono invece delle barriere nel momento in cui lo limitano, creando per lui una condizione di disabilità.

Non meno importanti sono anche i “Fattori personali” che tuttavia non vengono elencati nell'ICF, poiché esiste una variabilità di questi sulla base della società e della cultura di appartenenza; con questo termine si intendono, infatti, tutte quelle caratteristiche strettamente correlate all'individuo, quali ad esempio il sesso, l'etnia, la classe sociale, le caratteristiche psicologiche, lo stile di vita e gli eventi vissuti. Questi, così come i fattori ambientali, possono avere un ruolo fondamentale nel determinare il funzionamento del singolo, con un'incidenza in termini positivi, oppure al contrario negativi.

L'ICF ha il merito di aver evidenziato per la prima volta l'influenza dell'ambiente, completamente trascurato dalle classificazioni precedenti. Questo implica che qualora un soggetto si trovi in una condizione di difficoltà diventi opportuno verificare se ciò possa essere collegato alla presenza di barriere o all'assenza di facilitatori nel contesto, che possono limitarne le performance. Vygotskij e l'approccio storico culturale, che si è sviluppano verso la fine degli anni Venti del Novecento, sottolineano l'incidenza della dimensione storica e culturale in cui la persona vive nel determinarne il suo funzionamento, sostenendo che l'individuo che presenta una situazione deficitaria diventa disabile a causa di barriere sociali che gli impediscono di fare ciò che egli in realtà potrebbe e sarebbe in grado di fare in un contesto adeguato. Andrea Canevaro (2006) in merito a ciò scrive:

Le limitazioni (disabilità) sono relative ai contesti. La disabilità come dato permanente non esiste: esiste una certa disabilità ed è un processo. Così lo svantaggio potrebbe rivelarsi più rilevante in un contesto, meno o addirittura scomparire in un altro.⁴³

Spostando il discorso in tal senso, in ambito educativo si verifica un cambiamento nella logica di intervento, che non si focalizza più unicamente sulla persona ma che considera

43 Canevaro A. *Le logiche del confine e del sentiero. Una pedagogia dell'inclusione (per tutti, disabili inclusi)*, Erikson, 2006, pag.19

e valuta le opportunità che questa ha concretamente all'interno dell'ambiente in cui vive; non si agisce sul soggetto quanto piuttosto su ciò che gli sta intorno. In tal senso, per favorire il ben-essere dei soggetti, soprattutto di coloro i quali si trovano in una condizione di difficoltà, risulta necessario ridurre ed eliminare gli ostacoli presenti nell'ambiente e mettere in atto tutte le azioni volte a favorire la loro piena inclusione nel contesto, affinché possano vivere con dignità la propria condizione di individui. Gli interventi messi in atto, devono quindi essere indirizzati sia alla realtà più prossima alla persona, cioè quella in cui vive ed opera, affinché sia strutturato in modo da garantire la sua libertà, autonomia, sicurezza e piena integrazione, tuttavia devono essere diretti anche al contesto macrosociale di appartenenza, per realizzare politiche, servizi, norme inclusive per ogni individuo e rispondenti ai bisogni e alle necessità particolari del singolo soggetto di cui si ha cura.

Concludendo, l'ICF ci indirizza a tenere sempre unita la dimensione della salute/del corpo a quella dell'ambiente, infatti esiste un rapporto di influenza reciproca tra le due che non deve mai essere dimenticato se si vuole garantire un funzionamento ottimale; la salute dell'individuo ha una ricaduta a livello sociale, quindi ad esempio sul suo lavoro, sulle relazioni che instaura, sul modo di condurre la sua vita e viceversa il contesto ha un ruolo sulla salute del soggetto, determinando stress, malessere e più in generale situazioni patologiche qualora sia per lui negativo oppure se positivo una condizione di benessere psico-fisico. L'ICF infatti “è una classificazione delle caratteristiche della salute delle persone all'interno del contesto delle loro situazioni di vita individuali e degli impatti ambientali”⁴⁴.

2.4 ICF-CY : la classificazione “dedicata ai bambini di tutto il mondo e a tutti coloro che sono stati bambini”.⁴⁵

Una delle caratteristiche fondamentali dell'ICF abbiamo visto essere l'universalità, in quanto tale strumento è stato concepito per cogliere il profilo di funzionamento

⁴⁴ Leonardi M., *Salute, Disabilità, ICF e Politiche Sociosanitarie*, in Ferrucci F. *Sociologia e Politiche sociali*, Franco Angeli Editore, Milano, 2005, pag.84

⁴⁵ OMS, *ICF-CY, Classificazione Internazionale del Funzionamento della Disabilità e della Salute, Versione per bambini e adolescenti*, Erikson, Gardolo (TN), 2001, pag.5

dell'intera umanità, senza nessuna distinzione. Alcuni anni dopo la pubblicazione di tale tassonomia si è riflettuto però sulla necessità di realizzare una classificazione specifica che si concentrasse totalmente sulle caratteristiche di sviluppo dei bambini e degli adolescenti e sui contesti che caratterizzano la vita durante questa fascia di età. Per tale ragione, l'Organizzazione Mondiale della Sanità ha riunito un gruppo di professionisti di diversi ambiti e nazionalità che tra il 2002 ed il 2005 hanno lavorato realizzando ricerche e sperimentazioni relative al periodo dell'infanzia e dell'adolescenza e da tali studi, che hanno assunto come punto di partenza la classificazione generale ICF, ne è emersa una nuova versione, l'ICF-CY (International Classification of Functionings, Disability and Health: Children and Youth Version) in cui sono stati rivisti, modificati ed ampliati alcuni codici.

Lo scopo generale delle due classificazioni può dirsi coincidente, anche la versione per bambini ed adolescenti, infatti, si propone di rilevare informazioni relative al funzionamento e alla disabilità, il confronto dei dati e la comunicazione, tramite un linguaggio universale e standardizzato, tra i diversi servizi e professionisti che si occupano dell'infanzia.

Il bambino si differenzia dall'adulto sotto molti aspetti e caratteristiche e qualora presenti una condizione di disabilità questa si può manifestare in modalità differenti ed avere un'evoluzione particolare. I primi vent'anni di vita, caratterizzati prima dall'infanzia e poi dall'adolescenza, rappresentano un periodo di grandi mutamenti per l'individuo che riguardano sia l'aspetto fisico, sia quello psicologico, ma cambiano anche le azioni che compie, le sue competenze, le relazioni che instaura, gli ambienti in cui è inserito e a cui partecipa. L'ICF-CY riflette tali cambiamenti, che sono strettamente legati alla maturazione del soggetto, evidenziando le caratteristiche principali di sviluppo del bambino e dell'adolescente. Comprendere il profilo di funzionamento di questi ultimi può risultare piuttosto difficoltoso poiché la presenza di limitazioni, in alcuni casi può rappresentare un elemento per predire una disabilità importante, in altri, invece, riflette solamente un ritardo rispetto ai normali ritmi di sviluppo. Con la classificazione ICF-CY possono essere messi in evidenza tali ritardi e sfasamenti, infatti, in tale tassonomia “il cambiamento più globale riguarda la segnalazione del qualificatore cambiamento per includere problemi evolutivi non

prontamente apparenti nell'ICF. L'aggiunta del termine ritardo nei qualificatori generici (deviazione o perdita) permette a ciascuno dei codici di essere usato per caratterizzare più chiaramente il grado della dimensione nella funzione del bambino, tra i livelli di attività e partecipazione⁴⁶.

L'ICF-CY si caratterizza, quindi, per il fatto di rilevare le funzioni e le strutture corporee, l'attività, la partecipazione e l'ambiente del bambino e dell'adolescente; è uno strumento molto utile dal momento che dato che sono stati rivisti tutti quegli item che possono risentire dell'influenza della maturazione, prevede una descrizione delle caratteristiche del bambino in modo più specifico e dettagliato rispetto alla classificazione ICF, tanto che negli ultimi anni si è pensato di aggiornare quest'ultima integrandola con le precisazioni fatte per la versione dell'infanzia. In particolare, sono state precisate alcune questioni, ritenute troppo generali e che necessitano di un'attenzione maggiore quando sono riferite ai bambini e agli adolescenti. Per quanto riguarda l'aggiunta di alcuni aspetti, vediamo per esempio la comparsa nelle “Funzioni mentali” delle “Funzioni e attitudini intrapersonali” (che comprendono adattabilità, responsività, livello di attività, perseveranza, propositività) cioè quegli stili comportamentali di natura evolutiva che possono incidere sui successivi profili del temperamento e della personalità. Inoltre per descrivere in modo ottimale il funzionamento del bambino l'ICF-CY viene ampliato con la descrizione delle azioni tipiche della sua età, quindi, la sperimentazione e gli apprendimenti attraverso i sensi, le azioni con gli oggetti, le acquisizioni del linguaggio e dei concetti, i vocalizzi, il canto ed anche il gioco. Inoltre viene approfondita la questione della partecipazione dato che gli scenari di vita di bambini ed adolescenti sono sostanzialmente differenti da quelli degli adulti; per tale ragione si presta molta attenzione all'ambiente familiare dato che normalmente questo rappresenta il contesto più importante per la fascia di età che tale classificazione intende considerare. Nel primo periodo di vita, il bimbo dipende totalmente dalle sue figure di attaccamento, è con loro che instaura quelle relazioni significative che avranno un'influenza determinante sul funzionamento futuro del singolo, come è dimostrato dagli studi sull'attaccamento realizzati in psicologia. Con l'avanzare dell'età, però, le relazioni interpersonali che il soggetto instaura e gli ambienti

46 Ghedin E., *Ben-essere disabili, un approccio positivo all'inclusione*, Liguori editore, Napoli, 2009, pag.92

che frequenta si allargano sempre di più in relazione alla maturazione del suo livello di autonomia e indipendenza e quindi, oltre al contesto domestico, partecipa anche a quello scolastico, (che viene considerato nell'ICF-CY nei diversi ordini e gradi) stabilendo legami importanti con i coetanei, e all'ambiente più ampio della comunità e della società. I diversi studiosi che hanno realizzato tale classificazione hanno appunto cercato di prestare attenzione a tutti questi aspetti e sulla base di ciò hanno attuato le modifiche e le aggiunte nei diversi domini.

Concludendo, dopo aver considerato gli aspetti principali dell'ICF-CY e dell'ICF potremmo dire che questi rappresentano degli strumenti fondamentali, che dovrebbero essere usati congiuntamente alla classificazione ICD. Questo ci viene indicato dalla stessa Organizzazione Mondiale della Sanità, poiché è dall'unione delle due che emerge un quadro dettagliato e completo della persona ed è a partire da questa conoscenza totale delle sue peculiarità che diventa possibile mettere in atto tutti quegli interventi necessari affinché la persona provi una condizione di ben-essere e sia pienamente soddisfatta della propria esistenza. Tuttavia poiché tali classificazioni del funzionamento possano rivelarsi utili è necessario che ne sia fatto un utilizzo ottimale.

2.5 Rischi e pregi legati alla classificazione

Molto spesso l'utilizzo delle classificazioni viene visto con preoccupazione, soprattutto all'interno dell'ambito educativo e quando si ha a che fare con la disabilità, poiché l'idea di utilizzare delle categorie nell'individuare i punti di debolezza della persona, viene ritenuto stigmatizzante. Si pensa, infatti, che tali classificazioni contribuiscano solamente ad etichettare ancora di più i soggetti in difficoltà e per tale ragione passano in secondo piano gli aspetti positivi di tali strumenti.

In tal senso diventa importante, superare quest'insofferenza nei confronti delle classificazioni per sottolineare che è l'utilizzo che ne viene fatto a rendere queste degli strumenti efficaci, oppure al contrario estremamente negativi. Infatti qualora queste vengano concepite come degli strumenti puramente categorizzanti, che servono per distinguere coloro che sono considerati anormali ed identificarli all'interno di categorie specifiche per poterli controllare più facilmente, si mette in atto un vero processo di

stigmatizzazione, che non fa altro che contribuire a sottolineare ulteriormente i deficit di coloro i quali si trovano in una condizione di difficoltà. Al contrario è di estrema importanza che le classificazioni come l'ICF e l'ICF-CY vengano utilizzate come il punto di partenza per dar luogo a dei percorsi personalizzati che rispondano alle esigenze del singolo. Rilevando quelli che sono i bisogni reali dei soggetti coinvolti, i loro punti di debolezza, ma anche le loro potenzialità dovrebbero essere valutati gli interventi necessari; infatti “bisognerebbe considerare che l'interesse maggiore dell'ICF è rivolto al funzionamento: capire come funziona un individuo. Non quindi quello che sa fare un individuo, ma quello che potrà fare introducendo nella propria vita dei cambiamenti”⁴⁷. Tale classificazione dovrebbe appunto rilevare le informazioni necessarie per capire in che aree e quali aspetti della persona necessitano di un miglioramento, affinché si possano offrire le risposte adeguate attraverso progetti riabilitativi, l'individuazione di servizi adeguati e la progettazione di facilitatori.

In quest'ottica si superano quindi i rischi legati alla classificazione, infatti, la stigmatizzazione, l'etichettatura, le basse aspettative nei confronti di coloro i quali sono considerati persone con disabilità, vengono in questo modo superati. L'utilizzo di tale classificazione ci impone un obbligo etico, come ci dice la neurologa Matilde Leonardi nell' introduzione all'ICF-CY. Una volta che attraverso la classificazione si è arrivati alla conoscenza complessiva della persona, individuandone ciò che in questa funziona e ciò che non funziona, quelle che sono le sue barriere ed i suoi facilitatori, è necessario chiedersi che cosa deve essere fatto e quali interventi possono essere considerati migliori per promuovere il suo benessere e far sì che egli ritenga la sua vita di qualità.

Tuttavia “per decidere quale tipo di supporto (nel senso di scaffolding di Bruner) sia necessario per il bambino dobbiamo prima di tutto sapere quanto più possiamo dello stesso e dobbiamo sempre tenere in considerazione il fatto di pensare a lui nella sua interezza piuttosto che nella sua disabilità” e le classificazioni dell'OMS ci permettono proprio di avere questo quadro complessivo della sua salute e del suo funzionamento.

47 Canevaro A, *Ti accompagno dall'ambiente ai contesti*, 2001, pag.8

CAPITOLO 3

La Biodanza: fondamenti teorici per un'educazione inclusiva

Una persona, per stare bene, ha bisogno di prendere parte ad esperienze dirette e di impegnare completamente se stessa nella ricerca del proprio ben-essere, tale è la ragione per cui devono essere create, come sostiene Benetton⁴⁸, le condizioni affinché il soggetto possa sperimentare attivamente il proprio essere al mondo, attraverso l'attuazione di interventi educativi dei quali egli possa essere un vero protagonista. La Biodanza può essere intesa come una pratica educativa esperienziale di questo tipo che coinvolge totalmente la persona promuovendone uno sviluppo armonico. Si può qualificare, infatti, come una pedagogia olistica a mediazione corporea; poiché il corpo rappresenta il fulcro di tale sistema che viene concepito così come inteso da Naccari: “il corpo costituisce il punto, l'elemento mediatore fra io interno e ambiente esterno, ragion per cui pensare, ascoltare e interpretare il proprio corpo diventa un capire meglio se stessi”⁴⁹. Naccari ritiene la dimensione corporea come “un'intelligenza” con un forte impatto sull'attivazione della persona e di tutte le sue intelligenze; sostiene, come attraverso i gesti, i movimenti e le posture l'uomo manifesti se stesso, ma anche come sia grazie all'apprendimento corporeo e all'esecuzione di determinati movimenti che il soggetto amplia il proprio essere, sperimentando, percependo e rievocando emozioni. Il sistema della Biodanza promuove tutto questo, poiché grazie alla mediazione corporea viene coinvolta totalmente la persona che, come sostiene Benetton è multidimensionale e “si manifesta in diverse forme, tutte ugualmente importanti per la realizzazione di sé e non scindibili”⁵⁰. In tal senso Rolando Toro ha appunto evidenziato come egli abbia voluto ideare, con la Biodanza, un modello sistemico nel quale venissero raggruppate diverse modalità di movimento (inserendo movimenti controllati, spontanei, automatismi, carezze, abbracci) sulla base di una visione olistica che permettesse lo sviluppo dell'essere umano nella globalità.

48 Benetton M., *Benessere e pedagogia olistica della persona*, in Naccari A., *La mediazione corporea per un'educazione olistica. Simboli in movimento tra pedagogia e terapia*, Milano, Guerini Scientifica, 2012 pag.23

49 Naccari A., *La mediazione corporea per un'educazione olistica. Simboli in movimento tra pedagogia e terapia*, Milano, Guerini Scientifica, 2012

50 Benetton M., *op.cit.*, pag.33

3.1 Le origini del sistema Biodanza

La Biodanza ha origine nel 1960 grazie all'opera di Rolando Toro, un uomo con una vasta cultura, psicologo e antropologo ma anche poeta e pittore, che si è ispirato a molteplici aree del sapere per elaborare tale sistema; egli si è rifatto ai contributi delle scienze umane (come la psicologia e la sociologia) ma anche ai fondamenti della biologia, delle neuroscienze e della neurofisiologia.

É a partire da una riflessione sull'umanità e sulla realtà storica generale che ha inizio il suo lavoro, quando, nel periodo successivo alla seconda guerra mondiale, con la tragedia dell'Olocausto e delle bombe atomiche si è mostrato un livello di disumanità che fino all'ora era considerato del tutto inimmaginabile. Rolando Toro soffrì profondamente per queste atrocità, non capacitandosi di come fosse possibile che l'uomo stesso, il quale nell'ultimo secolo aveva compiuto grandi progressi sia da un punto di vista culturale che civile, avesse potuto dar origine a tali eventi distruttivi; tuttavia si rese conto di non poter guardare la vita solo attraverso queste malvagità, poiché contemporaneamente percepì nell'intimo di aver sperimentato la bellezza più assoluta nel corso della sua esistenza, grazie alle realtà dell'amore, della famiglia, del vincolo con la natura e con il mondo che lo circondavano. Mosso da queste emozioni contraddittorie che provava dentro di sé decise di creare una nuova prospettiva che recuperasse il significato più profondo dell'esistenza. A tal proposito scrive:

Ho ideato una metodologia finalizzata allo sviluppo di un processo evolutivo di trasformazione affettiva: la Biodanza, con la quale propongo una forma di rinascita, un'educazione che abbia, come riferimento di base la vita, e che ci dia accesso alla felicità; una sociologia dell'amore.⁵¹

Da tali parole comprendiamo come la Biodanza venga concepita dall'ideatore come un vero e proprio modo di vivere, che utilizza la danza coniugata alla musica, come metodo, per far sì che la persona attraverso il movimento possa vivere completamente l'attimo presente recuperando la dimensione più ampia dell'esistenza.

Rolando Toro, dopo essersi laureato nella scuola di Psicologia dell'Istituto Pedagogico dell'Università del Cile, inizia a sperimentare nel 1965 queste esperienze di

⁵¹ Toro R., *op.cit.*, pag.5

danza all'interno dell'ospedale psichiatrico di Santiago del Cile, con un gruppo di malati mentali. Dopo una serie di incontri egli si rese conto che mediante l'utilizzo di determinate musiche e danze potevano essere indotti nei partecipanti degli stati di trance con effetti ansiolitici e che causavano una diminuzione della percezione dei limiti corporei, mentre attraverso altri movimenti e musiche era possibile incrementare nelle persone affette da disturbi mentali, il senso di identità e la percezione del proprio corpo. Sulla base di tali evidenze lo psicologo capì l'importanza di promuovere sia gli stati di identità che di trance poiché abbracciano, secondo lui, la totalità dell'esperienza umana; dunque la scelta riguardo a quali utilizzare in modo prevalente deve avvenire sulla base delle difficoltà e delle patologie delle persone con cui viene applicata l'attività di Biodanza. Queste prime esperienze in ambito psichiatrico gli permisero di elaborare e perfezionare la sua metodologia, arrivando a comprendere l'importanza di estendere l'applicazione di questa opportunità educativa a differenti categorie di persone.

3.2 L'applicazione della Biodanza

Una caratteristica fondamentale del sistema Biodanza è rappresentata dall'universalità, in quanto è un metodo educativo che ha un'applicazione eterogenea. Fin dalle origini ci si è resi conto, come tale pratica, promuovendo l'espressione di sé e la relazione con l'altro, potesse portare degli importanti benefici a diversi gruppi di soggetti; per tale ragione può essere promossa sia come pratica educativa, con gruppi di bambini e adolescenti, o di adulti ed anziani, sia con “gruppi specifici” come ad esempio famiglie, medici, operatori sociali⁵². La Biodanza può essere applicata anche con persone che per varie ragioni possono trovarsi in una situazione di disagio, che può essere data, ad esempio, da malattie neurodegenerative (sclerosi multipla, malattia di Parkinson⁵³ o Alzheimer), disturbi del comportamento e dipendenze.

Uno degli ambiti fondamentali in cui la Biodanza clinica trova applicazione riguarda la salute mentale. Tale pratica educativa risulta un'importante risorsa per persone con disturbi psichiatrici di variabile gravità; quindi sia per i soggetti che

⁵² Toro.R., *op.cit.*, pag.33

⁵³ Bongiovanni P. *Biodanza: una proposta di riabilitazione per parkinsoniani e loro caregivers*, Terzo Forum internazionale di Biodanza sociale e clinica. Vicenza 2012, Atti pag.81

soffrono di disturbi d'ansia, depressioni non psicotiche, disturbi di personalità non gravi, patologie che pur non alterando la percezione del reale, possono influenzare in modo negativo sulla loro volontà di relazionarsi con gli altri e l'ambiente circostante, sia in presenza di disturbi di maggiori gravità, quali la depressione psicotica, la schizofrenia, i disturbi deliranti e bipolari, malattie per le quali il trattamento psicoterapeutico non risulta sufficiente ma deve essere affiancato da quello farmacologico.

Quando la Biodanza è diretta a persone che si trovano in situazioni di disabilità, basandosi su una concezione olistica che considera la persona nella sua interezza come caratterizzata da una molteplicità di dimensioni, deve promuovere un'azione volta alla valorizzazione della parte sana⁵⁴, di ciò che funziona, attraverso la stimolazione delle potenzialità, delle risorse e dei talenti di ciascuno e non alla malattia del soggetto. In tal senso l'operatore di Biodanza clinica può conoscere la storia anamnestica e la diagnosi di ciascun partecipante dei gruppi di Biodanza clinica, ma in nessun modo orientare le informazioni per strutturare diagnosi o terapie. La Biodanza clinica è da considerarsi una pedagogia di riabilitazione esistenziale che attua sulla parte sana della persona, e quindi è del tutto complementare e in nessun modo alternativa alle strutture della cura sociali e/o sanitarie. Se l'intervento medico è orientato all'individuazione di un trattamento specifico, formulato dopo un'attenta diagnosi che permette di individuare la patologia invalidante, il sistema Biodanza non intende sostituirsi a questo, ma al contrario affiancarsi per far sì che l'azione nei confronti di tali soggetti punti al raggiungimento di un ben-essere globale.

La Biodanza può essere ampliata ad una varietà di problemi e quadri clinici, proprio perchè tende a concentrare l'interesse sulla parte creativa residua dell'individuo, sulle sue necessità di affetto, di relazione, di espressione di sé, insite in ognuno nonostante la presenza della malattia. Rolando Toro ha voluto realizzare e promuovere con tale sistema un'esperienza di vita che cercasse di far crescere la “parte luminosa” dell'ammalato riducendone “la parte oscura”⁵⁵. L'intento della Biodanza è quello di promuovere attività che facciano sentire i partecipanti pienamente esseri umani e non malati, cercando di attivare stati d'animo positivi e promuovendo relazioni interpersonali gratificanti; quindi puntando sempre più sulla salute, piuttosto che sulla

54 Toro R., *op cit.*, pag. 33

55 Toro R., *op.cit.*, pag. 34

malattia.

3.3 Gli aspetti innovativi della “danza della vita”

L'innovazione principale della Biodanza è data dal fatto di fondare il proprio sistema sul “principio biocentrico”, che consiste nel porre al centro la vita, come nucleo centrale di ogni azione che viene promossa. Tale concezione, sulla base della quale Rolando Toro ha costituito il suo metodo, sostiene che la vita si esprime nell'universo tramite una molteplicità infinita di forme; tuttavia lo psicologo cileno, sottolinea come l'uomo abbia perso questo legame autentico ed originario con l'esistenza, che può essere, secondo lui, recuperato, attraverso la riscoperta di quell'unione intima del soggetto con se stesso, con l'altro e con la totalità dell'universo. Eliane Matuk, ci testimonia come Rolando Toro abbia lavorato per cinquant'anni cercando di elaborare quello che può essere definito un nuovo modo di vivere, che offra la “possibilità per l'essere umano di ritrovare in se stesso il proprio valore, di recuperare la capacità di stabilire legami affettivi profondi, seguire i propri istinti innati, integrandoli in modo coerente nel proprio stile di vita e, in questo modo, riqualificare il tempo che si vive”⁵⁶.

Secondo l'autore il modo più autentico per ristabilire quest'unione è rappresentato dalla danza che non viene intesa nei termini attuali, come balletto o danza strutturata, ma si rifà al significato originario che tale pratica assumeva all'interno dei popoli primitivi, dove veniva utilizzata come modalità comunicativa che però è lentamente scomparsa con il processo di civilizzazione. Rolando Toro, rifacendosi alle origini, promuove una danza concepita come una realtà olistica, nella quale viene coniugato l'aspetto corporeo, emotivo, sociale, intellettuale e spirituale dell'uomo. Intesa in questo senso, la Biodanza è strettamente collegata all'idea di “danzare la vita” proposta da Roger Garaudy per il quale la danza “costituisce l'unità dell'uomo e del suo ambiente, dell'individuo e del suo gruppo, del corpo e dello spirito”⁵⁷. Garaudy la ritiene un'esperienza intensa e per tale ragione non concettualizzabile attraverso la parola, che crea un'idea dell'individuo completamente nuova poiché non viene più concepito come un essere chiuso in sé, ma diviene solidale con il tutto; il soggetto sente il movimento

⁵⁶ Toro R, *op.cit.*, pag.7

⁵⁷ Garaudy R, *Danzare la vita*, Cittadella editrice, 1985, pag.19

all'interno di sé, crea una comunità con gli altri uomini e percepisce con forza il mondo che lo circonda. La Biodanza promuove un movimento integrante di questo tipo, che favorisce l'unità dell'uomo in tutti i suoi aspetti, con gli altri e con l'universo. Tale è la ragione per cui Rolando Toro, basandosi su una concezione integrale della persona, elimina il termine “psicodanza” che aveva utilizzato in un primo momento per designare il sistema da lui inventato, poiché sottolineava una scissione tra anima e corpo e lo sostituisce con quello di “Biodanza”, dove il prefisso bios derivante dal greco significa vita e quindi tale pratica può essere tradotta come “la danza della vita”. “Danzare la vita” significa “riscattare il valore intrinseco dell'esistenza, espresso nell'unicità di ogni momento vissuto”⁵⁸, risvegliare quella vitalità che è intrinsecamente presente in ogni gesto naturale dell'uomo, fare esperienza in modo diretto di tutto ciò che è esistente, sensibilizzare alla vita che è presente in sé, nell'altro ed in ogni elemento della natura. Ciò può essere sperimentato con un sistema pedagogico, la Biodanza, che pone al centro il corpo ed il movimento come espressione di vita.

Nella cultura prevalente del mondo occidentale, l'aspetto corporeo è stato a lungo considerato poco importante, attribuendo maggiore rilevanza alla sfera mentale e per tale ragione l'attività educativa si è sviluppata in questa direzione; a tal proposito Howard Gardner evidenzia come “nella nostra tradizione culturale c'è stata una disgiunzione radicale fra le attività del ragionamento da un lato e le attività della parte manifestamente fisica della nostra natura. Questo divorzio tra il mentale e fisico si è associato non di rado alla nozione che ciò che facciamo con il nostro corpo sia meno privilegiato”⁵⁹. Nel corso del Novecento si è affermata però la convinzione che non fosse possibile ridurre la persona al solo aspetto razionale; la maturazione di tale convinzione ha portato alla rivalutazione dell’“intelligenza corporea” all'interno dell'educazione poiché attraverso questa l'individuo esprime pienamente se stesso.

Tuttavia Rolando Toro ha sottolineato come la conoscenza dell'individuo fosse ancora troppo mediata dal sapere e per tale ragione promosse un sistema basato sull'immediatezza data dall'esperienza attraverso il corpo; con tale apprendimento attivo mente e corpo vengono integrate per il pieno sviluppo dell'individuo. Infatti il fondatore di tale metodo afferma:

58 Toro.R.,*op.cit*,pag.10

59 Gardner H., *Formae mentis*, Feltrinelli, Milano, 2010, pag.301

L'esercizio della Biodanza, non lega il corpo allo sforzo e alla prova di sé, non assegna al movimento il ruolo di supporto vitale del pensiero, ma mette in scena, nella sua semplicità, nella sua purezza il corpo vivente. Il corpo che dà e che riceve, il corpo che si apre e che si raccoglie, il corpo che respira ed accoglie, il corpo che l'emozione prolunga nello spazio del gesto e in quello dell'incontro del condividere. Il corpo che, in un linguaggio che gli è proprio, esprime la vita che lo sostiene. Quel corpo deriva meno da quello che ho, materia e organi, che da quello che sono.⁶⁰

Quindi nella Biodanza il corpo viene concepito in tutta la sua naturalezza e semplicità, per tale ragione viene favorito lo sviluppo della sensibilità, il risveglio dell'espressività corporea e la combinazione dei gesti archetipici dell'uomo che uniti insieme generano danze ricche di umanità. La persona esprime completamente se stessa attraverso il movimento del corpo, Elisabetta Ghedin a tal proposito sostiene :

Il movimento rappresenta la via maestra per esprimersi, comunicare e comprendere. Questo nella consapevolezza che l'uomo non manifesta il suo essere soltanto attraverso le forme del pensiero ma, sempre contemporaneamente, attraverso le modalità del muoversi del vedere e del fare.⁶¹

Attraverso le movenze promosse durante le attività di Biodanza, la persona vive un'esperienza soggettiva di forte intensità che le permette di comprendere pienamente la propria identità ed unicità; la dimensione corporea che rende possibile tale connessione intima del soggetto con se stesso, è contemporaneamente il mezzo attraverso il quale l'individuo rivela all'esterno la propria interiorità. Il corpo è comunicazione, “il corpo possiede un linguaggio specifico, che entra in gioco in ogni relazione e in ogni espressione di sé e i cui segnali non verbali sono in grado di comunicare con maggiore efficacia, rispetto a quelli verbali, sentimenti ed emozioni”⁶². La Biodanza mira a far sì che ciascun soggetto partecipante agli incontri si lasci andare completamente liberando tutto sé stesso, la propria umanità ed i propri stati d'animo attraverso il movimento del corpo, infatti “nulla di ciò che riguarda il corpo può essere letto di per se stesso a prescindere dalla persona intera poiché la corporeità è intessuta di ciò che riguarda l'essere umano, dunque ciò che ci presenta sotto l'aspetto somatico ha sempre a che fare con l'esserci.”⁶³

60 Toro.R.,*op.cit*,pag.13

61 Ghedin E., *L'educazione attraverso il movimento in Canevaro A. L'integrazione scolastica degli alunni con disabilità*, Erikson, Gardolo (Tn) pag.95

62 Pento G., *Muoversi per...piacere*, Edizioni Junior, Gorle (BG), 2003, pag.53

63 Naccari A., *Persona e movimento, Per una pedagogia dell'incarnazione*, Roma, 2006, pag. 43

La danza della vita permette quindi alla persona di essere completamente consapevole di se stessa, vivendo pienamente ogni gesto; ma la dimensione corporea rappresenta anche quel mezzo attraverso il quale viene stabilito un legame con le altre persone e che ci definisce come esseri di relazione che tendono verso l'altro. Il sistema Biodanza si fonda sulla realtà dell'incontro, promuovendo il contatto tra i membri del gruppo, che può avvenire attraverso una carezza, un tocco, uno sguardo, un abbraccio; così facendo vuole celebrare la presenza dell'altro, non ignorandolo ma riconoscendolo nella propria identità ed unicità di essere umano. Attraverso il corpo la persona si dona all'altro e lo riceve ed in questa unione percepisce la vita. A tal proposito Rolando Toro afferma infatti:

Ci connettiamo con la Vita quando ci connettiamo con l'altro, quando ci sentiamo capaci di profonda empatia, al punto che due esseri ne formano uno soltanto, universale; il flusso e riflusso dell'energia vitale si stabilisce, gli sguardi si accendono nella passione degli occhi dell'altro, il contatto si intensifica, in uno stato di sincronizzazione totale, di eutonia, di fluidità e di ritmo unificatore.⁶⁴

Non risulta, quindi, possibile concepire la Biodanza come una pratica realizzabile individualmente ma questa risulta efficace solamente se viene svolta coinvolgendo un gruppo integrato di persone. Rispetto agli incontri formali che caratterizzano le relazioni che vengono stabilite nella quotidianità, costituite solitamente da frasi e gesti di circostanza, la “danza della vita” intende, invece, recuperare quegli autentici atteggiamenti di comunicazione, avvicinamento e contatto tra gli uomini. Nella Biodanza l'abbraccio rappresenta l'emblema della relazione autentica che si viene a creare con l'altro, poiché con tale gesto origina un senso di comunione, solidarietà e fraternità tra i partecipanti.

Concludendo potremmo quindi dire che “l'interazione affettiva con l'altro da una parte facilita e intensifica la percezione di sé, dall'altra stimola il rispetto per chi si ha davanti. È possibile che due sconosciuti, realizzando l'incontro in una sessione di Biodanza, si sveglino ad un'esperienza nuova in cui l'estraneo si trasforma in un simile”⁶⁵. Questo ci permette di affermare che la Biodanza favorisce lo sviluppo di un atteggiamento di accettazione incondizionata nei confronti delle altre persone,

64 Toro R., *L'alfabeto della vita. Poetica della Biodanza*, Padova, Scuola di Biodanza “Rolando Toro”, 1997

65 Toro R., *Biodanza. Musica, movimento, comunicazione espressiva per lo sviluppo armonico della personalità*, Trento, Red, 2013, pag.141

indipendentemente dal sesso, etnia di appartenenza e condizione di salute, combattendo quindi il generarsi di comportamenti discriminatori e di pregiudizi.

3.4 Principi teorici fondamentali della Biodanza

Attraverso la promozione del movimento corporeo, dell'espressione degli stati d'animo e dei sentimenti e dello sviluppo delle relazioni tra le persone, la Biodanza viene a qualificarsi come un sistema esperienziale che favorisce: l'integrazione umana, il rinnovamento organico, la rieducazione affettiva e il riapprendimento delle funzioni originarie della vita.

L'integrazione umana si attua quando il soggetto ritrova se stesso riscoprendo l'unità di corpo e mente, quando egli restaura quel legame autentico con i propri simili, identificandosi con loro in quanto appartenenti alla stessa specie e ristabilisce la relazione con la realtà totale dell'universo riconoscendosi come parte del mondo e della natura in cui è incluso. In Biodanza ciò avviene attraverso la promozione di tutte quelle attività che fanno sì che la persona senta realmente il legame con la vita.

Tale sistema permette, inoltre, il rinnovamento organico, favorendo l'omeostasi dell'individuo, cioè il mantenimento di un equilibrio della persona nonostante il mutare delle condizioni esterne, infatti è una caratteristica propria dell'organismo quella di riuscire a recuperare una stabilità in seguito a delle condizioni avverse.

Un altro aspetto fondamentale che la “danza della vita” intende promuovere riguarda la rieducazione affettiva, poiché secondo Rolando Toro “gran parte dell'umanità si trova sotto il profilo affettivo in una condizione di aridità e di sterilità, in cui l'amore è il grande assente”⁶⁶. Tale rieducazione avviene grazie all'introduzione della pratica educativa della Biodanza fin dai primi anni di vita e, concretamente, cercando durante gli incontri di stabilire dei legami affettivi tra i partecipanti.

Tra gli scopi della Biodanza c'è, inoltre, quello di facilitare il riapprendimento delle funzioni originarie della vita, quindi di quegli istinti di base, innati, la cui finalità biologica è l'adattamento all'ambiente. Secondo Rolando Toro bisogna abbandonare l'avversità nei confronti di questi, nella convinzione che lo sviluppo delle potenzialità

66 Toro R., *op.cit.*, pag.31

genetiche umane stimoli il coraggio, la gioia di vivere e favorisca lo stato di salute del soggetto.

Il sistema della Biodanza, per favorire il raggiungimento di questi aspetti, utilizza una metodologia basata sulla *vivencia*, che Rolando Toro definisce come “un'esperienza vissuta con grande intensità da un individuo nel momento presente, che coinvolge la cinestesia, le funzioni viscerali ed emozionali. La *vivencia* conferisce all'esperienza soggettiva di ogni singolo individuo la palpitante qualità esistenziale del vissuto qui ed ora”⁶⁷. Come comprendiamo da tale affermazione, nel momento in cui il soggetto partecipante alla sessione di Biodanza sperimenta la *vivencia*, si sente vivo e sente di essere realmente presente nella realtà come essere umano. Quest'esperienza nasce spontaneamente dalla persona, ed è una manifestazione di sé che coinvolge totalmente l'organismo, poiché riguarda le sue emozioni, il suo corpo, la percezione e le sue sensazioni. Rappresenta un momento unico per l'individuo, difficilmente esprimibile a parole e totalmente soggettivo; la *vivencia* può essere considerata come una forma di conoscenza che passa attraverso l'essere della persona, senza l'intervento della ragione e della volontà.

Tale esperienza ha origine naturalmente, ma per essere suscitata, durante le sessioni di Biodanza si ricorre all'utilizzo della musica che per tale ragione viene scelta in modo accurato. La musica impiegata deve rispecchiare secondo Rolando Toro una serie di qualificazioni specifiche, deve essere caratterizzata da fluidità, armonia, ritmo, tono ed unità di senso; al contrario egli ritiene che debbano essere escluse tutte quelle atonali, discontinue, che mancano di coerenza poiché innaturali e per questo incapaci di generare *vivencia*. In particolare l'inventore della Biodanza ritiene che durante le sessioni debbano essere utilizzate musiche in cui i temi vengono anticipati e poi ripresi successivamente, con un motivo musicale che si contraddistingue per la presenza di un contenuto emozionale intenso (allegro, triste, sereno, malinconico), escludendo tutte quelle melodie che stimolano gesti meccanici e ripetitivi. Alla base delle indicazioni, che Rolando Toro descrive attentamente, c'è la convinzione che durante gli incontri non ci si possa avvalere dell'utilizzo di musiche casuali ma che queste debbano possedere determinate caratteristiche per essere funzionali alla metodologia stessa della Biodanza

67 Toro R., *op.cit.*, pag.25

e quindi all'emergere di determinate *vivencia*.

Così come la musica utilizzata durante gli incontri deve essere naturale, anche i movimenti promossi lo devono essere (ad esempio camminare, saltare), infatti, congiungendo questi ai gesti archetipici ed uniti alla musica viene data origine a vere e proprie danze; bisogna sottolineare che non esiste un modello di comportamento da seguire ma che ciascuno può dar origine alla propria personale danza della vita. Quindi musica, movimento e *vivencia* sono tre poli indissolubili della Biodanza, che stanno tra loro in un rapporto di reciprocità: i diversi esercizi che vengono promossi durante gli incontri sono accompagnati dalla musica, stimolano il movimento del corpo e sono finalizzati all'induzione di *vivencia* nei partecipanti.

3.5 La Biodanza come proposta inclusiva

Risulta opportuno precisare che la Biodanza non deve essere concepita come una disciplina alternativa, infatti tale sistema si colloca nel più ampio panorama delle scienze umane, proponendosi come una prospettiva educativa, che vuole promuovere il valore umano di ciascuno, rappresentando, in tal senso, una realtà inclusiva per tutte quelle persone che si trovano in una condizione di difficoltà. Un contesto si definisce inclusivo quando non intende solamente inserire il soggetto al suo interno, ma se presta attenzione alla qualità della presenza del singolo individuo; in tal senso “l'educazione del disabile, non può essere ridotta a un semplice processo di socializzazione in presenza, ma si pone come obiettivo il rinforzo delle sue capacità presenti o potenziali, stimolandole e attivandole laddove è possibile”⁶⁸. L'ambiente inclusivo si preoccupa di favorire la partecipazione di ciascuno e come sostiene Marisa Pavone, attribuisce valore all'individuo, lo riconosce nella propria specificità, lo accoglie e lo avvolge, affinché egli possa sentirsi totalmente appartenente alla comunità, apportando a questa il proprio contributo, grazie ai suoi talenti e alle risorse personali⁶⁹.

La Biodanza può essere intesa come una realtà inclusiva di questo tipo, poiché si fonda sulla convinzione che la partecipazione di ogni singolo componente del gruppo che si viene a costituire per danzare insieme, rappresenti un arricchimento per tutti gli

68 Ghedin E., *op.cit.*, pag.95

69 Pavone M., *Dall'esclusione all'inclusione*, Mondadori, Milano, 2010, pag. 142

altri. Inoltre quando tale pratica viene utilizzata in area clinica, il gruppo non si chiude ai soggetti affetti da una determinata patologia, poiché si è rilevato che la presenza di persone con caratteristiche differenti al loro interno, può condurre ad esiti maggiormente significativi per coloro i quali presentano delle difficoltà; per tale ragione vengono inclusi educatori, parenti, volontari, dando vita ad una realtà estremamente eterogenea. La Biodanza crea, quindi, un ambiente positivo nel quale si promuove il rispetto, la tolleranza, il dialogo, e la diversità viene valorizzata.

Le persone con disabilità che partecipano a tali sessioni riscoprono la propria unicità, non vengono considerate per la loro malattia ed in questo modo sperimentano la gioia di esistere, che diventa in tale contesto contagiosa, ritrovando il piacere legato al corpo, alla capacità di emozionarsi e di entrare in relazione con l'altro con il quale durante la danza si viene a stabilire un legame affettivo ed empatico significativo, tanto che si parla di Biodanza come poetica dell'incontro. Quindi i partecipanti percepiscono la propria individualità e al contempo la similitudine con gli altri, non percependosi come “diversi” ma come appartenenti ad un gruppo.

Potremmo definire l'ambiente della Biodanza facilitante, poiché vengono abbattute tutte quelle barriere che ostacolano la partecipazione di coloro i quali vivono delle situazioni di disagio; durante le sessioni è assente qualsiasi giudizio e le persone vengono motivate ad esprimersi, a mettersi in gioco pienamente, senza nessun timore. Quindi la “la danza della vita” corrisponde a quell'idea di realtà inclusiva delineata da Roberto Medeghini, cioè una comunità aperta, democratica nella quale si riconosce e si risponde alla diversità e al diritto di essere se stessi⁷⁰.

Il sistema Biodanza crea i prerequisiti per raggiungere il ben-essere poiché rafforza l'autostima del soggetto che viene stimolato a tirar fuori le proprie risorse e potenzialità, favorisce le strategie di coping, cioè quelle strategie mentali che servono per affrontare le situazioni problematiche, riuscendo a gestire lo stress ad esse correlate in modo positivo. Incoraggia inoltre le persone con disabilità ad assumere un atteggiamento attivo nei confronti della propria vita, affinché i progressi che vengono raggiunti durante gli incontri di Biodanza, quali il miglioramento delle relazioni sociali, lo sviluppo di un senso di identità, di appartenenza e di un certo grado di serenità, non

70 Medeghini R., *L'educazione inclusiva*, Franco Angeli, Milano, 2011, pag.62

rimangano eventi sporadici che si realizzano solamente nel corso della sessione, ma l'obiettivo è far sì che tali progressi vengano estesi alla vita quotidiana.

Nel capitolo successivo, verrà illustrata una ricerca esplorativa messa in atto per verificare effettivamente quali sono i benefici della pratica della Biodanza in vista del raggiungimento del ben-essere soggettivo e sociale della persona in condizione di disabilità.

CAPITOLO 4

La Biodanza come proposta educativa per il ben-essere soggettivo e sociale delle persone con disabilità: una ricerca sul campo

4.1 Contestualizzazione ed esplicitazione della domanda di ricerca

Nel capitolo precedente si è cercato di sviluppare un discorso generale riguardo la Biodanza, per comprendere di che cosa si tratti e quali siano state le sue origini, per illustrare quello che è il suo campo di applicazione e mettere in evidenza la portata innovativa della “danza della vita”. Tale quadro di riferimento che è stato tracciato, vuole essere un importante punto di partenza per capire la ricerca che verrà trattata in questo capitolo.

Ho avuto la possibilità e la fortuna di conoscere, in quest'ultimo anno, un progetto di ricerca, che si concentra appunto sulla tematica della Biodanza, grazie alla professoressa Elisabetta Ghedin, referente di questo, nato dalla collaborazione tra l'Università degli Studi di Padova ed il Centro Gaja di Vicenza. Quest'ultimo ha avuto origine grazie alla volontà e al lavoro di alcuni insegnanti di Biodanza, che consapevoli del valore di questa e del suo potere nel promuovere l'espressione di sé e le relazioni con gli altri, hanno deciso di creare uno spazio apposito nel quale potesse avvenire questo. Tale centro è diventato negli anni una realtà pedagogica di riferimento a Vicenza e in tutto il Veneto, che promuove corsi di formazione, seminari, forum, ma soprattutto si occupa di realizzare importanti progetti di Biodanza; questi sono diretti, in alcuni casi, a persone che si trovano in una particolare condizione di disagio, altre volte vengono sviluppati con l'intento appunto di prevenire tali situazioni spiacevoli, ma tale attività di Biodanza viene promossa anche all'interno di scuole o altre realtà educative specifiche con lo scopo di aiutare i soggetti partecipanti ad esprimere pienamente se stessi ed il proprio valore umano.

Da tale collaborazione con l'Università degli Studi di Padova ha preso avvio una ricerca che vede la partecipazione di diversi professionisti⁷¹: ricercatori, psicologi e

⁷¹ Il gruppo di ricerca è costituito da: Elisabetta Ghedin, ricercatrice del Dipartimento FISSPA dell'Università degli Studi di Padova; Giovanna Benatti, direttrice del Centro Gaja; Lucia Presentini, coordinatrice didattica della Scuola di Biodanza di Vicenza; Stefano La Mela, operatore di Biodanza clinica presso il Centro Gaja di Vicenza; Andrea Spolaor, psicologo e psicoterapeuta,

psicoterapeuti, operatori di Biodanza, che si propongono di evidenziare il valore della Biodanza nella promozione del ben-essere personale e sociale; l'obiettivo è quello di individuare gli esiti della Biodanza clinica nella salute mentale, utilizzando la classificazione ICF (International Classification of Functioning, Disability and Health). In tale contesto, il mio compito è stato quello di guardare ed analizzare dei video che sono stati registrati durante alcuni incontri di Biodanza del gruppo “Davide e Golia” di Vicenza, realizzati nei mesi di settembre, ottobre e novembre del 2014. Il “Davide e Golia” è nato nel 1998 come gruppo di auto mutuo aiuto dalla Caritas Diocesana di Vicenza; esso si propone di aiutare le persone che vivono una situazione di disagio psico-mentale, cercando di migliorare le loro condizioni di vita, favorendo l'inclusione all'interno di contesti ed iniziative sociali, cercando di sviluppare un senso di fiducia nelle persone ed offrendo loro sostegno nello sviluppo di abilità e comportamenti sociali competenti. L'idea su cui si basa l'azione del “Davide e Golia” è appunto quella di promuovere attività di socializzazione che permettano di superare il senso di solitudine che spesso tali persone provano, andando a stimolare quella che è la loro parte sana e le potenzialità e risorse insite in ognuno; in tal senso la Biodanza è uno dei modi attraverso i quali si cerca di fare questo. Il nome “Davide e Golia” rispecchia, appunto, il principio su cui il centro si fonda, cioè quello di far sì che le persone sconfiggano i giganti che sono presenti al loro interno e facciano crescere il “Davide” che è in ognuno. Il gruppo di Biodanza del “Davide e Golia” esiste da una quindicina di anni e vi partecipano persone con disagio mentale, affette da sofferenze psichiche, malattie neurologiche e disabilità fisiche. Durante gli incontri, tali persone danzano insieme tra loro e con alcuni volontari e facilitatori, trovando, nella realtà della Biodanza, un clima amicale e di incontro in cui ciascuno viene pienamente accolto, sviluppa relazioni che fanno sì che si senta integrato nella totalità del gruppo, lasciando da parte quelle difficoltà e le patologie che gravano sulla propria vita.

Attraverso il lavoro di osservazione ed analisi delle registrazioni video degli incontri di Biodanza del gruppo “Davide e Golia”, si è cercato di cogliere se effettivamente la Biodanza sia un'attività inclusiva e promotrice di un ben-essere globale

coordinatore dei gruppi di auto-mutuo aiuto del “Davide Golia”; Claudia Corsini, psicologo e psicoterapeuta, responsabile del gruppo di auto-mutuo aiuto del “Davide e Golia”; Roberta Rosa, ricercatrice dell'Università degli studi di Napoli, Dipartimento di Scienze motorie e del benessere.

per le persone con disabilità partecipanti. Partendo dal congiungimento dei principi della Biodanza con alcuni codici fondamentali dell'ICF si è cercato di procedere con un'osservazione il più possibile accurata che permettesse di descrivere e di comprendere pienamente la realtà educativa della Biodanza.

4.2 Metodo utilizzato

Per cercare di raggiungere l'obiettivo sopra indicato, inizialmente è stata realizzata una tabella generale (Allegato 1) nella quale, nella parte sinistra, sono stati individuati quei principi fondamentali sulla base dei quali vengono realizzati gli incontri di Biodanza, con le relative specificazioni per coglierli al meglio; nella parte a destra, invece, compaiono alcuni codici dell'ICF (International Classification of Functioning, Disabilities and Health). Da un'attenta riflessione sui singoli principi della Biodanza (Allegato 2) che ha reso possibile comprenderne a fondo il significato e la filosofia sottostante, si è rilevato, infatti, come fosse possibile incrociare questi con i codici della classificazione. In particolare è opportuno precisare che si è deciso di utilizzare l'ICF-CY, cioè la versione per bambini ed adolescenti, in quanto come già indicato nel secondo capitolo, questa è stata realizzata aggiungendo e modificando alcuni codici preesistenti nell'ICF, quindi rappresenta una classificazione più dettagliata e precisa, tanto che i codici modificati sono poi stati integrati nel processo di aggiornamento dell'ICF.

All'interno di tale classificazione, sono stati quindi individuati quei codici (Allegato 3) che si riteneva avessero una stretta correlazione con i punti fondamentali della Biodanza, ed in seguito sono stati suddivisi ed affiancati alle rispettive specificazioni di tali principi. L'identificazione di tali codici ha permesso di rendere la visione dei video il più possibile precisa e rigorosa, infatti, sulla base di questi sono state predisposte delle griglie, contenenti i codici dell'ICF-CY suddivisi per ogni principio di riferimento della Biodanza, che sono stati utilizzati nell'osservazione per indicare la percentuale di persone con disabilità che rispondevano mettendo in atto il comportamento indicato da quello specifico codice. Quindi la procedura utilizzata per ogni singolo incontro è stata la seguente: dapprima si è individuato il numero di persone

con disabilità partecipanti a quella determinata sessione, successivamente sulla base del numero di persone che metteva in atto lo specifico comportamento espresso dal singolo codice, rispetto al numero totale di partecipanti in quella singola sessione, è stato calcolato un dato espresso in percentuale. Una volta ricavate, le percentuali corrispondenti ad ogni singolo codice, per ogni sessione, si è operato calcolando la media aritmetica tra i dati percentuali ottenuti nei diversi incontri (allegato 4), in modo da ottenere un risultato finale che evidenziasse in che percentuale le persone con disabilità partecipanti mettersero in atto ogni determinato comportamento, contrassegnato dallo specifico codice.

Come si può notare, non viene però riportato il dato percentuale ma si è preferito procedere attuando una categorizzazione qualitativa, e per fare ciò si è operato con una trasformazione del dato numerico rilevato, secondo quanto illustrato nella tabella seguente:

100%	TUTTI
99% - 75%	LA MAGGIOR PARTE
74% - 50%	ABBASTANZA
49% - 25%	POCHI
24%- 0	QUASI NESSUNO/NESSUNO

Questa è stata la procedura utilizzata per quasi tutti i codici; tuttavia per alcuni di questi si è preferito darne una valutazione globale finale dopo aver guardato tutti e sette i video degli incontri, ritenendo questa procedura maggiormente adeguata per tali codici dell'ICF-CY. Successivamente saranno riportate le motivazioni per le quali si è deciso di procedere nel seguente modo per i codici qui sotto indicati:

- b1643 codice relativo alla flessibilità cognitiva, che riguarda le funzioni mentali implicate nel cambiare strategie o inclinazioni mentali come nella soluzione di problemi.
- b1641 codice che riguarda le funzioni mentali implicate nell'organizzazione e la pianificazione.
- b1645 codice che intende rilevare la capacità di giudizio del soggetto.

- d175 codice relativo alla risoluzione di problemi, dopo averne valutato le diverse opzioni, soluzioni possibili ed effetti.
- d6601 codice che intende valutare se la persona assiste gli altri nel movimento
- d6602 codice con il quale si vuole rilevare se la persona assiste gli altri nella comunicazione.
- d6603 codice che intende valutare se il soggetto assiste gli altri nelle relazioni interpersonali; nell'aiutarli a iniziare, mantenere o terminare le relazioni.

Per quanto riguarda i primi quattro codici dell'elenco, che intendono valutare le funzioni cognitive di livello superiore dei soggetti, si è deciso di darne una valutazione finale dopo la visione dei sette video poiché le danze e le azioni delle sessioni di Biodanza sono, almeno inizialmente, direzionate dai facilitatori. Per tale ragione risulta piuttosto complesso, dall'analisi del singolo video, riuscire ad indicare una percentuale precisa che valuti la flessibilità cognitiva, la capacità di giudizio, quella di pianificazione e di soluzione dei problemi dei soggetti; al contrario grazie ad un'analisi complessiva si riesce a sviluppare un'idea generale, a tener presenti più fattori ed è quindi possibile arrivare a definire tramite i diversi qualificatori utilizzati (“tutti”, “la maggior parte”, “abbastanza”, “pochi”, “quasi nessuno/nessuno”) questi codici.

Per quanto riguarda gli ultimi tre codici dell'elenco sopra indicato, che prestano attenzione all'assistenza che il soggetto offre ad un altro, le considerazioni da fare sono differenti. In questo caso si è preferito indicare i dati corrispondenti a tali codici solo al termine della visione di tutti i video, poiché se si fosse proceduto indicando la percentuale di persone che nel corso di ogni incontro dimostrava sostegno a qualcun'altro, (nel movimento, nella comunicazione e nelle relazioni interpersonali) il risultato che ne sarebbe derivato dalla media finale non avrebbe rispecchiato l'atteggiamento cooperativo, altruista che ne emerge da una valutazione conclusiva, dopo la visione di tutte le registrazioni.

Per tali ragioni, nonostante, in generale, si sia deciso di analizzare i singoli video valutando i diversi atteggiamenti mediante l'utilizzo di percentuali successivamente espresse nella tabella finale con termini qualitativi, per i codici sopra indicati si è ritenuto più accurato riportarne la valutazione finale dopo un'attenta osservazione di tutti e sette gli incontri.

Alla base della rilevazione dei dati c'è quindi un attento lavoro di osservazione ed analisi delle intere sessioni, che venivano svolte in questo modo: ogni sessione aveva inizio con una *vivencia* di parola; così viene definito dalla Biodanza quel momento iniziale durante il quale ogni singolo soggetto partecipante aveva la possibilità di presentarsi ai compagni e successivamente di rivolgersi a loro esprimendosi nella piena libertà, parlando delle proprie emozioni, dello stato d'animo provato in quella determinata circostanza, oppure di qualsiasi aspetto della sua vita che decideva di condividere con gli altri. In tale occasione, inoltre, i facilitatori introducevano la tematica che avrebbe guidato le danze durante quel determinato incontro ed in generale con le loro parole cercavano di incoraggiare i soggetti all'autodeterminazione e ad assumere un atteggiamento positivo ed attivo nei confronti della propria vita. Successivamente le parole venivano abbandonate per lasciare spazio alla danza. Ogni *vivencia* prima di essere danzata, veniva però spiegata dal facilitatore che ne indicava la caratteristiche, le sensazioni che avrebbero suscitato tali movenze e gli scopi per i quali erano state concepite; con l'accensione della musica veniva lasciata a ciascuno la possibilità di esprimersi, nel modo più personale ed unico, in tutte le differenti attività che venivano promosse. Dopo la realizzazione di tali danze, che potevano essere compiute singolarmente, in coppia, o in gruppo, ogni incontro veniva terminato con una ronda finale caratterizzata da una musica ed un ritmo allegro e coinvolgente, concludendo con abbracci e ringraziamenti tra i partecipanti del gruppo per le emozioni provate.

È importante sottolineare che questi diversi momenti, caratterizzanti ogni incontro, sono stati osservati per diverse volte in modo da ottenere informazioni il più possibile accurate.

4.3 Strumenti utilizzati

Per raccogliere le informazioni ed i dati ad esse corrispondenti, ci si è dovuti avvalere per prima cosa dell'utilizzo delle registrazioni video degli incontri di Biodanza. Queste sono state effettuate tramite due videocamere, disposte nei due lati opposti della sala in cui venivano realizzate tali sessioni, con lo scopo di favorire l'osservazione dell'intero

ambiente e di tutti i soggetti partecipanti, cercando quindi di rendere la visione il più possibile completa e dettagliata. Per permettere l'osservazione contemporanea di entrambe le angolazioni si è proceduto con l'affiancare le due registrazioni dell'incontro in modo da poterle osservare con il computer nella stessa schermata, ciò ha facilitato la visione permettendo di avere un'immagine complessiva della situazione che evidenziasse il comportamento di tutti.

Estremamente importanti sono anche le griglie di osservazione che hanno guidato la ricerca. Queste sono degli strumenti strutturati che vengono costruiti per “leggere” una specifica realtà educativa caratterizzata dalla presenza di un gruppo di persone. Per elaborare tali griglie è necessaria una fase preparatoria durante la quale vengono individuati quei comportamenti, quelle dimensioni che si pensa possano essere rilevate attraverso l'osservazione e che ci permettono di comprendere la realtà che si intende prendere in esame. Questo è stato il modo di procedere della ricerca che viene qui delineata; infatti, sono stati individuati dei comportamenti “bersaglio”, sulla base di questi si è proceduto alla costruzione delle griglie di osservazione, con l'intento di cogliere in modo chiaro la realtà della Biodanza. Quindi nella fase preparatoria è stata realizzata la prima griglia (allegato1) molto schematica ma efficace per comprendere la stretta relazione esistente tra i principi e le rispettive specificazioni della Biodanza con i codici individuati nell'ICF-CY; sulla base di questa sono state elaborate delle griglie di osservazione utilizzate per l'analisi di ogni singolo video e che ci hanno permesso di individuare la percentuale esatta di soggetti che rispondevano a quel determinato comportamento. Infine dopo aver effettuato la media aritmetica di ogni risultato ottenuto per ciascun codice (allegato 4), è stata realizzata una tabella finale (riportata nel paragrafo 4.5 “Risultati”) nella quale, sono stati riportati i dati conclusivi espressi in termini qualitativi.

4.4 Persone coinvolte

Quando ci riferiamo alle persone coinvolte intendiamo indicare tutte quelle che hanno preso parte agli incontri di Biodanza del gruppo “Davide e Golia” di Vicenza, che sappiamo essersi formato e consolidato negli ultimi quindici anni e che si è potuto

osservare ed analizzare grazie alle registrazioni. Ciascuno dei partecipanti offre un contributo fondamentale, la peculiarità di tale realtà consiste proprio nella sua eterogeneità, che ne rappresenta il suo punto di forza; vengono, infatti, integrate al suo interno persone con caratteristiche differenti e tale diversità viene concepita come una ricchezza che contribuisce al miglioramento del gruppo stesso. Come possiamo rilevare dalle registrazioni, gli incontri prevedono solitamente la presenza di due facilitatori, nello specifico un operatore di Biodanza ed uno psicologo e psicoterapeuta che hanno il compito di introdurre le attività sia attraverso le parole che con l'esempio, di coinvolgere i partecipanti, di farli riflettere sull'importanza di tale danze, di incoraggiarli ad assumere un comportamento positivo e quindi di affiancarsi al loro percorso personale di crescita, fornendo loro supporto (scaffolding) in ogni momento. Oltre a questi due professionisti, che assumono sicuramente un ruolo fondamentale nel promuovere le varie dinamiche di gruppo, partecipano agli incontri, anche alcuni volontari, che prendono parte a tali sessioni di Biodanza dimostrando molto entusiasmo.

Il cuore del gruppo, su cui però si è concentrata la ricerca, è rappresentato dai soggetti con disabilità che prendono parte agli incontri. Sono persone che presentano disturbi mentali di diversa natura e gravità che scelgono volontariamente di partecipare all'attività di Biodanza. Nelle registrazioni si è potuto osservare il comportamento di una decina di persone, tra uomini e donne di varia età che personalmente ho avuto il piacere di conoscere partecipando ad un incontro di Biodanza a Vicenza nel mese di aprile. Alcuni di questi frequentano tali incontri da molti anni, un paio addirittura dal momento della fondazione di tale gruppo di Biodanza, altri invece hanno iniziato solamente in tempi più recenti.

4.5 Risultati

Si procede ora con il riportare i risultati, ottenuti dall'osservazione delle registrazioni degli incontri, nelle tabelle finali, suddivisi sulla base del principio della Biodanza di riferimento.

RITMO					
	TUTTI	LA MAGGIOR PARTE	ABBASTANZA	POCHI	QUASI NESSUNO/NESSUNO
Gamma di emozioni (b1522)	X				
Interazioni interpersonali complesse (d720)	X				
Funzioni del pensiero (b160)		X			
Funzioni della fluidità e del ritmo dell'eloquio (b330)			X		
Condivisione dell'attenzione (b1403)		X			

POTENZA					
	TUTTI	LA MAGGIOR PARTE	ABBASTANZA	POCHI	QUASI NESSUNO/NESSUNO
Livello di energia (b1300)			X		
Livello di attività (b1252)		X			
Motivazione (b1301)			X		
Propositività (b1255)			X		

CONTROLLO VOLONTARIO					
	TUTTI	LA MAGGIOR PARTE	ABBASTANZA	POCHI	QUASI NESSUNO/NESSUNO
Prendere decisioni (d177)	X				
Funzioni psicomotorie (b147)		X			

Controllo psicomotorio (b1470)			X		
--------------------------------	--	--	---	--	--

RESISTENZA					
	TUTTI	LA MAGGIOR PARTE	ABBASTANZA	POCHI	QUASI NESSUNO/NESSUNO
Resistenza (b1144)		X			

COORDINAZIONE					
	TUTTI	LA MAGGIOR PARTE	ABBASTANZA	POCHI	QUASI NESSUNO/NESSUNO
Organizzazione e pianificazione (b1641)		X			
Ripetere (b135)		X			
Funzioni della mobilità dell'articolazione (b710)			X		

EQUILIBRIO					
	TUTTI	LA MAGGIOR PARTE	ABBASTANZA	POCHI	QUASI NESSUNO/NESSUNO
Prevedibilità (b1253)		X			
Stabilità psichica (b1263)		X			
Interagire secondo le regole sociali (d7203)		X			
Focalizzare l'attenzione (d160)		X			
Dirigere l'attenzione (d161)			X		

SINERGISMO					
	TUTTI	LA MAGGIOR PARTE	ABBASTANZA	POCHI	QUASI NESSUNO/NESSUNO
Insight (b1644)		X			
Comunicare con-ricevere -gesti del corpo (d3150)		X			
Produrre gesti con il corpo (d3350)		X			
Funzioni dell'esperienza del sé e del tempo (b180)		X			
Qualità delle funzioni psicomotorie (b1471)			X		

ELASTICITÀ					
	TUTTI	LA MAGGIOR PARTE	ABBASTANZA	POCHI	QUASI NESSUNO/NESSUNO
Flessibilità cognitiva (b1643)		X			
Spostare il baricentro del corpo (d4106)		X			
Intraprendere compiti articolati (d220)			X		
Giudizio (b1645)		X			

ESTENSIONE					
	TUTTI	LA MAGGIOR PARTE	ABBASTANZA	POCHI	QUASI NESSUNO/NESSUNO
Estroversione (b1260)			X		
Gestire la	X				

tensione e altre richieste di tipo psicologico (d460)					
Orientamento rispetto a sé (b11420)		X			
Gestire la tensione e altre richieste di tipo psicologico (d240)	X				
Mantenere la distanza sociale (d7204)	X				

AGILITÀ					
	TUTTI	LA MAGGIOR PARTE	ABBASTANZA	POCHI	QUASI NESSUNO/NES SUNO
Apertura all'esperienza (1264)			X		
Cambiare la posizione corporea di base (d410)		X			
Relazioni sociali informali (d750)		X			
Adattabilità (b1250)	X				
Gioialità (b1261)		X			
Ottimismo (b1265)		X			

LEGGEREZZA					
	TUTTI	LA MAGGIOR PARTE	ABBASTANZA	POCHI	QUASI NESSUNO/NES SUNO
Regolare i comportamenti nelle interazioni (d7202)	X				

Prendere decisioni (d177)	X				
Risoluzione di problemi (d175)		X			
Responsività (b1251)		X			
Fiducia (b1266)				X	
Guardare (d110)			X		

FLESSIBILITÀ					
	TUTTI	LA MAGGIOR PARTE	ABBASTANZA	POCHI	QUASI NESSUNO/NESUNO
Flessibilità cognitiva (b1643)		X			
Cambiare posizione corporea di base (d410)		X			
Raggiungere allungando il braccio (d4452)		X			
Spostamento dell'attenzione (b1401)			X		
Interazioni interpersonali complesse (d720)	X				
Manipolare (d4402)		X			
Astrazione (b1640)		X			

FLUIDITÀ					
	TUTTI	LA MAGGIOR PARTE	ABBASTANZA	POCHI	QUASI NESSUNO/NESUNO
Funzioni della fluidità e del ritmo dell'eloquio (b3300)			X		
Continuità della coscienza (b1101)		X			
Qualità della coscienza (b1102)		X			
Orientamento rispetto agli altri (b11421)		X			
Qualità delle funzioni psicomotorie (b1471)			X		
Appropriatezza dell'emozione (b1520)		X			
Intraprendere un compito complesso (d2101)		X			

EUTONIA					
	TUTTI	LA MAGGIOR PARTE	ABBASTANZA	POCHI	QUASI NESSUNO/NESUNO
Interazioni interpersonali semplici (d710)	X				
Assistere gli altri nel movimento (d6601)		X			
Assistere gli altri nella comunicazione (d6602)		X			
Copiare (d130)		X			

Assistere gli altri nelle relazioni interpersonali (d6603)		X			
--	--	---	--	--	--

ESPRESSIONE					
	TUTTI	LA MAGGIOR PARTE	ABBASTANZA	POCHI	QUASI NESSUNO/NESUNO
Funzioni di controllo del movimento volontario (b760)		X			
Comunicare con-ricevere-gesti del corpo (d3150)		X			
Produrre gesti con il corpo (d3350)		X			
Esperienza del sé (b1800)		X			

4.6 Analisi dei risultati ottenuti

Partendo dalle tabelle sopra riportate è utile procedere con un'analisi e una discussione di quanto rilevato, che ci permetta di giungere ad una comprensione completa di ciò che è emerso dalla visione dei video.

L'osservazione delle interazioni tra i soggetti, dei movimenti e degli atteggiamenti, ci ha permesso di rilevare, innanzitutto, la consapevolezza che ogni persona con disabilità ha della propria identità e del proprio corpo in relazione al tempo, allo spazio circostante e ai soggetti con cui condivide l'attività. In particolare è emerso come la netta maggioranza delle persone con disabilità che partecipano a tali incontri è pienamente consapevole di se stessa (b1644), degli altri partecipanti dei quali ne riconosce l'identità (b11421) e dello spazio in cui si trova, infatti quasi nessuno dimostra di avere delle difficoltà ad orientarsi in questo (b1144).

Riflettendo riguardo alla consapevolezza che ciascun soggetto dimostra di avere

degli altri, risulta utile analizzare le interazioni che vengono instaurate durante l'attività di Biodanza. A tal proposito, uno degli aspetti che emerge con maggior evidenza osservando i video è come tutti siano capaci di sviluppare, mantenere e gestire le relazioni con gli altri partecipanti, riuscendo, in tal senso, a regolare i propri comportamenti, a gestire gli stati d'animo, le emozioni, gli impulsi, agendo secondo le convenzioni sociali, infatti, nessuno dimostra comportamenti aggressivi o stravaganti (d720). Il codice d7202, che riguarda appunto la capacità di saper regolare i comportamenti nelle interazioni, ha ottenuto come risultato percentuale finale, dalla media di tutti gli incontri, il 100%, dimostrando in tal senso una buona competenza relazionale da parte di tutti i partecipanti. Inoltre dai dati emersi si evidenzia la capacità, di tutte le persone con disabilità, di riuscire a mantenere una distanza sociale contestualmente e socialmente adeguata durante le sessioni di Biodanza (d7204). Per quanto riguarda l'indipendenza nelle interazioni sociali (d7203) non è stato riportato come risultato complessivo la totalità, ma “la maggior parte”, poiché durante le sessioni svolte si è rilevato il bisogno di alcune persone di essere stimolate e incoraggiate a stabilire delle relazioni con gli altri, tendendo ad assumere in mancanza di tale sostegno degli atteggiamenti di chiusura.

Nel riferirci alle interazioni interpersonali dobbiamo evidenziare come queste comprendano sia una componente verbale che una non verbale. Per quanto riguarda il linguaggio verbale (b330) si può notare come poco più della metà dei soggetti con disabilità partecipanti agli incontri riesca ad esprimersi in modo fluido e regolare; dall'osservazione delle registrazioni si nota, infatti, la tendenza di alcuni a parlare piuttosto lentamente e di altri al contrario, di esprimersi in modo così rapido da non riuscire a controllare pienamente ciò che viene detto. Bisogna, inoltre, sottolineare la presenza di una persona nel gruppo che non si esprime mai attraverso l'utilizzo del linguaggio verbale, preferendo altre modalità di espressione. Tuttavia, si può sostenere che la maggior parte delle persone che si trovano in condizioni di disabilità, partecipanti agli incontri di Biodanza, riesce ad esplicitare il proprio pensiero con coerenza e logica (b160) e ciò risulta chiaramente evidente ascoltando i dialoghi sviluppati dai partecipanti durante la *vivencia* di parola iniziale; solo pochi di questi, infatti, dimostra delle difficoltà nel controllo del proprio pensiero, intervenendo con pensieri casuali e a

sproposito.

Sappiamo però quanto nella Biodanza sia importante il linguaggio non verbale, per tale ragione durante le danze la parola scompare lasciando posto solamente alla musica e alla libera espressione corporea. Si è ritenuto quindi fondamentale concentrarsi sull'osservazione di tutti quei gesti, quelle espressioni, quei movimenti che seppur difficili da rilevare sono ricchi di significati comunicativi. È particolarmente importante evidenziare che la maggior parte delle persone con disabilità interagisce con gli altri attraverso il linguaggio del corpo, riuscendo anche a comprendere i gesti comunicativi utilizzati da questi (d3150). Gli abbracci, i sorrisi, i cenni con il capo, le braccia aperte per accogliere le altre persone sono tutte modalità che vengono messe in atto dalla maggior parte dei partecipanti per incontrarsi e interagire reciprocamente e che ci dimostrano la capacità delle persone con disabilità di produrre gesti con il corpo per comunicare dei messaggi (d3350).

È stato messo in luce come tutti durante gli incontri di Biodanza, cerchino di stabilire, attraverso modalità differenti, delle relazioni tra loro. Tali modalità, così come i comportamenti messi in atto, sono strettamente correlati al temperamento di ciascuno. Dall'analisi delle registrazioni è emerso come solo poco più della metà delle persone in condizione di disabilità dimostri un atteggiamento estroverso, espansivo e socievole, negli altri è possibile notare, invece, la prevalenza di timidezza e riservatezza negli atteggiamenti (b1260); ugualmente si può notare un risultato simile, anche se con una percentuale leggermente più alta, per quanto riguarda l'apertura all'esperienza, la curiosità, la fantasia ed il desiderio di sapere, poiché si riscontra quest'indole da parte di alcuni, mentre in altri è presente una certa passività e un alto livello di distrazione (b1264). Se consideriamo il numero di persone che dimostrano una certa sicurezza in sé (b1266) il risultato scende al di sotto del 50%, questo dato globale ci fa riflettere sulla mancanza di coraggio e la prevalenza di insicurezza nei partecipanti. Tali diverse sfumature nel temperamento traspaiono chiaramente dai video ascoltando i dialoghi, osservando le interazioni ed i vari movimenti del corpo con cui i soggetti si esprimono durante le diverse *vivencia*. Un aspetto estremamente significativo, è legato al fatto che nella maggior parte dei partecipanti con disabilità si riscontra un temperamento personale amichevole, cooperativo ed accomodante (b1261) e la prevalenza, durante gli

incontri di Biodanza, di uno stato d'animo sereno e positivo, al contrario di triste e sconsolato (b1265). Bisogna inoltre precisare che l'insicurezza e la timidezza riscontrate non si traducono mai in una totale mancanza di azione da parte dei componenti del gruppo. Da un'analisi dei dati rilevati osservando i codici relativi all'azione e agli aspetti correlati, infatti, emerge che la netta maggior parte dei partecipanti dimostra una certa disposizione ad agire con energia, anche se non deve essere tralasciato il fatto che talvolta alcuni risultino piuttosto passivi lasciandosi guidare nei movimenti dagli altri soggetti con cui danzano in coppia o nei piccoli gruppi (b1252). Per questo è utile precisare i risultati finali ottenuti per quanto riguarda il livello di energia e la capacità di resistenza (b1300), la motivazione e l'incentivo ad agire (b1301) e la propositività, quindi la disposizione ad agire in modo intraprendente (b1255) delle persone con disabilità. Questi ci evidenziano infatti che esiste una percentuale di persone, circa il 35% che tende ad agire soprattutto quando è guidata dagli altri, incoraggiata e sostenuta durante l'azione stessa, tuttavia questo non deve mettere in ombra il fatto che una percentuale molto più elevata di partecipanti, dimostra, invece, di agire perchè sostenuta da una forte energia, motivazione e volontà che si traduce in un comportamento positivo ed intraprendente nelle varie attività. Un'altro aspetto che riguarda l'azione è l'elevata capacità da parte di quasi tutte le persone con disabilità di riprodurre quanto mostrato dai facilitatori e di imitare i movimenti assunti dai compagni (d130).

Dall'osservazione di tutte le attività promosse durante gli incontri di Biodanza si è potuto ricavare delle informazioni sul funzionamento psicomotorio delle persone con disabilità partecipanti. In particolare si è rilevato come la maggior parte delle persone dimostri di saper controllare gli eventi psicologici e motori a livello del corpo (b147), tuttavia si evidenzia come solamente poco più della metà delle persone in condizione di disabilità ha un buon controllo psicomotorio, inteso come la capacità di regolare la rapidità del comportamento ed i tempi di reazione (b1470). Dalle registrazioni emerge, infatti, la presenza da parte di alcuni di difficoltà dovute ad un'alterazione della rapidità dei movimenti, per cui tra questi c'è chi si muove molto lentamente e presentando una certa rigidità (rallentamento che si riscontra anche nel linguaggio, come indicato sopra), inoltre uno di questi talvolta dimostra un'attività motoria eccessiva.

Approfondendo maggiormente la questione della motricità risulta fondamentale sottolineare come i dati ottenuti ci dimostrino che quasi tutti i partecipanti, eccetto una persona, sono in grado di cambiare posizione corporea, assumendone di differenti, alzandosi, sedendosi, sdraiandosi quando necessario (d410) e di spostare il baricentro del corpo, adattando o muovendo il peso, da una posizione ad un'altra (d4106). Non si è raggiunta la totalità poiché, dall'osservazione, si rileva che molto spesso una persona con disabilità ha bisogno di essere aiutata, nel corso dell'incontro, non tanto nell'alzarsi o nel muoversi nello spazio quanto piuttosto nei movimenti a terra. Inoltre una netta maggioranza dimostra di essere estremamente competente in tutte quelle azioni che implicano una buona motricità delle braccia e delle mani, come nel manipolare (d4402) o sporgersi verso l'esterno per raggiungere qualcosa (d4452). “Abbastanza” è invece il qualificatore utilizzato per indicare il numero di persone con disabilità che complessivamente presentano una buona mobilità nelle articolazioni (b710), alcuni dimostrano una certa rigidità e mancanza di fluidità nei movimenti delle braccia e delle mani.

Riassumendo possiamo affermare che dall'osservazione dei movimenti messi in atto nel corso delle sessioni, risulta che la maggioranza dei partecipanti ha una buona coordinazione (b760) e una buona attività motoria.

Dopo aver analizzato le questioni relative al movimento è utile riflettere su tutte quelle funzioni cognitive che giocano un ruolo fondamentale sui comportamenti assunti dalle persone con disabilità, durante gli incontri di Biodanza. In tal senso è estremamente importante considerare ciò che è emerso dall'osservazione dei video per quanto riguarda l'attenzione. A tal proposito è stata rilevata la capacità della maggioranza di focalizzare l'attenzione in un determinato momento su uno stimolo specifico (d160), infatti, è significativo l'alto livello di concentrazione che si può notare quando all'inizio dell'incontro i soggetti si siedono in cerchio ed esprimono i propri pensieri, tale attenzione è presente anche nei momenti in cui il facilitatore spiega e mostra con il proprio esempio le attività. Inoltre in presenza di qualche stimolo distraente la maggior parte riesce comunque a rimanere focalizzata sull'attività in corso di esecuzione. Ugualmente soprattutto dall'osservazione delle attività svolte a coppie o in piccoli gruppi è possibile notare come molte di queste persone con difficoltà riescano

a condividere l'attenzione (b1403), ad esempio focalizzando congiuntamente lo sguardo su un determinato stimolo esterno o svolgendo insieme un'azione per giungere ad un risultato. Per quanto riguarda la capacità di mantenere l'attenzione per un periodo lungo di tempo (d161) e di rifocalizzarla su uno stimolo diverso qualora necessario (b1401), è emerso che più della metà delle persone con disabilità partecipanti ci riesce, ma c'è anche un numero abbastanza consistente di questi che faticano a rimanere concentrati e tendono a distrarsi dopo un breve periodo in cui stanno svolgendo un determinato compito.

Si è cercato anche di rilevare il grado di decisionalità dei partecipanti e ritenendo l'esecuzione di qualsiasi atteggiamento (ad esempio parlare, sedersi, muoversi, interagire con gli altri) come il frutto della messa in atto di una scelta, si è visto che la totalità delle persone in condizioni di disabilità è capace e compie numerose decisioni durante gli incontri di Biodanza (d177). Inoltre, dopo una valutazione complessiva finale risultante dalla visione dei video di tutti e sette gli incontri è emerso che, la maggior parte dei soggetti dimostra di essere in grado di una buona flessibilità cognitiva (b1643), capacità di organizzazione e pianificazione delle azioni (b1641), risoluzione di problemi (d175), e capacità di espressione di giudizi (b1645); dobbiamo sempre tenere conto però del fatto che i compiti che viene loro richiesto di eseguire e proporre sono piuttosto semplici.

Un ulteriore aspetto che emerge con chiarezza, da una visione globale delle registrazioni, riguarda la tendenza della maggior parte delle persone con disabilità a prestare il proprio aiuto agli altri attraverso diverse modalità, durante l'attività di Biodanza. Tale atteggiamento solidale è riscontrabile attraverso tutti quei piccoli gesti, che alle volte sono difficili da cogliere, ma che evidenziano l'affetto e la cura che i membri del gruppo hanno l'uno per l'altro. Qualora infatti emerga una situazione di difficoltà per qualche membro del gruppo che può consistere in un problema nell'esecuzione di un movimento, nell'espressione del proprio pensiero, o ad esempio in quelle circostanze nelle quali qualcuno rimane in disparte per il proprio carattere introverso, si può notare come la maggior parte dei partecipanti intervenga offrendo il proprio sostegno. Per tale ragione i codici relativi all'assistenza prestata agli altri nelle relazioni (d6601) nella comunicazione (d6602), e nel movimento (d6603) sono indicati

tutti nella tabella finale con il qualificatore “la maggior parte”.

La Biodanza, inoltre, si propone come un'attività che cerca di promuovere la libera espressione di sé e delle proprie emozioni, e seppur sia difficile e delicato cercare di valutare questi aspetti perchè strettamente legate all'intimità di ognuno, dall'osservazione attenta delle registrazioni si può affermare che con questo gruppo tale obiettivo viene raggiunto; si nota come tutte le persone con disabilità sperimentino una molteplicità di emozioni e sensazioni durante gli incontri. La comprensione di ciò, ci deriva non solo dal fatto che molto spesso siano gli stessi partecipanti ad esplicitarlo a parole, ma risulta tangibile attraverso l'osservazione delle espressioni del volto, dello sguardo, dei movimenti dei soggetti; la componente emozionale e affettiva emerge anche attraverso il linguaggio non verbale (b1522). In particolare è significativo e doveroso sottolineare come le emozioni provate dai partecipanti abbiano un carattere prevalentemente positivo, e il fatto che quasi tutti esprimono stati d'animo congruenti alle situazioni (b1520).

Tutto ciò che si è osservato tramite le videoregistrazioni, rilevato poi attraverso i codici e successivamente analizzato, ci permette di riflettere e di dare una risposta riguardo alla questione iniziale da cui è partita la ricerca. I risultati ottenuti, per i diversi codici che sono stati individuati nell'ICF-CY ed incrociati con i principi fondamentali della Biodanza, sono quasi tutti compresi tra il qualificatore “tutti”, “la maggior parte” ed “abbastanza” e questo dato è estremamente significativo e quindi non può essere ignorato. Chiaramente, avendo ottenuto tali dati da una valutazione condotta in un modo molto attento e rigoroso, è ragionevole ritenere gli incontri di Biodanza dei momenti estremamente positivi nella vita di queste persone affette da disturbi mentali. Questi ultimi, che vivono spesso nella loro quotidianità momenti di solitudine, situazioni familiari complesse, disagi legati alla loro condizione deficitaria, come emerge ascoltando le loro parole quando raccontano di se stessi e della loro vita, trovano nella realtà della Biodanza un contesto estremamente inclusivo. In tale ambiente si sentono pienamente accettati, si esprimono liberamente e ciò permette loro di acquisire piena consapevolezza del proprio corpo e della propria identità.

Il fatto di prendere coscienza di sé è un dato di estrema rilevanza, se consideriamo soprattutto che queste persone in condizioni di disabilità, ed in particolare

che soffrono di patologie mentali di diversa tipologia ed entità, spesso non sono consapevoli del proprio valore umano, perchè altri tendono a sostituirsi a loro nelle scelte di vita. Invece nel contesto della Biodanza non c'è nessuno che lo fa per loro, ognuno si mette completamente in gioco, mettendo veramente se stesso a nudo, con le proprie paure, il proprio temperamento, le proprie speranze e potenzialità. La Biodanza incoraggia ciascun individuo, considerato unico per le proprie peculiarità, a diventare protagonista della propria esistenza, e le persone con disabilità che abbiamo osservato rispondono tutte a questo invito positivamente, dimostrando per la maggior parte di essere capaci di intraprendere delle decisioni e di assumere dei comportamenti autonomi. Spesso nella realtà quotidiana vivono situazioni nelle quali non si sentono considerati e capiti, durante questi incontri, invece, tali soggetti vengono responsabilizzati e dimostrano di essere capaci di autodeterminarsi.

Dalle informazioni rilevate si evidenzia che queste persone con disabilità sono in grado di gestire le tensioni psicologiche, lo stress, l'ansia e di relazionarsi con gli altri membri del gruppo con una certa serenità, ciascuno in modo differente e personale; c'è chi accoglie gli altri in modo estroverso, avvicinandosi e cercando di stabilire in tutti i modi un contatto, chi invece essendo molto più timido ed insicuro aspetta che siano gli altri a prendere l'iniziativa ma poi li accoglie con un abbraccio.

Quindi da quanto emerso da tale ricerca, la Biodanza promuove realmente lo sviluppo del soggetto nella sua interezza, e tale approccio olistico non può che favorire il ben-essere della persona. Da un punto di vista corporeo, le informazioni che abbiamo ricavato ci dimostrano che tale attività sviluppa la motricità dei partecipanti, il controllo che essi esercitano sul proprio corpo, la mobilità delle articolazioni e la fluidità. Da un'osservazione attenta si può notare, infatti, che se talvolta all'inizio delle sessioni di Biodanza i soggetti tendono a muoversi poco, a lasciarsi guidare dagli altri, a non prendere l'iniziativa, successivamente con il procedere dello svolgimento dell'incontro è riscontrabile un cambiamento da parte di molti, che sembrano molto meno rigidi, più agili nelle movenze ed energici. Il corpo è anche un potente mezzo di comunicazione che le persone con disabilità partecipanti agli incontri dimostrano di utilizzare per entrare in relazione con gli altri; è in tal senso evidente il piacere di queste persone di incontrarsi, a dimostrazione di ciò il fatto che non rimangono mai per conto proprio,

tendono sempre ad avvicinarsi, ad essere solidali e a cooperare tra loro, creando un gruppo estremamente unito, questo li fa stare estremamente bene e tale aspetto emerge con evidenza dall'osservazione delle registrazioni. Notiamo che quando le attività vengono realizzate in coppia, in piccoli gruppi o insieme a tutti i partecipanti è maggiore il numero di persone con disabilità che dimostra atteggiamenti caratterizzati da dinamicità, al contrario quando danzano per conto proprio, alcuni tendono ad essere meno attivi e coinvolti in ciò che fanno.

Inoltre grazie alle attività sensoriali, corporee, alle interazioni che si vengono a creare, le persone affette da disagio psichico, sperimentano nel contesto della Biodanza moltissime emozioni e stati d'animo che si sentono liberi di esprimere. I facilitatori stessi li invitano a non aver paura a lasciarsi andare completamente ai propri sentimenti; ed i partecipanti lo fanno perchè sentono che ciascuno all'interno di tale ambiente viene accettato incondizionatamente. Non esiste, infatti, nella Biodanza un modo ritenuto giusto di esprimersi, di muoversi, di danzare, di emozionarsi, ognuno è completamente libero di esprimere se stesso nella sua pienezza; ed è per tale ragione che durante gli incontri di Biodanza vediamo la maggior parte di queste persone con disabilità completamente coinvolte in quello che fanno, emozionate, tranquille e serene.

Concludendo potremmo quindi evidenziare il potenziale estremamente positivo della Biodanza; questa, creando un ambiente inclusivo in cui la differenza non viene vista in modo negativo ma al contrario come una ricchezza, in cui non ci si focalizza sulla parte malata delle persone con disabilità, ma si cercano di sviluppare le risorse e le potenzialità presenti in ciascuno, promuove quel ben-essere soggettivo e sociale che presenti congiuntamente fanno sì che la persona raggiunga la felicità nella sua completezza.

4.7 Analisi dei dialoghi delle persone partecipanti agli incontri di Biodanza

Grazie all'osservazione delle videoregistrazioni, ed in particolare analizzando i comportamenti messi in atto dai partecipanti, si è riusciti a delineare un quadro complessivo della realtà che si viene a creare durante le sessioni di Biodanza. Si è

ritenuto importante integrare tale indagine anche mediante un'analisi che presti attenzione alle parole espresse dalle persone con disabilità durante gli incontri, poiché queste ci possono far comprendere il loro stato d'animo, le sensazioni ed emozioni provate e cosa rappresenti per loro la realtà della Biodanza. Per tale ragione si è deciso di concentrarsi sulle affermazioni dei partecipanti; tuttavia si è ritenuto utile anche riflettere sulle parole utilizzate dai facilitatori, dato che rappresentano delle figure assolutamente significative durante le sessioni di Biodanza per il ruolo che hanno nello stimolare e attivare il potenziale dei partecipanti. Egli nella relazione che sviluppa con l'educando propone stimoli, li seleziona e li organizza, cercando inoltre di sollecitare la motivazione e l'interesse della persona con cui interagisce; il facilitatore guida concretamente l'attività e rappresenta anche un sostegno per le persone che si trovano in una condizione di disabilità che partecipano agli incontri. L'attenzione che rivolgiamo in questa indagine a tale figura è volta proprio ad evidenziare il ruolo che egli esercita nella relazione con i partecipanti.⁷² Da tali registrazioni emerge come il facilitatore, tramite le sue parole contribuisca alla creazione di un contesto inclusivo facendo sì che ciascuno si senta una risorsa importante all'interno della realtà di gruppo che si viene a creare. *“Ognuno di noi è facilitatore del gruppo, ognuno è parte importante. Se Biodanza esiste è perché c'è ognuno”*; oppure *Trovarsi in un cerchio di Biodanza ci fa sentire proprio questo, noi siamo tutti collegati. Tutti diversi [...] però tutti siamo fondamentali e indispensabili e questo lo dobbiamo portare fuori*. Queste frasi con cui il facilitatore si rivolge alle persone che prendono parte alle sessioni di Biodanza, hanno il chiaro intento di sottolineare il valore di ognuno, per far sì che ciascuno percepisca sé come un essere unico, quindi si favorisca la maturazione di un'immagine positiva del soggetto nei confronti di se stesso che è fondamentale soprattutto per il costituirsi di un certo livello di fiducia ed autostima. Si è messo in evidenza, infatti, nei capitoli precedenti come il fatto di sentirsi riconosciuti per il proprio valore umano come persone con delle risorse e capaci di prendere delle decisioni nei confronti della propria vita, contribuisca ad un senso di ben-essere; ascoltando i dialoghi risulta evidente come alcune di queste persone che si trovano in una condizione di disabilità soffrano per il

72 Nella ricerca condotta si è reso partecipe il facilitatore solamente in parte, in relazione al suo ruolo nelle interazioni con i partecipanti durante le sessioni di Biodanza. Ci si propone, in prospettiva futura di mettere in atto delle metodologie di ricerca in cui venga coinvolta maggiormente tale figura, per poter ricavare maggiori informazioni grazie al suo contributo.

fatto di non sentirsi capite, di non venire spesso ascoltate ed apprezzate dalle persone che vivono con loro la quotidianità. Ciò risulta evidente dalle seguenti parole: *“Mi succede molte volte di esprimere a parole le emozioni e non vengono accolte sto male e non mi sembra di farmi ascoltare. Qua si, ma fuori non mi ascoltano. È possibile che non mi ascoltino perchè non sono una donna che sa lavare, stirare ed essere autonoma? E ancora: Voglio andare a casa e stare bene, io qua mi sento capita ma quando torno a casa mia le cose sono sempre come prima. [...] Se potessi buttare via tutte le cose gli darei un calcio”*. È importante sottolineare che questa difficoltà che le persone con disabilità incontrano nella loro vita legata al fatto di non sentirsi riconosciute, all'interno della realtà della Biodanza non viene riscontrata, anzi alle volte viene evidenziato proprio il divario tra il fatto di sentirsi realmente bene durante gli incontri e di non riuscire a provare tale tranquillità anche al di fuori. Emerge con forza come all'interno del contesto della Biodanza le persone si sentano bene, serene ed accettate e come questi incontri rappresentino per loro dei momenti di gioia. I seguenti interventi testimoniano questo: *“qui mi trovo bene, trovo un angolo di serenità; uno dei pochi angoli di serenità che riesco a trovare.”*; *“Qui si sta in compagnia, noi qua ci facciamo compagnia perchè la vita è dura”*; *“Io sono qua e sono felice della Biodanza, perchè vengo qua e in questo posto mi sento molto felice”*; *“Sono felice di danzare con voi, con la musica, l'armonia che si crea [...] Aspetto giovedì con gioia.”*; *“Eppure con tutti i limiti fisici sento molto la danza in profondità, forse perchè mi manca. Ho fatto delle esperienze di danza, addirittura la sento in profondità e la musica è quello che addirittura mi stordisce, ma si traduce in gioia”*.

Inoltre viene messo in evidenza come tali sensazioni positive, provate dalle persone che si trovano in condizioni di disabilità, siano anche determinate dalla realtà di gruppo che si viene a costituire; nei precedenti capitoli è stato messo in evidenza come le relazioni interpersonali e la partecipazione sociale giochino un ruolo significativo nel benessere globale della persona. Il facilitatore stesso, nel suo ruolo di supporto, cerca di motivare i membri a non assumere un atteggiamento di chiusura nei confronti degli altri ma ad aprirsi a loro, come possiamo comprendere da tali parole: *“è bene che il gruppo si integri; integrazione vuol dire anche vederci e vedere gli altri. Perchè se vogliamo aprirci dobbiamo anche vedere gli altri, perchè loro ci consentono anche di vederci e*

noi consentiamo loro di vedersi. Questo può avvenire solo con l'apertura di ognuno di noi e solo aprendoci ci possiamo dare la possibilità di esprimere vitalità, bellezza, apertura". Gli stessi partecipanti rivelano l'importanza che assume per loro tale realtà, c'è chi afferma: *"sono contenta di essere qua anche quest'anno perchè ritrovo i miei amici e trovo la mia compagnia"*; e chi addirittura concepisce il gruppo di Biodanza come una sorta di seconda famiglia: *"oltre ad una famiglia di sangue ho voi, una famiglia affettiva."*; *"non vedevo l'ora di fare Biodanza, speriamo che prosegua anche il prossimo anno perchè qui si sta bene, si trova affetto, si prova gioia, insomma è una bella famiglia"*.

Già dall'analisi dei video, osservando i vari comportamenti messi in atto, era emerso come la maggioranza dei partecipanti cercasse di stabilire un contatto con l'altro tramite sguardi, carezze, abbracci, dimostrando inoltre un forte legame di solidarietà e di capacità empatica; queste rilevazioni sono comprovate ulteriormente dalle parole sopra riportate. Tuttavia i facilitatori invitano a far sì che tali atteggiamenti non rimangano ristretti all'ambito del gruppo di Biodanza, ma li incentivano ad esprimersi in questo modo anche nella realtà quotidiana nella sua interezza. A tal proposito riportiamo le seguenti affermazioni poiché estremamente significative: *"quello che riusciamo ad avere qua dentro dobbiamo cercare di portarlo anche fuori, anche se è solo un tocco a una spalla di una persona, ma magari è una cosa che prima non facevi"*; *"non teniamo Biodanza in questo posto, questo posto è magnifico, è un luogo protetto. Siamo qua, sappiamo tutti cos'è la Biodanza, quindi esprimiamo quello che abbiamo da dire, l'emozione, la felicità, la vitalità [...] Abbracciare una persona, essere gentile, dire una parola dolce fuori di qua, ci fa sentire magnifici[...] e anche l'altra persona vedrà la magnificenza"*; *"mi piacerebbe che la Biodanza la vivessimo anche fuori, che quel che ci piace della Biodanza, che spesso è l'abbraccio, spesso è il bacio, è il guardare una persona e sentirsi guardato, amato, voluto bene, noi riuscissimo a portarlo fuori e viverlo anche fuori. Se no non funziona o meglio funziona qui dentro ma appena usciamo, se addirittura torniamo in brutte case o in brutte situazioni dove non c'è la stessa felicità, l'effetto della Biodanza non solo svanisce ma diventa come un boomerang negativo; tanto siamo stati bene qua, tanto ci accorgiamo di stare male da un'altra parte"*. Quest'ultimo pensiero ci fa riflettere sulla necessità di considerare in

eventuali analisi future la realtà esterna dei partecipanti per una visione complessiva del ben-essere delle persone con disabilità. In relazione alla necessità di ampliare la dimensione relazionale al di fuori del contesto di Biodanza c'è chi sostiene di provare ad estendere tale modo di relazionarsi anche nella quotidianità: *“Quando son qua trovo calore e vivacità, quando esco quest'empatia penso di darla nella vita di relazione. C'è quest'empatia che, vivacità che abbiamo che viene fuori anche nel quotidiano, ma c'è e sto cercando di tirarla fuori.”* e chi spera di riuscire a farlo: *“son sempre contento di venire qua perchè c'è un gruppo, ci scambiamo cose buone ecco [...] speriamo di riuscirle a portare anche al di fuori”*.

È stato messo in evidenza nei capitoli precedenti come in vista del ben-essere della persona sia importante che questa assuma delle strategie esistenziali attive, che agisca senza timore intervenendo nella realtà, affinché non sia spettatrice della propria esistenza ma protagonista. Il facilitatore, in tal senso, spiega come molte volte i troppi pensieri blocchino l'azione, invitando i partecipanti a vivere mettendosi in gioco: *“la vita ha bisogno anche di impeto, perchè non sia un'azione molle ma determinata e concreta per far sì di andare nella vita come è giusto che sia. Nel senso che possiamo darci la possibilità di vivere e di andare avanti assumendo quello che è il nostro sentire perchè molte volte ci perdiamo nel pensiero. Non agiamo perchè pensiamo troppo. [...] Viviamo di più.”*

Come è stato illustrato nel capitolo teorico precedente, con la Biodanza Rolando Toro ha cercato di ideare un vero e proprio modo di vivere, in cui venisse recuperato il valore dei gesti, si risvegliasse la sensibilità addormentata, affinché ciascuno fosse realmente presente nel mondo, ritrovando il piacere di incontrarsi, guardarsi ed emozionarsi; riscoprendo la vita stessa per una rinascita in vista della felicità. Questa vitalità promossa dalla Biodanza emerge con chiarezza da tali parole estremamente significative: *“Volevo dire che dopo tanti anni di lavoro mi trovo in pensione, la vita può essere cattiva, mille sfaccettature di cattiva, ma può anche sorprendere. Io ho trovato questa situazione, la musica diventa realtà, diventa danza ; dopo quarant'anni di lavoro che sei indifferente a tutto, non sei né contento, né scontento mi sorprende che ci sia un posto dove sono veramente sereno e vivo. Mi sorprende ogni volta che vengo qua di essere contento”*.

4.8 Discussione, limiti della ricerca e prospettive future

I risultati ottenuti nella nostra analisi risultano coerenti con due studi realizzati sulla Biodanza, uno condotto in Italia dall'Università La Sapienza di Roma da Gianelli et al.⁷³, l'altro realizzato da Villegas presso l'Università di Lipsia.⁷⁴

In particolare il primo di questi studi voleva analizzare gli effetti della Biodanza su alcuni aspetti strettamente legati al ben-essere globale della persona cioè: il ben-essere psicologico (inteso come caratterizzato da sei dimensioni: autoaccettazione, autonomia, controllo ambientale, crescita personale, relazioni positive con gli altri, scopo nella vita, in riferimento alla Psychological Well-Being Scales PWB di Carol Ryff), lo stress e l'alessitimia cioè l'incapacità di riconoscere le proprie emozioni e comunicarle verbalmente. Per ottenere delle informazioni riguardo a tali aspetti sono state coinvolte 235 persone, delle quali 96 componenti il gruppo sperimentale di Biodanza e gli altri costituenti due gruppi di controllo (uno praticante attività fisica ed uno di sedentari). Alla fine del periodo di ricerca si è rilevato che i livelli di ben-essere psicologico delle persone del gruppo di Biodanza presentavano un significativo aumento ($p < 0,00001$); i livelli di stress avevano una riduzione significativa ($p < 0,00001$) come pure i livelli di alessitimia ($p < 0,05$).

Lo studio realizzato da Villegas presso l'Università di Lipsia, ha coinvolto due gruppi di soggetti: uno partecipante ad un'attività di Biodanza della durata di dieci settimane, l'altro composto da persone che prendevano parte ad altre attività motorie e costituente il gruppo di controllo. Da tale ricerca è emersa l'efficacia della Biodanza per quanto riguarda il controllo comportamentale, le abilità sociali, la regolazione delle emozioni, il controllo dello stress, l'ottimismo, la serenità, autonomia. I risultati ottenuti dalla nostra indagine ed illustrati in questo capitolo, appaiono coerenti con quanto rilevato in questi due studi che sono stati brevemente descritti; infatti dall'osservazione delle videoregistrazioni del gruppo di Biodanza “Davide e Golia” è emerso come la maggior parte dei partecipanti agli incontri sia in grado di regolare il proprio comportamento, lo stress, dimostri un certo grado di serenità, abbia padronanza

⁷³ Gianelli MT(2014), *Efficacia sulla salute di un corso annuale di Biodanza: studio empirico con 235 persone.*, in Psicologia della salute Franco Angeli, Milano 2015, pag.84-107

⁷⁴ <http://www.Biodanza.org/bionet.pdf>, ultima consultazione 05/09/2015

nell'ambiente in cui si trova, sia capace di azioni autonome, instauri relazioni positive con gli altri e riesca ad esprimere le proprie emozioni.

Tuttavia se questo legame con altri studi ci evidenzia gli aspetti di positività dell'indagine che è stata condotta, risulta necessario evidenziare come la ricerca illustrata in questo capitolo presenti una serie di aspetti di criticità. Innanzitutto bisogna sottolineare che la metodologia utilizzata si è basata sull'osservazione e la registrazione mediante apposite griglie di valutazione dei comportamenti delle persone con disabilità che hanno preso parte agli incontri di Biodanza, senza il coinvolgimento nell'indagine condotta di altri stakeholders, e questo ne rappresenta un limite. Rendere partecipi le famiglie delle persone con disabilità che prendono parte alle sessioni di Biodanza, così come i servizi che si prendono cura di loro, o avvalersi del contributo dei facilitatori sarebbe stato sicuramente positivo poiché avrebbe permesso di avere a disposizione più risorse ed informazioni. I dati che sono stati ricavati grazie alla ricerca condotta, rappresentano sicuramente degli elementi importanti che ci permettono di evidenziare gli aspetti positivi che emergono durante le sessioni di Biodanza ed il senso di benessere che effettivamente le persone provano all'interno di questa realtà inclusiva che si viene a creare; tuttavia non rendono possibile una generalizzazione dei risultati ottenuti ad altri contesti, ed in questa direzione il contributo offerto dalle famiglie, dai facilitatori e dai servizi si sarebbe potuto rivelare fondamentale. In particolare, ad esempio se la ricerca avesse coinvolto i componenti della realtà familiare o i servizi che si prendono cura di tali persone in condizione di disabilità, si sarebbe potuto comprendere se questo stare bene, evidente durante gli incontri di Biodanza, continuasse anche nella realtà esterna, verificando se con tale pratica vi fossero dei cambiamenti e miglioramenti nella quotidianità dei partecipanti.

Inoltre un altro limite è legato alla corrispondenza, che è stata creata nella fase iniziale della ricerca, tra i codici dell'ICF-CY e i principi fondamentali della Biodanza, in quanto le equivalenze sono state create a partire da una riflessione generale sugli aspetti in comune ma non risulta essere una corrispondenza validata ed oggettivabile. Tuttavia non deve passare in secondo piano il fatto che l'utilizzo dei codici di una classificazione dettagliata come quella dell'ICF-CY ha permesso di condurre un'osservazione attenta ed il più possibile rigorosa.

In prospettiva futura sarebbe utile proseguire tale indagine allargando il campo di attenzione, coinvolgendo le persone più vicine alla realtà di vita dei partecipanti in modo da ottenere informazioni che ci permettano una comprensione complessiva, per valutare se la Biodanza possa produrre degli effetti anche al di fuori del contesto stesso in cui viene praticata, cercando di comprenderne l'impatto su tutta la vita dell'individuo ed i benefici ai quali può condurre a lungo termine.

ALLEGATO 1

Principi Biodanza e codici ICF-CY

PRINCIPI FONDAMENTALI BIODANZA	CODICI ICF-CY ASSOCIATI
RITMO	
IDENTITÀ	-b1522 gamma di emozioni -d720 interazioni interpersonali complesse
UMORE ENDOGENO	
AUTOSTIMA-AUTOIMMAGINE	
VIGORE SLANCIO	-b160 funzioni del pensiero -b330 funzioni delle fluidità e del ritmo dell'eloquio -b1403 condivisione dell'attenzione
POTENZA	
ENERGIA VITALE	-b1300 livello di energia -b1252 livello di attività -b1301 motivazione
CAPACITÀ DI ESPRIMERSI INTENSAMENTE	
AUTODETERMINAZIONE	
POTERE DI ESSERE CIO CHE SI È	-b1255 propositività
CONTROLLO VOLONTARIO	
INTEGRAZIONE MENTE-CORPO	-d177 prendere le decisioni -b147 funzioni psicomotorie -b1470 controllo psicomotorio
FORZA MUSCOLARE INTEGRATA	
RESISTENZA	
CAPACITÀ DI PORRE LIMITI	
CAPACITÀ DI DEFINIRE IL PROPRIO TERRITORIO	-b1144 orientamento rispetto allo spazio
COORDINAZIONE	
INTEGRAZIONE DEGLI ASSI CORPOREI	-d135 ripetere
INTEGRAZIONE CORPO-MENTE	-b710 funzioni della mobilità dell'articolazione -b1641 organizzazione e pianificazione
VISIONE INTEGRATA DI SÉ	
EQUILIBRIO	
STABILITÀ ESSENZIALE	- b1253 prevedibilità -b1263 stabilità psichica -d7203 interagire secondo le regole sociali
PUNTO DI EQUILIBRIO TRA CAOS E ARMONIA	-d160 focalizzare l'attenzione -d161 dirigere l'attenzione
SINERGISMO	

PERCEZIONE DI SÉ INTEGRATA	-b1644 insight -d3150 comunicare con-ricevere-gesti del corpo -d3350 produrre gesti con il corpo -b180 funzioni dell'esperienza del sé e del tempo -b1471 qualità delle funzioni psicomotorie
FLUIDITÀ TRA EMOZIONE E GESTO	
ELASTICITÀ	
CAPACITÀ DI FLUIRE	-b1643 flessibilità cognitiva -d4106 spostare il baricentro del corpo
CAPACITÀ ADATTATIVA	-d220 intraprendere compiti articolati
CAPACITÀ DI ORIENTARSI IN PIÙ SCELTE	-b1645 giudizio
ESTENSIONE	
PERCEZIONE AMPIA DI SÉ	-b1260 estroversione -d460 spostarsi in diverse collocazioni -b11420 orientamento rispetto a sé
STABILITÀ ESISTENZIALE	-d240 gestire la tensione e altre richieste di tipo psicologico -d7204 mantenere la distanza sociale
AGILITÀ	
DISPONIBILITÀ A CAMBIARE PUNTO DI VISTA	-b1264 apertura all'esperienza -d410 cambiare la posizione corporea di base -d750 relazioni sociali informali -b1250 adattabilità
ATTEGGIAMENTO SOAVE VERSO L'ESISTENZA	-b1261 giovialità -b1265 ottimismo
LEGGEREZZA	
DISPONIBILITÀ AD AGIRE SECONDO LA PARTE SANA	-d7202 regolare i comportamenti nelle interazioni -d177 prendere decisioni -d175 risoluzione dei problemi -b1251 responsività
VISIONE DELL'INTERO E NON DEL PROBLEMA	
FACILITÀ RELAZIONALE	-b1266 fiducia -d110 guardare
FLESSIBILITÀ	
DISPONIBILITÀ A CAMBIARE SCHEMA	-b1643 flessibilità cognitiva -d410 cambiare la posizione corporea di base
DISPONIBILITÀ A NUOVE OPZIONI	-d4452 raggiungere allungando il braccio -b1401 spostamento dell'attenzione -d720 interazioni interpersonali complesse
CREATIVITÀ	-d4402 manipolare -b1640 astrazione -d720 interazioni interpersonali complesse
FLUIDITÀ	
PERCEZIONE DI SÉ COME IDENTITÀ APPARTENENTE AL TUTTO	

CAPACITÀ DI MANTENERE LA PROPRIA IDENTITÀ ANCHE NELL'APERTURA	-b3300 funzioni della fluidità e del ritmo dell'eloquio -b1101 continuità della coscienza -b1102 qualità della coscienza
CAPACITÀ DI ABBANDONO	-b11421 orientamento rispetto agli altri
FORME ROTONDE DELLA PROPRIA ESISTENZA	-b1471 qualità delle funzioni psicomotorie - b1520 appropriatezza dell'emozione -d2101 intraprendere un compito complesso
BASSO LIVELLO DI CONFLITTUALITÀ	
EUTONIA	
CAPACITÀ EMPATICA	-d710 interazioni interpersonali semplici
SOLIDARIETÀ	-d6601 assistere agli altri nel movimento -d6602 assistere agli altri nella comunicazione
COMPrensIONE	-d130 copiare
COMPASSIONE	-d6603 assistere gli altri nelle relazioni interpersonali
ESPRESSIONE	
INTEGRAZIONE TRA SENTIRE E AGIRE	-b760 funzioni di controllo del movimento volontario -d3150 comunicare con-ricevere-gesti del corpo -d3350 produrre gesti con il corpo
PERCEZIONE DI SE COME ESSERE UNICO E PORTATORE DI VALORE	-b1800 esperienza del sé
IDENTITÀ-AUTOSTIMA	

ALLEGATO 2

Spiegazione dei principi fondamentali della Biodanza

IL RITMO

Il ritmo caratterizza i movimenti dell'essere umano; con questo termine si intende, infatti, la successione di questi in modo regolare e continuo. La Biodanza promuove l'espressione del ritmo attraverso il movimento poiché concepisce ciò come estremamente importante dato che aumenta il tono vitale e lo slancio motorio dell'individuo, contribuisce allo sviluppo della sua coordinazione e favorisce l'alleggerimento e la fluidità della mobilità dei suoi arti. Attraverso la promozione del ritmo con la varie attività, la "danza della vita" mira a incrementare il senso di autostima, di fiducia e sicurezza della persona, contribuendo inoltre a far sì che si senta unica nel suo essere, perchè è il ritmo che ci fornisce l'energia ed il vigore che servono per muoversi nella vita.

LA POTENZA

Quando si fa riferimento al concetto di potenza nella Biodanza, si intende innanzitutto la forza fisica e muscolare che ogni soggetto possiede, tuttavia a tale termine si attribuisce anche un senso più generale con cui si indica la forza interiore che ogni persona ha internamente e che deve cercare di tirar fuori per vivere e affermarsi nel mondo. Durante le sessioni di Biodanza si cerca appunto di promuovere l'espressione di tale potenza, che ciascuno ha all'interno di sé ma che spesso si ha difficoltà oppure timore ad esprimere.

IL CONTROLLO VOLONTARIO

Tra gli aspetti che la Biodanza cerca di favorire c'è sicuramente anche quello del controllo volontario da parte del soggetto del proprio corpo. Avere una buona padronanza del proprio movimento ed essere capaci di autoregolare le azioni sulla base di quella che è la propria volontà contribuisce ad aumentare la consapevolezza di se stessi, del proprio corpo e della propria identità favorendo l'autodeterminazione che fa sì che la persona viva la propria vita da protagonista.

LA RESISTENZA

Con tale concetto si fa riferimento alla capacità della persona di tollerare lo sforzo, la fatica e ciò implica che la persona impari ad usare e controllare in modo appropriato le proprie energie tenendo conto di quelli che possono essere i propri limiti. La resistenza quindi viene intesa sia in senso fisico-corporeo ma anche mentale, che comprende la capacità della persona di imparare a mantenere un livello di concentrazione ed attenzione appropriato, di riuscire a resistere a quelle situazioni che possono creare stress, ansia o altri disagi da un punto di vista emotivo, cercando di opporsi a queste utilizzando le proprie risorse. La Biodanza si propone appunto di promuovere tale resistenza.

LA COORDINAZIONE

La Biodanza si propone inoltre di favorire la coordinazione dei movimenti, per far sì che questi siano controllati, ordinati e fluidi. L'idea è che l'armonia da un punto di vista corporeo sia congiunta ad una armonia mentale, nella concezione di uno stare bene globale e di una visione di sé integrata.

L'EQUILIBRIO

Nella vita di ogni giorno le situazioni, le condizioni ambientali continuano a mutare ed è importante che la persona riesca a mantenere un proprio equilibrio, nonostante i continui cambiamenti. La Biodanza cerca di favorire nel soggetto tale condizione attraverso la promozione di attività che consentano di mantenere la propria postura naturale, senza deviazioni, che favoriscono l'orientamento nello spazio e l'equilibrio dinamico del soggetto. In tale modo si vuole promuovere la stabilità della persona, che è appunto importante per far fronte al caos dell'esistenza.

LA SINERGIA

Per sinergia si intende l'azione di vari organi e meccanismi che partecipano insieme per il raggiungimento di una funzione. La Biodanza, cerca appunto di integrare diversi movimenti, diverse azioni con le emozioni, questi due aspetti si potenziano a vicenda; tale sinergia appunto, permette di sviluppare una percezione integrata di se stessi.

L'ELASTICITÀ

Certe strutture corporee sono in grado di mutare la loro forma e recuperarla in un momento successivo, la Biodanza asseconda questa elasticità caratteristica del tono muscolare, alternando esercizi di tensione ad altri di rilassamento corporeo. Anche per quanto riguarda tale aspetto, la Biodanza non si propone solamente di promuovere un'elasticità fisica fine a se stessa, ma l'intento è quello di promuovere un atteggiamento che potremmo definire appunto "elastico" nella persona, affinché sappia adattarsi in modo sereno ai vari imprevisti e orientarsi nelle varie scelte che la vita le pone di fronte.

L'ESTENSIONE

Nella Biodanza ci sono alcuni tipi di *vivencia* sviluppate appositamente per far sì che la persona si estenda, non rimanga chiusa in sé. Attraverso il movimento si cerca appunto di favorire un atteggiamento di apertura del soggetto, affinché egli abbia una percezione ampia di se stesso che gli permetta di affrontare la vita di ogni giorno in modo estroverso ed attivo, piuttosto che chiuso e inibito.

L'AGILITÀ

La Biodanza vuole inoltre contribuire allo sviluppo dell'agilità dell'individuo, facendo sì che i suoi movimenti non siano lenti e pesanti, ma al contrario siano caratterizzati da scioltezza e destrezza; in un senso più ampio, considerando la persona da un punto di vista olistico, si propone inoltre di favorire una certa dinamicità del soggetto, affinché egli non sia passivo e non subisca le situazioni della vita.

LA LEGGEREZZA

La leggerezza è un'altra modalità di espressione attraverso il movimento tipica della Biodanza; i movimenti lievi, delicati, che non affaticano, vengono danzati attraverso specifiche vivencie che mirano a far sì che la persona lasci da parte la pesantezza delle preoccupazioni ed i problemi della sua quotidianità per sentirsi più serena e felice.

LA FLESSIBILITÀ

Il corpo umano grazie alle articolazioni può assumere le posizioni più varie. Con la

“danza della vita” vengono promossi movimenti flessibili. Oltre ad una flessibilità motoria, la Biodanza si propone di aiutare gli individui a raggiungere anche una flessibilità mentale che permetta loro di sviluppare un temperamento aperto, creativo e disponibile ai cambiamenti.

LA FLUIDITÀ

La Biodanza cerca di sviluppare un movimento fluido, continuo e privo di rigidità. Mira a svilupparla anche nella parola e nel pensiero dei soggetti. Tale continuità diventa uno degli obiettivi che la Biodanza cerca di raggiungere, non solo per quanto concerne il movimento ma anche per quanto riguarda l'identità della persona, affinché questa percepisca se stessa come appartenente ad un tutto.

L'EUTONIA

Tra i principi che la Biodanza cerca di promuovere c'è anche quello dell'eutonia che vuole condurre al raggiungimento di un benessere personale e sociale, attraverso lo sviluppo dell'empatia del singolo, della solidarietà nei confronti degli altri e della loro comprensione.

L'ESPRESSIONE

Spesso le persone tendono a non esprimere a parole i propri stati d'animo, a celarli e viverli nella propria intimità. Questi potrebbero essere manifestati, oltre che con le parole anche attraverso gesti, atteggiamenti corporei, sguardi; per tale ragione attraverso specifiche attività la Biodanza cerca di promuovere l'espressione libera e spontanea dei propri impulsi interiori. In tale modo il soggetto può esprimersi e sperimentare il proprio valore e la propria unicità.

ALLEGATO 3

Spiegazione dei codici ICF-CY che sono stati analizzati

RITMO

IDENTITÀ

- **b1522 GAMMA DI EMOZIONI:** funzioni mentali che producono la capacità di sperimentare emozioni o sentimenti quali l'amore, l'odio, l'ansia, il dolore, la gioia, la paura e la rabbia. (fa parte della categoria b152 relativa alle funzioni emozionali).
- **d720 INTERAZIONI INTERPERSONALI COMPLESSE:** mantenere e gestire le interazioni con gli altri, in un modo contestualmente e socialmente adeguato, come nel regolare le emozioni e gli impulsi, controllare l'aggressione verbale e fisica, agire in maniera indipendente nelle interazioni sociali e agire secondo i ruoli e le convenzioni sociali. (Tale categoria comprende i seguenti codici: d7200 formare delle relazioni; d7201 porre termine alle relazioni; d7202 regolare i comportamenti nelle interazioni; d7203 interagire secondo le regole sociali; d7204 mantenere la distanza sociale; d7208 interazioni interpersonali complesse; d7209 interazioni interpersonali complesse).

VIGORE-SLANCIO

- **b160 FUNZIONI DEL PENSIERO:** funzioni mentali specifiche relative alla componente ideatoria della mente (tale categoria comprende i seguenti codici: b1600 ritmo del pensiero: funzioni mentali che regolano la velocità del processo di pensiero; b1601 forma del pensiero: funzioni mentali che organizzano il processo di pensiero con riferimento alla sua coerenza e logica; b1602 contenuto del pensiero: funzioni mentali consistenti nelle idee che sono presenti nel processo di pensiero e in quello che viene concettualizzato; b1603 controllo del pensiero: funzioni mentali che forniscono controllo volontario del pensiero e vengono riconosciute come tali dalla persona; b1608 funzioni del pensiero, altro specificato, b1609 funzioni del pensiero, altro non specificato)
- **b330 FUNZIONI DELLA FLUIDITÀ E DEL RITMO DELL'ELOQUIO:** funzioni della produzione del flusso e del tempo dell'eloquio (tale categoria

comprende i seguenti codici: b3300 fluidità dell'eloquio, b3301 ritmo dell'eloquio, b3302 velocità dell'eloquio, b3303 melodia dell'eloquio, b3308 funzioni della fluidità e del ritmo dell'eloquio, altro specificato, b3309 funzioni della fluidità e del ritmo dell'eloquio, altro non specificato).

- b1403 CONDIVISIONE DELL'ATTENZIONE: funzioni mentali che permettono a due o più persone di focalizzarsi sullo stesso stimolo, come nel caso di un bambino e di chi lo accudisce che si focalizzano entrambi su un giocattolo (tale codice fa parte della categoria b140 funzioni dell'attenzione)

POTENZA

ENERGIA VITALE

- b1300 LIVELLO DI ENERGIA: funzione mentale che produce vigore e capacità di resistenza (tale codice fa parte di b130 funzioni dell'energia e delle pulsioni).
- b1252 LIVELLO DI ATTIVITÀ: disposizione ad agire o a reagire con energia e azione anziché con inerzia e inazione (tale codice fa parte della categoria b125 funzioni e attitudini personali).
- b1301 MOTIVAZIONE: funzioni mentali che producono l'incentivo ad agire; la pulsione, conscia o inconscia verso l'azione (tale codice fa parte di b130 funzioni dell'energia e delle pulsioni).

POTERE DI ESSERE CIÒ CHE SI È

- b1255 PROPOSITIVITÀ: disposizione ad agire in modo intraprendente, avvicinandosi alle persone o alle cose anziché allontanandosi o ritirandosi (tale codice fa parte della categoria: b125 funzioni e attitudini interpersonali).

CONTROLLO VOLONTARIO

INTEGRAZIONE MENTE-CORPO

- d177 PRENDERE LE DECISIONI: effettuare una scelta tra più opzioni, metterla in atto e valutarne le conseguenze, come scegliere e acquistare un prodotto specifico o decidere di intraprendere un compito tra vari altri che devono essere svolti.

- b147 FUNZIONI PSICOMOTORIE: funzioni mentali specifiche di controllo su eventi sia motori che psicologici a livello del corpo (tale categoria comprende i seguenti codici: b1470 controllo psicomotorio; b1471 qualità delle funzioni psicomotorie; b1472 organizzazione delle funzioni psicomotorie; b 1473 dominanza manuale; b1474 dominanza laterale; b1478 funzioni motorie, altro specificato; b1479 funzioni motorie, altro non specificato).
- b1470 CONTROLLO PSICOMOTORIO: funzioni mentali che regolano la rapidità del comportamento o il tempo di reazione che coinvolge sia componenti motorie che psicologiche, come nell'alterazione del controllo che produce ritardo psicomotorio (muoversi e parlare lentamente, diminuzione della gestualità e della spontaneità) oppure eccitamento psicomotorio (attività comportamentale e cognitiva eccessiva, di solito improduttiva e spesso come reazione alla tensione interiore, come il picchiare il pavimento con la punta del piede, il torcersi le mani, agitazione o inquietudine (tale codice fa parte della categoria b147 funzioni psicomotorie).

CAPACITÀ DI DEFINIRE IL PROPRIO TERRITORIO

- b1144 ORIENTAMENTO RISPETTO ALLO SPAZIO: funzioni mentali che producono la consapevolezza del proprio corpo in relazione con lo spazio fisico circostante (tale codice fa parte della categoria b114 funzioni dell'orientamento).

COORDINAZIONE

- b1641 ORGANIZZAZIONE E PIANIFICAZIONE: funzioni mentali del coordinare le parti in un tutto unico e sistematizzarle; la funzione mentale implicata nello sviluppare un modo di procedere o di agire (tale codice fa parte della categoria b164 funzioni cognitive di livello superiore).
- d135 RIPETERE: ripetere una sequenza di eventi o simboli come una componente basilare dell'apprendere, come contare per decine o esercitarsi nella recitazione di una filastrocca con i gesti o recitare una poesia.
- b710 FUNZIONI DELLA MOBILITÀ DELL'ARTICOLAZIONE: funzioni della gamma e della facilità di movimento di un'articolazione (tale categoria comprende i seguenti codici: b7100 mobilità di una singola articolazione; b7101 mobilità di diverse articolazioni; b1702 mobilità delle articolazioni

generalizzata; b7108 funzioni della mobilità dell'articolazione, altro specificato;
b17109 funzioni della mobilità dell'articolazione, non specificato.)

EQUILIBRIO

STABILITÀ ESSENZIALE

- b1253 PREVEDIBILITÀ: disposizione ad agire o a reagire in modo prevedibile e stabile anziché in modo incostante e imprevedibile (tale codice fa parte della categoria b125 funzioni e attitudini interpersonali).
- b1263 STABILITÀ PSICHICA: funzioni mentali che producono un temperamento equilibrato, calmo e tranquillo, all'opposto di irritabile, preoccupato, stravagante e lunatico (fa parte di b126 funzioni del temperamento e della personalità).
- d7203 INTERAGIRE SECONDO LE REGOLE SOCIALI: agire in maniera indipendente nelle interazioni sociali e aderire alle convenzioni sociali che governano il proprio ruolo, la propria posizione o altro status sociale nelle interazioni con gli altri (fa parte di d720 interazioni interpersonali complesse).

PUNTO DI EQUILIBRIO TRA CAOS E ARMONIA

- d160 FOCALIZZARE L'ATTENZIONE: focalizzarsi intenzionalmente su stimoli specifici, come ignorare i rumori distraenti (tale categoria comprende i seguenti codici: d1600 focalizzare l'attenzione sul tocco, il volto e la voce di una persona, d 1601 focalizzare l'attenzione sui cambiamenti dell'ambiente, d1608 focalizzare l'attenzione, altro specificato, d1609 focalizzare l'attenzione, non specificato).
- d161 DIRIGERE L'ATTENZIONE: mantenere intenzionalmente l'attenzione su azioni o compiti specifici per una lunghezza temporale appropriata (tale codice fa parte della categoria d160 focalizzare l'attenzione).

SINERGISMO

PERCEZIONE DI SÈ INTEGRATA

- b1644 INSIGHT: funzioni mentali della consapevolezza e comprensione di se stessi e del proprio comportamento (tale codice fa parte della categoria b164

funzioni cognitive di livello superiore).

- d3150 COMUNICARE CON-RICEVERE-GESTI DEL CORPO: comprendere il significato trasmesso da espressioni facciali, movimenti o segni delle mani, posture del corpo e altre forme di linguaggio del corpo. (tale codice fa parte della categoria d315 comunicare con-ricevere-messaggi non verbali).
- d3350 PRODURRE GESTI CON IL CORPO: comunicare messaggi tramite movimenti intenzionali del corpo, quali la mimica facciale (ad es. sorridere, aggrottare la fronte, trasalire), con movimenti del braccio e della mano e con posture (ad es. abbracciare per dimostrare affetto o richiamare l'attenzione per ricevere considerazione oppure un oggetto) (tale codice fa parte della categoria d335 produrre messaggi non verbali)
- b180 FUNZIONI DELL'ESPERIENZA DEL SÉ E DEL TEMPO: funzioni mentali specifiche correlate alla consapevolezza della propria identità, del proprio corpo, della propria posizione nella realtà del proprio ambiente e temporale (tale categoria comprende: b1800 esperienza del sé; b1801 immagine corporea; b1802 esperienza del tempo; b1808 funzioni dell'esperienza, del sé e del tempo, altro specificato; b1809 funzioni dell'esperienza, del sé e del tempo, altro non specificato).
- b1471 QUALITÀ DELLE FUNZIONI PSICOMOTORIE: funzioni mentali che producono comportamento non verbale nella giusta sequenza e tipo delle sue sottocomponenti, come la coordinazione di mano e occhio o l'andatura (tale codice fa parte della categoria b147 funzioni psicomotorie).

ELASTICITÀ

CAPACITÀ DI FLUIRE

- b1643 FLESSIBILITÀ COGNITIVA: funzioni mentali del cambiare strategie, o variare inclinazioni mentali, come nella soluzione di problemi (tale codice fa parte della categoria b164: funzioni cognitive di livello superiore).
- d4106 SPOSTARE IL BARICENTRO DEL CORPO: adattare o muovere il peso del corpo da una posizione all'altra stando seduti, in piedi o sdraiati, come nello spostare il peso da un piede all'altro mentre si sta in piedi (tale codice fa parte

della categoria d410 cambiare la posizione corporea di base).

CAPACITÀ ADATTATIVA

- d220 INTRAPRENDERE COMPITI ARTICOLATI: compiere delle azioni semplici o complesse e coordinate, come componenti di compiti articolati, integrati e complessi in sequenza o simultaneamente (tale categoria comprende i seguenti codici d2200 eseguire compiti articolati; d2201 completare compiti articolati; d 2202 intraprendere compiti articolati autonomamente; d2203 intraprendere compiti articolati in gruppo).

CAPACITÀ DI ORIENTARSI IN PIÙ SCELTE

- b1645 GIUDIZIO: funzioni mentali implicate nel discriminare e valutare delle diverse opzioni, come quelle coinvolte nel formarsi un'opinione (tale codice fa parte della categoria b164 funzioni cognitive di livello superiore).

ESTENSIONE

PERCEZIONE AMPIA DI SÈ

- b1260 ESTROVERSIONE: funzioni mentali che producono un temperamento personale socievole, estroverso ed espansivo, all'opposto di timido, riservato e inibito (tale codice fa parte della categoria b126 funzioni del temperamento e della personalità)
- d460 SPOSTARSI IN DIVERSE COLLOCAZIONI: camminare e spostarsi in vari posti e situazioni, come camminare attraverso le stanze di una casa, all'interno di un palazzo o per la strada in città.
- b11420 ORIENTAMENTO RISPETTO A SÈ: funzioni mentali che forniscono la consapevolezza della propria identità (tale codice fa parte della categoria b114 funzioni dell'orientamento).
- d240 GESTIRE LA TENSIONE E ALTRE RICHIESTE DI TIPO PSICOLOGICO: eseguire azioni semplici o complesse e coordinate per gestire e controllare le richieste di tipo psicologico necessarie per eseguire compiti che comportano significative responsabilità, stress, distrazioni e crisi, come dare degli esami, guidare un veicolo in condizioni di traffico intenso, vestirsi quando i genitori mettono fretta, finire un compito entro un determinato limite di tempo

o badare a un gruppo numeroso di bambini (tale categoria comprende i seguenti codici: d2400 gestire le responsabilità; d2401 gestire lo stress; d2402 gestire le crisi, d2408 gestire la tensione e altre richieste di tipo psicologico, altro specificato; d2409 gestire la tensione e altre richieste di tipo psicologico, non specificato).

STABILITÀ ESISTENZIALE

- d7204 MANTENERE LA DISTANZA SOCIALE: essere consapevole di sé e mantenere una distanza tra sé e gli altri che sia contestualmente, socialmente e culturalmente adeguata (tale codice fa parte della categoria d720 interazioni interpersonali complesse).

AGILITÀ

DISPONIBILITÀ A CAMBIARE PUNTO DI VISTA

- b1264 APERTURA ALL'ESPERIENZA: funzioni mentali che producono un temperamento personale curioso, fantasioso, desideroso di sapere e alla ricerca di esperienze, all'opposto di inattivo, distratto e emozionalmente inespressivo (tale codice fa parte della categoria b126 funzioni del temperamento e della personalità).
- d410 CAMBIARE LA POSIZIONE CORPOREA DI BASE: assumere e abbandonare una posizione corporea e muoversi da una collocazione all'altra, come girarsi da un lato all'altro, sedersi, alzarsi in piedi, alzarsi da una sedia per sdraiarsi sul letto, e assumere e abbandonare una posizione inginocchiata o accovacciata.
- d750 RELAZIONI SOCIALI INFORMALI: entrare in relazione con altri, come le relazioni casuali con persone che vivono nella stessa comunità o residenza, o con colleghi di lavoro, studenti, compagni di gioco o persone dello stesso ambiente o professione.
- b1250 ADATTABILITÀ: disposizione ad agire o a reagire a nuovi oggetti o esperienze in modo accettante anziché oppositivo (tale codice fa parte della categoria b125 funzioni e attitudini intrapersonali).

ATTEGGIAMENTO SOAVE VERSO L'ESISTENZA

- b1261 GIOVIALITÀ: funzioni mentali che producono un temperamento personale cooperativo, amichevole e accomodante, all'opposto di poco amichevole, oppositivo e insolente (tale codice fa parte della categoria b126 funzioni del temperamento e della personalità).
- b1265 OTTIMISMO: funzioni mentali che producono un temperamento personale sereno, speranzoso e fiducioso, all'opposto di scoraggiato, malinconico e disperato (tale codice fa parte della categoria b126 funzioni del temperamento e della personalità).

LEGGEREZZA

DISPONIBILITÀ AD AGIRE SECONDO LA PARTE SANA

- d7202 REGOLARE I COMPORTAMENTI NELLE INTERAZIONI: regolare le emozioni e gli impulsi, le aggressioni verbali e fisiche nelle interazioni con altri, in modo contestualmente e socialmente adeguato (tale codice fa parte della categoria d720 interazioni interpersonali complesse).
- d177 PRENDERE DECISIONI: effettuare una scelta tra più opzioni, metterla in atto e valutarne le conseguenze, come scegliere e acquistare un prodotto specifico, o decidere di intraprendere un compito tra vari altri che devono essere svolti.
- d175 RISOLUZIONE DEI PROBLEMI: trovare soluzioni a problemi o a situazioni identificando e analizzando le questioni, sviluppando opzioni e soluzioni, valutandone i potenziali effetti e mettendo in atto la soluzione prescelta, come nel risolvere una disputa fra due persone.
- b1251 RESPONSABILITÀ: disposizione a reagire in modo positivo anziché negativo a una richiesta effettiva o percepita (tale codice fa parte della categoria b125 funzioni e attitudini intrapersonali).

FACILITÀ RELAZIONALE

- b1266 FIDUCIA: funzioni mentali che producono un temperamento personale sicuro di sé, coraggioso e assertivo, all'opposto di timoroso, insicuro e schivo (tale codice fa parte della categoria b126 funzioni del temperamento e della

personalità).

- d110 GUARDARE: utilizzare il senso della vista intenzionalmente per sperimentare stimoli visivi, come seguire visivamente un oggetto, guardare delle persone, osservare un evento sportivo, una persona o dei bambini che giocano.

FLESSIBILITÀ

- b1643 FLESSIBILITÀ COGNITIVA: funzioni mentali del cambiare strategie, o variare inclinazioni mentali, come nella soluzione di problemi. (tale codice fa parte di b164 funzioni cognitive di livello superiore).
- d410 CAMBIARE LA POSIZIONE CORPOREA DI BASE: assumere e abbandonare una posizione corporea e muoversi da una collocazione all'altra, come girarsi da un lato all'altro, sedersi, alzarsi in piedi, alzarsi da una sedia per sdraiarsi sul letto, e assumere e abbandonare una posizione inginocchiata o accovacciata.
- d4452 RAGGIUNGERE ALLUNGANDO IL BRACCIO: usare le mani e le braccia per sporgersi verso l'esterno e toccare e afferrare qualcosa, come allungarsi da una parte all'altra di un tavolo o di una scrivania per prendere un libro (tale codice fa parte della categoria d445 uso della mano e del braccio).
- b1401 SPOSTAMENTO DELL'ATTENZIONE: funzioni mentali che permettono di rifocalizzare la concentrazione da uno stimolo all'altro (tale codice fa parte della categoria b140 funzioni dell'attenzione).
- d720 INTERAZIONI INTERPERSONALI COMPLESSE: mantenere e gestire le interazioni con gli altri, in un modo contestualmente e socialmente adeguato, come nel regolare le emozioni e gli impulsi, controllare l'aggressione verbale e fisica, agire in maniera indipendente nelle interazioni sociali e agire secondo i ruoli e le convenzioni sociali.
- d4402 MANIPOLARE: usare dita e mani per esercitare controllo o dirigere o guidare qualcosa, come nel maneggiare delle monete o altri piccoli oggetti, tagliare con le forbici, allacciarsi una scarpa con i lacci, completare un libro da colorare o usare bacchette per mangiare o coltello e forchetta (tale codice fa parte della categoria d440 uso fine della mano).

- b1640 ASTRAZIONE: funzioni mentali del creare idee, qualità o caratteristiche generali a partire da, e distinte da, realtà concrete, oggetti specifici o casi effettivi (tale codice fa parte della categoria b164 funzioni cognitive di livello superiore).

FLUIDITÀ

- b3300 FLUIDITÀ DELL'ELOQUIO: funzioni della produzione di un flusso di parole lineare e scorrevole (tale codice fa parte della categoria b330 funzioni della fluidità e del ritmo dell'eloquio).
- b1101 CONTINUITÀ DELLA COSCIENZA: funzioni mentali che producono prolungata veglia, vigilanza e consapevolezza e che, se alterate, possono produrre fughe, stati di trance o altri stati simili (tale codice fa parte della categoria b110 funzioni della coscienza).
- b1102 QUALITÀ DELLA COSCIENZA: funzioni mentali che se alterate provocano cambiamenti nel carattere di vigilanza e consapevolezza, come stati alterati indotti da sostanze o delirio (tale codice fa parte della categoria b110 funzioni della coscienza).
- b11421 ORIENTAMENTO RISPETTO AGLI ALTRI: funzioni mentali che producono la consapevolezza dell'identità degli altri individui circostanti (tale codice fa parte della categoria b114 funzioni dell'orientamento).
- b1471 QUALITÀ DELLE FUNZIONI PSICOMOTORIE: funzioni mentali che producono comportamento non verbale nella giusta sequenza e tipo delle sue sottocomponenti, come la coordinazione di mano e occhio o l'andatura (tale codice fa parte della categoria b147 funzioni psicomotorie).
- b1520 APPROPRIATEZZA DELL'EMOZIONE: funzioni mentali che producono congruenza di sensazione o sentimento con la situazione, come felicità nel ricevere buone notizie (tale codice fa parte della categoria b152: funzioni emozionali).
- d2101 INTRAPRENDERE UN COMPITO COMPLESSO: predisporre, dare inizio e stabilire il tempo e lo spazio richiesti per un solo compito complesso; eseguire un compito complesso con più componenti, che possono essere svolte

in sequenza o simultaneamente, come preparare uno spazio per il gioco, utilizzare vari giocattoli in un gioco di finzione, disporre i mobili della propria stanza o fare un compito per scuola (tale codice fa parte della categoria d210: intraprendere un compito singolo).

EUTONIA

- d710 INTERAZIONI INTERPERSONALI SEMPLICI: interagire con le persone in un modo contestualmente e socialmente adeguato, come nel mostrare considerazione e stima quando appropriato, o rispondere ai sentimenti degli altri.
- d6601 ASSISTERE AGLI ALTRI NEL MOVIMENTO: assistere i membri della famiglia e altri nei movimenti e nel muoversi all'esterno della casa, come nel vicinato o in città, nel percorso da casa a scuola, al posto di lavoro o ad altra destinazione (tale codice fa parte della categoria di d660 assistere gli altri).
- d6602 ASSISTERE AGLI ALTRI NELLA COMUNICAZIONE: assistere i membri della famiglia e altri nella comunicazione, come nell'aiutarli a parlare, scrivere o leggere (tale codice fa parte della categoria d660 assistere gli altri).
- d130 COPIARE: imitare e mimare come una componente basilare dell'apprendere, come copiare, ripetere un'espressione facciale, un gesto, un suono o lettere dell'alfabeto.
- d6603 ASSISTERE GLI ALTRI NELLE RELAZIONI INTERPERSONALI: assistere i membri della famiglia e altri nelle relazioni interpersonali, come nell'aiutarli a iniziare, mantenere o terminare relazioni (tale codice fa parte della categoria d660 assistere gli altri).

ESPRESSIONE

- b760 FUNZIONI DI CONTROLLO DEL MOVIMENTO VOLONTARIO: funzioni associate al controllo e alla coordinazione dei movimenti volontari (tale categoria comprende: b7600 controllo dei movimenti volontari semplici, b7601 controllo dei movimenti volontari complessi, b7602 coordinazione di movimenti volontari, b7603 funzioni di sostegno del braccio e della gamba, b7608 funzioni di controllo del movimento volontario, altro specificato, b7609 funzioni di

controllo del movimento, non specificato).

- d3150 COMUNICARE CON-RICEVERE-GESTI DEL CORPO: comprendere il significato trasmesso da espressioni facciali, movimenti o segni delle mani, posture del corpo e altre forme di linguaggio del corpo.
- d3350 PRODURRE GESTI CON IL CORPO: comunicare messaggi tramite movimenti intenzionali del corpo, quali la mimica facciale (ad es. sorridere, aggrottare la fronte, trasalire), con movimenti del braccio e della mano e con posture (ad es. abbracciare per dimostrare affetto o richiamare l'attenzione per ricevere considerazione oppure un oggetto) (tale codice fa parte della categoria d335 produrre messaggi non verbali).
- b1800 ESPERIENZA DEL SÉ: funzioni mentali specifiche dell'essere consapevole della propria identità e della propria posizione nella realtà dell'ambiente attorno a sé (tale codice fa parte della categoria b180 funzioni dell'esperienza del sé e del tempo).

ALLEGATO 4

Percentuali finali associate ai codici ICF-CY

CODICE ICF-CY	PERCENTUALE FINALE (media aritmetica dei valori percentuali ottenuti per ogni incontro)
Gamma di emozioni (b1522)	100%
Interazioni interpersonali complesse (d720)	100%
Funzioni del pensiero (b160)	76,5%
Funzioni della fluidità e del ritmo dell'eloquio (b330)	58,5%
Condivisione dell'attenzione (b1403)	75,5%
Livello di energia (b1300)	66,5%
Livello di attività (b1252)	79,5%
Motivazione (b1301)	70,2%
Propositività (b1255)	62,1%
Prendere decisioni (d177)	100%
Funzioni psicomotorie (b147)	75,5%
Controllo psicomotorio (b1470)	64,5%
Resistenza (b1144)	85,7%
Ripetere (d135)	95,4%
Funzioni della mobilità dell'articolazione (b710)	68%
Prevedibilità (b1253)	98,5%
Stabilità psichica (b1263)	97,1%
Interagire secondo le regole sociali (d7203)	98,2%
Focalizzare l'attenzione (d160)	79,2%
Dirigere l'attenzione (d161)	67,8%
Insight (b1644)	86,7%
Comunicare con-ricevere -gesti del corpo (d3150)	79,5%
Produrre gesti con il corpo (d3350)	75,5%
Funzioni dell'esperienza del sé e del tempo (b180)	85%
Qualità delle funzioni psicomotorie (b1471)	65,7%
Spostare il baricentro del corpo (d4106)	97,1%
Estroversione (b1260)	54,8%
Gestire la tensione e altre richieste di tipo psicologico (d460)	100%
Orientamento rispetto a sé (b11420)	88,8%
Gestire la tensione e altre richieste di tipo	100%

psicologico (d240)	
Mantenere la distanza sociale (d7204)	100%
Apertura all'esperienza (1264)	66,4%
Cambiare la posizione corporea di base (d410)	97,1%
Relazioni sociali informali (d750)	98,5%
Adattabilità (b1250)	100%
Gioialità (b1261)	83,2%
Ottimismo (b1265)	83,1%
Regolare i comportamenti nelle interazioni (d7202)	100%
Responsività (b1251)	91,4%
Fiducia (b1266)	49,5%
Guardare (d110)	73,1%
Cambiare posizione corporea di base (d410)	97,1%
Raggiungere allungando il braccio (d4452)	90%
Spostamento dell'attenzione (b1401)	74,1%
Interazioni interpersonali complesse (d720)	98,2%
Manipolare (d4402)	89%
Funzioni della fluidità e del ritmo dell'eloquio (b3300)	58,5%
Continuità della coscienza (b1101)	84,2%
Orientamento rispetto agli altri (b11421)	95,4%
Qualità delle funzioni psicomotorie (b1471)	67,5%
Appropriatezza dell'emozione (b1520)	95,4%
Intraprendere un compito complesso (d2101)	78%
Interazioni interpersonali semplici (d710)	96,5%
Copiare (d130)	89%
Funzioni di controllo del movimento volontario (b760)	77%
Comunicare con-ricevere-gesti del corpo (d3150)	74,7%
Produrre gesti con il corpo (d3350)	95,4%
Esperienza del sé (b1800)	95,4%

ALLEGATO 5

Vivencia di parola: dialoghi significativi e con valore inclusivo emersi durante gli incontri

Primo incontro

FACILITATORE : *Non so quanti anni era che non mi sentivo così eccitato [...] è una nuova primavera, ne avevo bisogno. Sono altrettanto contento perchè non coinvolge solo me, io sono cresciuto in mezzo alla gente che è stata come una seconda famiglia per me e in questi ultimi anni la gente siete spesso voi. Sto bene dentro qua, ma è un bene che non voglio sia falso, buonista, ma un bene sentito che tocchi, che abbracci, che guardi e la Biodanza è per me l'unico spazio così completo.[...] Son anche molto contento e sento la primavera perchè vi ho fatto voce di questa ricerca che iniziamo con l'Università di Padova e il Centro Gaja che vuole cercare di mettere in evidenza perchè stiamo bene quando facciamo Biodanza, cosa accade quando facciamo Biodanza. [...]* Lo penso da anni che non è magia quello che accade, è una cosa vera ma è difficile spiegare perchè uno è felice. Alle volte rovina anche un po' il piacere dell'abbraccio, della felicità, però è importante che troviamo un modo per spiegare, perchè altri facciano Biodanza perchè altri possano anche al di là della Biodanza capire il potere di stare con le persone. Biodanza è un esempio forte di questo. [...] Io sto battendo da anni per dire che bisogna cambiare il sistema psichiatrico e non parlo solo di medici, ma ci siamo dentro tutti, che deve smettere di chiudere, mettere i cancelli. Questa ricerca vuole mettere in evidenza cosa accade di bello qui dentro, vuol mettere in evidenza perchè ci abbracciamo, perchè siamo felici, perchè ci sorridiamo, perchè ci diamo i baci [...].

FACILITATORE: *“Ognuno di noi è facilitatore del gruppo, ognuno è parte importante [...]. Se Biodanza esiste è perchè c'è ognuno (e dice i nomi dei componenti del gruppo) perchè senza di noi non ci sarebbe. Sono felice e ringrazio ognuno di noi di essere qua, da quindici anni.”*

INTERVENTO 1: *“Io vi dico che vi ringrazio per questo progetto e spero di mettercela tutta per fare il mio meglio.”*

INTERVENTO 2: *“Sono contenta di essere qua anche quest'anno perchè ritrovo i miei amici e trovo la mia compagnia”.*

INTERVENTO 3: *“Il tempo è volato in fretta quest'estate, oltre ad una famiglia di sangue ho voi, una famiglia affettiva.”*

Secondo incontro

FACILITATORE: *“Oggi lavoreremo sull'integrazione. Prima di iniziare l'avventura dei cinque elementi è bene che il gruppo si integri; integrazione vuol dire anche vederci e vedere gli altri. Perchè se vogliamo aprirci dobbiamo anche vedere gli altri, perchè loro ci consentono anche di vederci e noi consentiamo loro di vedersi. Questo può avvenire solo con l'apertura di ognuno di noi e solo aprendoci ci possiamo dare la possibilità di esprimere vitalità, bellezza, apertura.”*

FACILITATORE: *“Due cose: una l'entusiasmo, due la tecnica. Le due devono andare a braccetto su tutto. L'entusiasmo è la benzina, lo scoppio che fa partire e ci deve essere. Se c'è entusiasmo la partenza è forte ed importante, quello scoppio ci fa andare avanti per un po'. [...] Un entusiasmo, ma con i piedi per terra, ma ci vuole. [...] Tra le tante cose importanti c'è anche la salute che dobbiamo cercare di sostenere. [...] È fondamentale che la prendiamo in mano questa salute. La tecnica, [...] Biodanza è una bellissima esperienza, un modo per stare insieme ma è anche fatta di tecnica e di metodi e come tutte le cose se cerchiamo di seguire questi metodi si riescono a raggiungere questi risultati. Vi invito a seguire sempre di più queste indicazioni perchè la nostra felicità, che vuol dire salute, nostra specifica, potrebbe avere ancora più beneficio, perchè siamo un corso avanzato. All'inizio l'importante è venire, avere la forza di venire, la voglia di prendere per mano qualcuno, stiamoci dentro quello che (il facilitatore) dice.”*

INTERVENTO 1: *“Non vedevo l'ora di fare Biodanza, speriamo che prosegua anche il prossimo anno perchè qui si sta bene, si trova affetto, si prova gioia, insomma è una bella famiglia.”*

INTERVENTO 2: *“Prima avevo un po' di ansie [...] ma le cose le fai [...] altrimenti la tua paura diventa una montagna e le cose piccole sembrano grandi, le percepisci come grandi e sono difficili da superare. A parte questo vengo qua sempre con l'entusiasmo di ballare insieme a tutti, di divertirsi e fare cose buone”.*

INTERVENTO 3: *“Mi trovo male senza vederci e sentirci [...] sento la mancanza di quelli che non ci sono”.*

FACILITATORE: *“L'importante è l'emozione [...] ed è bello emozionarsi, le emozioni sono contagiose. Entusiasmarsi è importante, basta uno che si entusiasmi per contagiare gli altri.” [...] Appoggiare i piedi significa essere in questo mondo, assumere la coscienza di essere nella vita. [...] Non muoverti come me, ma fallo come senti tu. Non pretendo l'esecuzione massima, ognuno è diverso e unico per natura. [...] Quello che riusciamo ad avere qua dentro dobbiamo cercare di portarlo anche fuori, anche se è solo un tocco a una spalla di una persona, ma magari è una cosa che prima non facevi”*

Terzo incontro

FACILITATORE: *“Grazie a tutti di essere qua” [...] Sono contento che siamo ancora una volta qua tutti insieme a danzare. Oggi inizieremo con i cinque elementi che sono: terra, aria fuoco, acqua e l'amore che è importante; io penso che è alla base di tutto perchè la terra senza amore è una terra arida, l'acqua senza amore è stagnante, il fuoco senza amore si spegne e l'aria diventa pesante e afosa. E oggi inizieremo con la terra che ci da stabilità, nutrimento, autostima che è importante per il nostro stare bene. La terra alla fine siamo noi, con la nostra unicità, con il nostro desiderio di stare bene quindi danzeremo per qualche incontro la terra.”*

INTERVENTO 1: [...] *“qui mi trovo bene, trovo un angolo di serenità; uno dei pochi angoli di serenità che riesco a trovare.”*

INTERVENTO 2: [...] *“questa mattina non avevo voglia di alzarmi, è suonata la*

sveglia alle sei e mi sono alzato alle sette e mezza. Arrivate le sette e mezza ho detto bisogna che mi alzi, devo fare la doccia, lavarmi, prepararmi per la Biodanza se no cosa faccio a casa? Niente. La forza della Biodanza mi ha convinto ad alzarmi dal letto”.

INTERVENTO 3: [...] *“a mi me piase la Biodanza della terra vera e propria” [...] Vui sentire la terra sotto i piedi. Na Biodanza, go bisogno de ridere, no dormire, de strigliarme, de non pensare a nessuna cosa [...]. Voglio ndar a casa e stare bene, mi qua me sento capia ma quando torno a casa mia le robe le è sempre come prima. [...] Se potesse buttar via tutte le cose ghe daria en calcio a tutte le cose brutte. Spero che la Biodanza invece la me porte cose belle, la gioia. Auguro buona Biodanza a tutti.”*

FACILITATORE: [...] *“è buono stare radicati a terra e nutrirci attraverso la nostra unicità, perchè noi siamo a terra e è importante nutrirci con quello che siamo fatti, ognuno diverso dagli altri. [...] Non serve buttare tutto ma cambiare punto di vista [...] lasciare fluire le cose. [...] Facciamo Biodanza per renderci conto che non siamo soli; tutti noi veniamo in questo cerchio perchè ci fa stare bene, questa è la grande forza, l'amore che ci fa stare bene.”*

Quarto incontro

FACILITATORE: “[...] *Anche io sono contento del gruppo, delle persone nuove che arrivano. Sono contento perchè so quanto ognuno di noi amplifichi l'energia del gruppo sempre, per il semplice fatto di esserci, poi se addirittura danziamo. Quindi è una sincera felicità[...]. La terra c'è dappertutto [...] ed è un'unica cosa la terra e quando si parla e si danza la terra si parla della stessa cosa, di un'unica cosa [...] e a me piacerebbe che la Biodanza la vivessimo anche fuori, che quel che ci piace della Biodanza, che spesso è l'abbraccio, spesso è il bacio, è il guardare una persona e sentirsi guardato, amato, voluto bene, noi riuscissimo a portarlo fuori e viverlo anche fuori. Se no non funziona o meglio funziona qui dentro ma appena usciamo, se addirittura torniamo in brutte case o in brutte situazioni dove non c'è la stessa felicità, l'effetto della Biodanza non solo svanisce ma diventa come un boomerang negativo;*

tanto siamo stati bene qua, tanto ci accorgiamo di stare male da un'altra parte. [...] Bisogna che troviamo un modo perchè la felicità continui. [...] Vi invito a riflettere a come dare continuità a questo benessere.”

INTERVENTO 1: *“Mi piace venire qua e al “Davide”, mi sento capita e voluta bene e i problemi i ga da andare come che i va. Vi auguro buona Biodanza [...]. Mi voglio danzare la terra, come el me amico qua, mi voglio proprio tirar fuori tutte le cose e darghe en calcio.”*

INTERVENTO 2: *“L'altra volta mi è piaciuto di più quando ci siamo rotolati per terra e te hai detto bisogna ritornare bambini[...]. Ogni tanto bisogna diventare bambini, ricordare di quando eravamo bambini, senza pensare cosa succede se lo faccio, cosa succede se non lo faccio, bisogna lanciarsi nel mondo.”*

INTERVENTO 3: *“Eppure con tutti i limiti fisici sento molto la danza in profondità, forse perchè mi manca. Ho fatto delle esperienze di danza, addirittura la sento in profondità e la musica è quello che addirittura mi stordisce, ma si traduce in gioia”.*

INTERVENTO 4: *“Sono felice di danzare con voi, con la musica, l'armonia che si crea [...]. Aspetto giovedì con gioia.”*

INTERVENTO 5: *“Sono molto felice, vedo una bellissima cosa, che siamo in tanti.”*

FACILITATORE: *“La terra siamo noi e la terra ci serve per l'autostima, per la stabilità, per la concretezza, è la base dell'essere umano.” [...] Non è possibile pensare che siamo scollegati, e la magnificenza di Biodanza credo sia proprio questa. Trovarsi in un cerchio di Biodanza ci fa sentire proprio questo, noi siamo tutti collegati. Tutti diversi [...] però tutti siamo fondamentali e indispensabili e questo lo dobbiamo portare fuori. Non teniamo Biodanza in questo posto, questo posto è magnifico, è un luogo protetto. Siamo qua, sappiamo tutti cos'è la Biodanza, quindi esprimiamo quello che abbiamo da dire, l'emozione, la felicità, la vitalità. [...] Abbracciare una persona,*

essere gentile, dire una parola dolce fuori di qua, ci fa sentire magnifici[...] e anche l'altra persona vedrà la magnificenza.”

Quinto incontro

FACILITATORE: *“Buongiorno a tutti e ben ritrovati [...] sono emozionato e sono orgoglioso di far parte di questo gruppo”*

INTERVENTO 1: *“Qui si sta in compagnia, noi qua ci facciamo compagnia perchè la vita è dura”*

FACILITATORE: *“Ognuno di noi è un universo, con la sua diversità, universo vuol dire completo di tutto; abbiamo la necessità di essere collegati uno all'altro. [...] Continuiamo con la terra, questa terra che ci dice di vivere qui e ora, di essere presenti nella vita ora, domani dovrà venire e non sappiamo com'è, intento viviamo oggi. Ieri lo lasciamo, è già andato e non lo cambieremo, possiamo modificare noi stessi, quello che non è andato lo buttiamo via, quello che è prezioso per noi lo teniamo e viviamo ora”*

FACILITATORE: *“[...] La Biodanza per me è stata una realtà importante, tipo l'edera si è diramata dentro di me in un momento molto difficile. Per me è stato un percorso, come credo per molti di voi, che mi è arrivato e che poi ho scelto e ho mi ha condizionato molto [...]. Mi ha portato a capire che volevo sceglierlo, volevo scegliere di essere veramente felice, volevo scegliere di più la mia vita, con la necessità di fare scelte felici. [...] Sono estremamente convinto che noi qui dentro e fuori al Davide Golia, siamo su una nuova linea di partenza per quanto riguarda lo stare bene, non la malattia mentale [...] Voglio il più possibile che questa salute la gestiamo su tutto, sul mangiare, sulle medicine [...] Prendiamo la forza per fare scelte significative, diciamo questo si questo no”.*

INTERVENTO 2: *“Io sono qua e sono felice della Biodanza, perchè vengo qua e in questo posto mi sento molto felice”*

INTERVENTO 3: *“Son contento di avervi sentito tutti, anche i responsabili, son sempre contento di venire qua perchè c'è un gruppo, ci scambiamo cose buone ecco [...] speriamo di riuscirle a portare anche al di fuori”*

Sesto incontro

FACILITATORE: *“Oggi iniziamo con un elemento che mi fa impazzire che è il fuoco. Abbiamo lavorato per quattro incontri con la terra, che ci da stabilità forza, concretezza. Ma la vita ha bisogno anche di impeto, perchè non sia un'azione molle ma determinata e concreta per far sì di andare nella vita come è giusto che sia. Nel senso che possiamo darci la possibilità di vivere e di andare avanti assumendo quello che è il nostro sentire perchè molte volte ci perdiamo nel pensiero. Non agiamo perchè pensiamo troppo. [...] Viviamo di più. È un elemento che a volte ci crea tensione, paura perchè agire è anche mettersi in gioco nello sconosciuto, ed è un elemento che cerchiamo molto di controllare perchè abbiamo paura di entrare dentro nello sconosciuto, ma è un elemento che trasforma. Pensiamo al fuoco che distrugge, e non è male, distrugge gli schemi. [...] Un elemento forte perchè da la possibilità di provare, di vedere quello che c'è oltre, di trasformare. Per me questo gruppo rappresenta il fuoco, perchè è uno stimolo per provare, osare.”*

INTERVENTO 1: *“Sono contento di essere qua, perchè quando sono qua dimentico i mie problemi e i miei mali. Perchè come ho detto in un intervista, prima della Biodanza prendevo un sacco di medicine, facendo Biodanza le ho eliminate tutte, ne prendo una sola. Quindi evviva la Biodanza, buona Biodanza a tutti!”*

INTERVENTO 2: *“Volevo dire che dopo tanti anni di lavoro mi trovo in pensione, la vita può essere cattiva, mille sfaccettature di cattiva, ma può anche sorprendere. Io ho trovato questa situazione, la musica diventa realtà, diventa danza ; dopo quarant'anni di lavoro che sei indifferente a tutto, non sei né contento, né scontento mi sorprende che ci sia un posto dove sono veramente sereno e vivo. Mi sorprendo ogni volta che vengo qua di essere contento.”*

FACILITATORE: “[...] la mia medicina più forte è costituita da persone importanti. Molte volte quando sento dolori poi capisco che son legati a problemi di comunicazione, di relazione, a delle mancanze, dei desideri non soddisfatti. [...] Quindi un invito che faccio a tutti, oltre che a me stesso, a stare nel principio delle relazioni che curano.” Dopo aver detto ciò si rivolge ad ognuno dei partecipanti singolarmente, mettendone in evidenza i progressi e le qualità che ammira di più in ciascuno. “Continuare a essere nella Biodanza sempre e portarla cneh fuori nelle piccole cose. L'invito è a essere Biodanzanti anche fuori”.

INTERVENTO 3: “Mi piace essere tanto amici, la cosa più bella è divertirsi con il ballo, la musica e gli sguardi”.

FACILITATORE: “Coraggio di stare nella vita, perchè il protagonismo della vita siamo noi stessi e non possiamo essere spettatori”.

Settimo incontro

FACILITATORE: “Benvenuti a tutti in questo cerchio [...]. Danzare il fuoco è lasciarsi andare, senza pensare [...] Se danziamo pensando non è danzare il fuoco. È quando ci lasciamo andare che scopriamo la forza che abbiamo dentro; dobbiamo abbattere quei limiti che abbiamo dentro. Il fuoco ha bisogno di autoregolazione, introspezione e azione. Stare con sé e agire. Dobbiamo lasciarci andare ma anche proteggerci, regolarci nel sentirci. [...] Dobbiamo prima di tutto crederci.”

INTERVENTO 1: “Son contenta di essere qua, mi interessa danzare il fuoco nel senso buttar via tutte le cose che non vanno bene e aprirme.”

INTERVENTO 2: “Io son curioso di fare la danza del fuoco, ma vorrei anche un piccolo momento di coccole, carezze, affettività.”

INTERVENTO 3: “Son contento di scoprire cose nuove di me stesso qua, di essere consapevole [...]”

INTERVENTO 4: *“Quando son qua trovo calore e vivacità, quando esco quest'empatia penso di darla nella vita di relazione. C'è quest'empatia che , vivacità che abbiamo che viene fuori anche nel quotidiano, ma c'è e sto cercando di tirarla fuori.”*

FACILITATORE: *“Dare un abbraccio, dare una carezza, dare una carezza con una parola [...] possono solo fare bene a noi e agli altri. [...] Ognuno deve vedere la Biodanza come una festa.”*

FACILITATORE: *“Biodanza è una cosa sacra, perchè sacralizziamo la vita e la vita è sacra. È una festa e quando andiamo ad una festa ci mettiamo in ghingheri, veniamo con un amimo e un atteggiamento e una presenza pulita, perchè staimo andando a una festa, alla festa della vita. La festa della nostra vita.”*

CONCLUSIONE

L'elaborato è stato sviluppato partendo da una questione iniziale con la quale si è cercato di comprendere in che modo fosse possibile promuovere il ben-essere per la persona in condizione di disabilità. Dopo aver riflettuto sui cambiamenti culturali legati al fatto di proporre la felicità come uno degli obiettivi centrali che devono essere promossi nell'educazione, si è approfondita la pratica della Biodanza per cercare di comprendere se tale proposta educativa fosse funzionale al raggiungimento del benessere globale della persona con disabilità. In particolare per interpretare tale realtà sono state osservate alcune videoregistrazioni realizzate durante alcuni incontri di Biodanza del gruppo "Davide e Golia" di Vicenza e da un'attenta analisi dei comportamenti, effettuata tramite la classificazione ICF e dalla valutazione dei dialoghi dei partecipanti, sono emersi una serie di aspetti positivi che rendono il sistema Biodanza una possibile e concreta proposta in vista del ben-essere soggettivo e sociale della persona con disabilità. Si è rilevato come la Biodanza rappresenti per i partecipanti un momento di gioia, di serenità, poiché si viene a creare un contesto all'interno del quale ciascuno si sente considerato e valorizzato, in cui ognuno può esprimersi, emozionarsi, muoversi liberamente, acquisendo così piena consapevolezza di sé; inoltre durante tali incontri le persone con disabilità sviluppano relazioni con gli altri e si viene a costituire in questo modo una realtà di gruppo, considerata da molti dei partecipanti come una seconda famiglia. L'indagine che è stata condotta, dovrebbe essere approfondita per permetterne una generalizzazione dei risultati ad altri contesti, tuttavia già grazie alle informazioni raccolte si può concepire il sistema Biodanza come un ambiente inclusivo, poiché pone attenzione alla qualità della presenza di ogni soggetto in tale realtà. Questo ci dimostra come debbano essere messi in atto interventi educativi che coinvolgano la piena partecipazione della persona con disabilità, poiché promuovere un'educazione che concepisca il ben-essere come un obiettivo fondamentale significa porre al centro la persona nella sua globalità e specificità, non considerandola per la condizione di disabilità che si trova a vivere, ma riconoscendola come capace di autodeterminarsi e come soggetto responsabile in grado di scegliere la direzione che la propria vita deve assumere in vista del raggiungimento della propria personale felicità.

BIBLIOGRAFIA

- Bongiovanni P., *Biodanza: una proposta di riabilitazione per parkinsoniani e loro caregivers*, Terzo Forum internazionale di Biodanza sociale e clinica, Atti del convegno, Vicenza, 2012
- Canevaro Andrea, *L'integrazione scolastica degli alunni con disabilità*, Erikson, Gardolo (TN), 2007
- Canevaro Andrea, *Le logiche del confine e del sentiero. Una pedagogia dell'inclusione (per tutti, disabili inclusi)*, Erikson, 2006
- Canevaro Andrea, *Pedagogia speciale. La riduzione dell'handicap*, Bruno Mondadori, Milano, 1999
- Canevaro Andrea, *Ti accompagno dall'ambiente ai contesti*, 2001
- Coggi Cristina, Ricchiardi Paola, *Progettare la ricerca empirica in educazione*, Carocci Editore, Roma, 2005
- Garaudy Roger, *Danzare la vita*, Cittadella Editore, Assisi, 1973
- Gardner H., *Formae mentis*, Feltrinelli, Milano, 2010
- Ghedini Elisabetta, *Ben-essere disabili. Un approccio positivo all'inclusione*, Liguori Editore, Napoli, 2009
- Giannelli MT(2014), *Efficacia sulla salute di un corso annuale di Biodanza: studio empirico con 235 persone*, in *Psicologia della salute*, Franco Angeli, Milano, 2015
- Goldwurm G.F., *Qualità della vita e benessere psicologico*, McGraw-Hill, 2004
- Goldwurm G.F., *Apprendere la "felicità" per migliorare la qualità della vita*, in "Psicoterapia cognitivo e comportamentale" volume 1, n.3, UPSEL editore, 1995
- Gomez Paloma Filippo, *ICF e scuola. Dalla sinergia istituzionale al progetto di vita*, Erikson, Trento, 2013
- Ianes Dario, *Il piano educativo individualizzato. Progetto di vita*, Erikson, Gardolo (TN), 2003
- Ianes Dario, *La diagnosi funzionale secondo l'ICF. Il modello Oms, le aree e gli strumenti*, Erikson, Gardolo (TN), 2004
- Iavarone Maria Luisa, *Educare al benessere*, Bruno Mondadori, Milano 2008

Iavarone Maria Luisa, Iavarone Teresa, *Pedagogia del benessere. Per una professionalità educativa in ambito psico-socio-sanitario* Bruno Mondadori, Milano, 2008

Ingrosso Marco, *La promozione del benessere sociale: progetti e politiche nelle comunità locali*, Franco Angeli, Milano, 2006

Leonardi Matilde, *Salute, Disabilità, ICF e Politiche Sociosanitarie*, in Ferrucci F. *Sociologia e Politiche sociali*, Franco Angeli Editore, Milano, 2005

Leonardi Matilde, "Salute, disabilità, ICF e Politiche Sociosanitarie" in Ferrucci F., "Sociologia e politiche sociali. Disabilità e politiche sociali" Franco Angeli, Milano, 2005

Medeghini Roberto, *Disabilità e corso di vita. Traiettorie, appartenenze e processi di inclusione delle differenze*, Franco Angeli, Milano, 2006

Mortari L., *La pratica dell'aver cura*, Bruno Mondadori, Milano, 2006

Naccari A., *La mediazione corporea per un'educazione olistica. Simboli in movimento tra pedagogia e terapia*, Milano, Guerini Scientifica, 2012

OMS, *ICF-CY, Classificazione Internazionale del Funzionamento della Disabilità e della Salute, Versione per bambini e adolescenti*, Erikson, Gardolo (TN), 2001

OMS, *ICF, Classificazione Internazionale del Funzionamento della Disabilità e della Salute*, Erikson, Gardolo (TN), 2001

Paloma F., *ICF e Scuola*, Erikson, Gardolo (TN), 2013

Pavone Marisa, *Dall'esclusione all'inclusione*, Mondadori, Milano, 2010

Pento Giuliana, *Muoversi per...piacere*, Gorle (BG), Edizioni Junior, 2003

Sedran Daniela, *Il disabile persona e risorsa*, Morlacchi editore, Perugia, 2004

Toro Rolando, *Biodanza. Musica, movimento, comunicazione espressiva per lo sviluppo armonico della personalità*, red edizioni, Lavis (TN), 2013

Tramma Sergio, *L'educatore imperfetto. Senso e complessità del lavoro educativo* Carocci Editore, 2008

Trisciuzzi Leonardo, Fratini Carlo, Galanti Maria Antonella, *Manuale di pedagogia speciale*, Editori Laterza, Bari, 1999

SITOGRAFIA

<http://www.Biodanza.org/bionet.pdf>, ultima consultazione 05/09/2015

<http://www.centrogaja.it/>, ultima consultazione 03/09/2015

<http://www.consequor.it/>, ultima consultazione 06/08/2015

<http://www.who.int/en/>, ultima consultazione 10/08/2015

<http://www.biodanzaitalia.it/>, ultima consultazione 02/09/2015