

Il contributo del pallone in rieducazione psicomotoria

Esperienze con bambini affetti da disabilità psicofisiche

Massimo Medici
Psicomotricista

(articolo pubblicato su "L'Insegnante Specializzato" n° 2 – 1995)

Premessa

Una delle qualità del pallone di psicomotricità sta nel poter portare un bambino, un adulto; è questa la funzione primaria nella prospettiva di lavoro che ho intrapreso.

Portati..., tutti lo siamo stati: prima della nostra nascita per dei mesi; tenuto conto dell'imaturità della specie umana, anche nei primi anni di vita.

Ricordi..., passato..., memoria..., nostalgia..., presente, ancora e sempre ci sono voci che ci trasportano, una musica, una barca sull'acqua, un'altalena,.... il dondolio.

Tutto questo ce lo portiamo dentro, in un piccolo angolo restano ancora delle tracce, un registro che ci accompagna per tutta la vita.

Ritorna particolarmente conscio con un bisogno, nelle situazioni di vita difficile, nei momenti di timore, di regressione e proprio in questi momenti l'espressione "*lasciare andare*", vista in chiave psicosomatica è molto significativa .

Apporti scientifici al lavoro

Psicoanalisti e psichiatri hanno insistito sull'importanza del fenomeno dell'*holding* (parola inglese che significa contenere, tenere in braccio), nel processo di sviluppo del bambino; per alcuni è un bisogno necessario che influisce fisicamente sul fanciullo, è un sostegno alla crescita.

Nella situazione del *portare* si stabilisce una relazione a due, a livello di scambio corpo contro corpo; si instaura così un "*dialogo tonico*", fonte dell'esperienza e della relazione con l'altro, come afferma Ajuriaguerra.

Wallon prima di lui, sostenne che l'emozione è alla base del tono, è una delle prime

manifestazioni di relazione col mondo circostante. Nella situazione di contatto, sono implicati il tono, ma anche alcuni sensi: olfatto, senso termico,...la pelle; ed è proprio su quest'ultima che Anzieu ha sviluppato la sua importanza, parlando dell' *Io-Pelle* e delle sue nove funzioni, in particolare quelle di mantenimento e di contenimento.

L'esperienza

Il pallone di psicomotricità permette l'esperienza dell'essere portati. E' un vissuto particolare: lasciare il suolo, non avere più i piedi per terra, rendere solidale il proprio corpo a quello dello sferoide; ma salire sulla palla può portare, qualche volta, a forti timori, fino a diventare delle paure.

Alcuni bambini hanno bisogno di passare attraverso le braccia dell'adulto, di farsi tenere la mano (esclamazioni come: "tienimi" "non mi lasciare", sono frequenti), di verificare la sua prossimità, la presenza di un suo sguardo sicuro. Il bambino che non riesce assolutamente a salire a cavallo del pallone, non può che rimanere a terra, a fianco di esso, ma con la familiarizzazione accetta , attaccandosi all'operatore, scegliendo di scendere al primo movimento relativamente ampio che la palla compie. Altri non vivono che tutto questo con piacere, si lasciano cullare, portare: si allungano sulla superficie, il tono muscolare si riduce, si spostano nello spazio con la palla, alcuni si adattano ai differenti spostamenti che essa fa, senza perdere l'equilibrio. In questa esperienza, certi si siedono in diverse posizioni, sempre accompagnati, con un braccio sulla spalla o una testa che appoggia all'altra.

Alla fine della seduta lasciare il pallone è un passaggio delicato e lo psicomotricista deve scegliere il momento più adatto; è una separazione che talvolta si manifesta nel corso della terapia, con pianti, con un rifiuto; ma sono situazioni che vengono perse lungo la rieducazione, a condizione di passare attraverso un con-tatto con l'adulto.

Un giorno un bambino, ha potuto lasciare il "suo" pallone dopo avergli detto "tu sei brutto" ed è venuto a darmi la mano. Per molti superare questo momento è possibile grazie al progetto di proseguire la relazione in maniera meno diretta, per esempio facendolo rotolare per la sala, oppure vogliono vedere dove viene riposto. Dei bambini passano lunghi periodi salendo e scendendo, per poi rimontare sulla palla, qualche volta ricorrendo all'aiuto del terapeuta, mentre altre volte passano direttamente al contrasto: essere con/essere senza, essere qui/partire, fondersi/distinguersi, compiendo una vera esperienza di separazione.

Questa rieducazione attraverso l'uso della palla è una procedura che utilizzo spesso, in quanto porta alla sicurezza in maniera graduale, tramite un dondolio regolare e movimenti molto lenti, ai quali il corpo del soggetto risponde velocemente.. Gli ampi movimenti della sfera provocano oscillazioni di altro tipo, ma l'importanza sta nella velocità che deve adeguarsi al ritmo dell'allievo. In questa esperienza è presente la sensazione di venire sollevati, di essere trasportati. Quanto ai movimenti di rimbalzo, non vengono utilizzati in un lavoro di abbraccio, poiché si manifesterebbe un disequilibrio permanente, in cui la persona si ritroverebbe in una lotta continua per arrivare ad ottenere un certo equilibrio; è questo un movimento che invita alla rottura dell'equilibrio, presentando contrazioni muscolari improvvise; per sopportarla dovrebbero avere differenziato il pallone da sé, avere una certa identità nella relazione con l'altro ed avere l'intenzione di organizzarsi per spartire l'azione con lui.

E' interessante riportare, che in questo tipo di progetto educativo viene favorito il contatto: pelle contro la superficie della palla, in cui il peso del corpo favorisce una certa distensione (ciò manca particolarmente agli handicappati

motori), il tatto, l'aggrapparsi. Nei bambini che hanno timore del contatto corpo contro corpo è allora necessario un "oggetto intermediario" entro le due masse (un tappeto, un foglio di gommapiuma), a loro conosciuto, infatti per alcuni è avvertito il bisogno di porre una distanza tra loro ed il nuovo strumento rieducativo. Dall'esperienza con l'infanzia, nel corso di qualche mese, buona parte ha accettato di togliere gli oggetti intermediari e di arrivare al contatto diretto col pallone.

In questo lavoro viene chiesto inoltre, l'abbandono, la distensione, l'aumento dei movimenti minimi; dei soggetti arrivano a chiudere gli occhi, riposano, dormono. L'adulto gli è sempre accanto, tiene la palla, è sicuro e porta a questa condizione anche il bambino, utilizzando il suo sguardo, la sua voce, la sua mano su una gamba o posata sulla schiena, una mano tesa, favorendo così un momento di regressione e nello stesso tempo permettere il ritorno al lento processo di differenziazione, attraverso la verbalizzazione e durante uno stato attento da parte del soggetto, con l'espressione non verbale.

Se la regressione è possibile, non bisogna fissarsi in questa dimensione, essa non è che una situazione per superare una tappa di maturazione che può sembrare difficile al bambino e che ad un certo momento arriva ad influire nel processo di crescita psicofisica.

In una situazione di gruppo il fenomeno di relazione è allargato, poiché il pallone, tenuto a distanza diventa un punto di riferimento, è un interlocutore.

Le dimensioni

Quanto al volume della palla, i risultati migliori si hanno con quelle di grandi dimensioni, in cui è realizzato un vero lavoro di holding. Siccome in questa situazione il bambino ha alcune difficoltà nell'accedere al corpo del pallone, non sapendo controllarlo totalmente, la figura dell'adulto avrebbe un ruolo di preminenza, perciò nella scelta dello strumento è meglio rispettare il rapporto peso/dimensioni/forza.

Con palle piccole, questo lavoro è possibile, valutando il rapporto suddetto, cercando di

rispettare le singole esigenze del bambino, in quanto una palla a lui gradita può rassicurarlo ed aiutarlo a lasciarsi andare col corpo, aderendo così il più possibile alla superficie di essa.

Concludendo, visto che il lavoro ricerca una dimensione di holding, c'è bisogno di una leggera di sproporzione di taglia, affinché il fenomeno dell'*abbraccio* sia indotto.

Le posture

Durante le esperienze ho osservato differenti attitudini corporee, secondo la ricerca che il bambino faceva nel trovare il contatto col globo; questo avveniva seguendo le tappe della vita relazionale (dall'insicuro alla completa fusione).

La posizione in decubito ventrale è molto spesso la prima ricercata ed è quella ritrovata nel maggior numero di soggetti. In questa situazione le gambe cadono, per il loro stesso peso, lungo la superficie della sfera, si distendono. Una mano dell'adulto viene posta sulla schiena del bambino, un sorriso dopo un colpo d'occhio del soggetto permette di proseguire la seduta in un clima di piacere. Spesso le persone psicotiche ci offrono l'intera superficie della schiena, in tal modo arrivano ad accettare il primo tocco sul loro corpo da una mano amica, senza avvertire pericolo.

La posizione del decubito dorsale si ritrova più raramente. Il bambino si allunga sulla superficie della sfera, di norma cerca lo sguardo dell'operatore ed in questa situazione non fa caso all'ambiente che lo circonda.

Comunque, delle due posizioni è presente un maggior abbandono nel decubito ventrale, in cui le mani si aggrappano a quelle dell'adulto, in questa dimensione si sente bene; scivolando c'è spesso l'occasione per la ricerca delle braccia dell'operatore "vieni a tirarmi su!", un momento di riso quando cade nelle mie braccia. In questa posizione il bimbo apre e chiude gli occhi; secondo me viene assicurata la massima distensione, perché non c'è più il controllo visivo dell'ambiente, (se lo vuole) è solo lui e la palla.

Si possono trovare altre attitudini, ma in minor misura: seduto con la testa verso la

palla, seduti sulla palla rivolti contro una persona, di fianco, in ginocchio.

Durante la seduta viene favorita una esplorazione inconscia dell'insieme del corpo, poiché le varie parti che lo compongono vengono sollecitate con stimolazioni cinestesico-tattili, spesso deficitarie nei casi di handicaps psicofisici. Le persone con patologie meno gravi ricercano delle stimolazioni cinestesico-vestibolari più forti, quindi moltiplicano la varietà delle posizioni. Il bambino si appoggia all'estremità della palla,, tiene spesso la mano stretta, aggrappata, la testa è appoggiata a lei ed abbandona l'intera metà del viso, la preme contro di essa, si volta, crea così una globalità del corpo, un tutto, attraverso una Gestalt,...si fa portare.

Al di là del trasporto fisico sulla palla, che prende il posto di un sostituto, di un intermediario, ho potuto osservare, col tempo, situazioni di holding anche tra bambini.

La palla come simbolo

Ma il pallone è anche investito da un simbolismo. E' portatore di un messaggio celato che va ad imbracarsi col fenomeno del trasporto fisico. I simboli servono a provocare inevitabilmente dei fantasmi; brevemente ne cito alcuni che non sviluppo volutamente: ricchezza, sapere, sessualità, giustizia, potere magico, portatore di sentimenti.

Questo tipo di rieducazione psicomotoria ritengo possa essere indicata per le persone che hanno un problema di presa di coscienza del proprio corpo nella sua globalità, nelle psicosi, in particolare quelle dove non è presente indifferenziazione; nei bambini ipercinetici; nelle carenze di stimoli; nelle tappe della vita dove si avverte fragilità.

BIBLIOGRAFIA

Anzieu: L'io-pelle, Borla, Roma

Welch: L'abbraccio che contiene, RED, Como

Pesci: Psico-con-tatto, Omega, Torino