

Il corpo operativo e adattivo in situazione

Mauro Bonali

	<h2>Narrare i gruppi</h2> <p><i>Etnografia dell'interazione quotidiana, prospettive cliniche e sociali, design – Note, giugno 2023</i></p> <p>ISSN: 2281-8960</p>
---	---

Rivista semestrale pubblicata on-line dal 2006 - website: www.narrareigruppi.it

Titolo completo dell'articolo	
Il corpo operativo e adattivo in situazione	
Autore	Ente di appartenenza
Mauro Bonali	<i>Università Cattolica del Sacro Cuore di Milano</i>
Pagine 49-53	Pubblicato on-line il 20 giugno 2023
Cita così l'articolo	
Bonali, M. (2023). Il corpo operativo e adattivo in situazione. In <i>Narrare i gruppi</i> , Note giugno 2023, pp. 49-53 - website: www.narrareigruppi.it	

IMPORTANTE PER IL MESSAGGIO CHE CONTIENE.

Questo articolo può essere utilizzato solo per la ricerca, l'insegnamento e lo studio privato. Qualsiasi riproduzione sostanziale o sistematica, o la distribuzione a pagamento, in qualsiasi forma, è espressamente vietata. L'editore non è responsabile per qualsiasi perdita, pretese, procedure, richiesta di costi o danni derivante da qualsiasi causa, direttamente o indirettamente in relazione all'uso di questo materiale.

note

Il corpo operativo e adattivo in situazione

Mauro Bonali

1. *Premessa*

Ci sono eventi, processi e trasformazioni, decisamente inarrestabili. Mi riferisco in particolare all'attuale *'tsunami'* tecnologico che incombe sempre di più ogni giorno. Non possiamo sottrarci al suo incalzare ma nemmeno dobbiamo subirlo.

Tuttavia, non volendo opporci a tale fenomeno sarebbe opportuno valutarne oltre i vantaggi anche il prezzo che dobbiamo pagare per beneficiarne. Occorre per questo che gli enti competenti ne controllino lo sviluppo con *'attenzione bioetica'*. Nel contempo bisogna che ognuno sappia affrontare il cambiamento in atto con capacità di adattamento. Competenza tra l'altro che rappresenta un punto forte dell'educazione nell'*'ontogenesi'* e che ha caratterizzato la sopravvivenza dell'essere umano nella sua *'filogenesi'*.

2. *Tecnologia e agire corporeo*

Le nuove tecnologie fanno già parte della nostra vita quotidiana. Per le nuove generazioni non rappresentano un cambiamento, ma una realtà che incontrano venendo al mondo. Chi invece ha un vissuto precedente all'avvento del digitale si trova a riflettere sulla differenza tra il modo di vivere oggi e quello del recente passato. L'analisi della situazione attuale però non deve valutare solo gli indubbi vantaggi che offre la tecnologia. Determinante è capire quanto la nostra natura (corporea in particolare), venga ridotta o addirittura forzata nel suo potenziale dalle nuove opportunità strumentali. Il corpo è la nostra natura, è la manifestazione di tutte le nostre risorse e la verifica dei nostri comportamenti. Nella storia il corpo è stato considerato sotto aspetti diversi: dalla *ginnastica medica*

di Ling¹ al *metodo naturale di Hébert*², dall'*educazione fisica militare* allo *sport* in tutte le sue forme.

Anche oggi molte discipline e molte scienze si interessano al corpo. Proliferano attività: *fitness*, allenamenti in palestra, arti marziali, mantenimento della tonicità muscolare, gioco, *sport* e quant'altro. Ma aldilà dell'attività che viene richiesta al corpo occorre sempre sollecitarne la neurofunzionalità, il sistema che rende efficace il nostro agire. Le funzioni sono dei circuiti del sistema nervoso che attraverso popolazioni di neuroni specializzate e connesse tra loro, sono organizzati e finalizzati a scopi da raggiungere. Il corpo esprime il sé della persona nella relazione e nell'operatività proprio tramite un sistema nervoso con funzionamento attivo ed efficiente. Oggi è necessario ripensare il rapporto soggetto-ambiente spostando l'attenzione dal solo cognitivo al cognitivo-motorio. L'agire risponde pienamente alle caratteristiche dell'essere umano che per natura è dinamico, propenso all'azione, volto all'esplorazione dell'ambiente e di se stesso, con il bisogno di comprendere e fare scelte intelligenti. Questa visione globale, unitaria della persona, tra l'altro, induce una riprogettazione pedagogica e di conseguenza una diversa proposta educativa. Il cambiamento di ottica che noi auspichiamo attualmente è confermato dai recenti studi sperimentali delle neuroscienze.

Mentre questo uso intenso di tecnologia sta generando comunicazioni *online* da remoto che richiedono un agire ridotto e limitato, scaturito purtroppo da questo recente dramma che ci ha profondamente turbati. Siamo stati investiti da una devastante pandemia che ha rivoluzionato per qualche anno il nostro vivere quotidiano.

La tecnologia ha indubbiamente permesso di non fermarci, ma ha sostituito le 'presenze' reali con quelle virtuali, inibendo o annullando l'attività del corpo. Occorre riflettere, allora, sul fatto che l'indubbia facilitazione e diciamo pure la comodità hanno indotto a sostenere, anche al ritorno della normalità, i pregi dell'*on-line* e dimenticato o sottovalutato i vantaggi della 'presenza in situazione'.

2.1. Alcuni suggerimenti su come riprenderci la nostra corporeità

Possiamo considerare il corpo come unico tramite tra il mentale e il reale.

Quel corpo obbligatoriamente assente durante la pandemia ora va ripreso in tutto il suo potenziale. Ora se il corpo presente, attivo, viene ritenuto indispensabile all'apprendimento allora va educato, sollecitato e formato in quanto corpo

¹ Henrik P. Ling è stato un fisioterapista e insegnante di ginnastica svedese.

² Hébert G. è stato insegnante francese, specializzato in educazione fisica teorica e applicata.

funzionale, più che come corpo estetico da esibire. La scuola deve dare spazio e tempo alle attività corporee, così come lo *sport* in età evolutiva deve proporsi in termini educativo-funzionali. È il corpo che, attraverso l'azione, esprime gli aspetti partecipativi, emozionali, etici, cognitivi e cognitivo-motori.

La relazione adattiva e l'operatività prendono forma concretamente attraverso il corpo. È mediante il corpo che il bambino comprende l'ambiente e matura la conoscenza di sé. Il corpo rappresenta la vera unitarietà della persona e richiede per questo una connessione diretta, in presenza con l'ambiente.

Nel corso dell'ontogenesi, secondo natura, il bambino, infatti, vive prima la realtà e poi di conseguenza la possibilità di rappresentarla simbolicamente e virtualmente. L'essere umano ha seguito lo stesso processo nella filogenesi. Tuttavia, tra la persona e l'ambiente ci può essere sia unitarietà che dualismo. Quando nella modalità di relazione con il mondo esterno non prevale il vissuto cosciente si crea una integrazione totale e viviamo una indifferenziazione tra noi e le situazioni ambientali. Invece se vi è presa di coscienza appare il dualismo. Infatti se portiamo attenzione cosciente su un elemento ambientale contemporaneamente non possiamo portare attenzione cosciente sul nostro corpo e viceversa.

La neurofunzionalità è precablata nel senso che alla nascita la struttura è già programmata. Le aree costituite da popolazioni di neuroni sono pronte ad attivarsi seguendo un ordine di maturazione, ma poi successivamente saranno disponibili alle richieste situazionali. Se all'inizio prima incontriamo la realtà e poi la sappiamo rappresentare, in seguito possiamo rappresentarci la realtà anche senza averla incontrata. Questo è possibile ma rovescia la modalità procedurale naturale. Infatti possiamo disegnare le stelle senza averne una esperienza diretta, ma le disegniamo convenzionalmente con le punte; le stelle però non sono così. L'incontro a distanza con la realtà presume di aver già incontrato quella realtà per non averne una interpretazione distorta. In ogni caso sappiamo che si può vivere la realtà oppure rappresentarla simbolicamente e virtualmente. Funzioniamo così. È l'attivazione delle neuro-funzioni, quando siamo in relazione diretta con la realtà, che permette alla persona di adattarsi alle situazioni e apprendere. La presenza è il nostro *habitat* naturale.

Tra l'altro sembra che ci sia un alone non percepibile attorno al corpo, un'energia che invade l'ambiente, ma che solo in presenza viene trasmessa. La presenza è indispensabile al bambino per sperimentare concretamente il proprio funzionamento e per conoscere l'ambiente. Questo consente successivamente di astrarsi dalla realtà e immaginarla quando è necessario. L'astrazione dalla realtà (simbolica e virtuale) presume però l'aver vissuto la realtà.

3. *Alcune riflessioni conclusive*

Dopo queste considerazioni occorre però anche ammettere che si può apprendere sia in presenza sia in ‘assenza collegata’, ma solo nel primo caso è possibile variare la prossemica che ci permette di utilizzare al meglio lo spazio topologico nella relazione. Inoltre nelle nostre azioni possiamo notare uno sfondo posturale e un primo piano gestuale. In presenza la postura-gestualità viene comunicata e interpretata in modo più comprensibile e chiaro.

Un'altra osservazione sembra importante: il contatto diretto con l'ambiente non avviene solo con i soggetti e con gli oggetti, ma anche con il suolo. È una sensazione concreta di appartenenza al contesto in cui ci si trova. Si tratta di contiguità, di adiacenza spaziale. Un modo per sentire sé attraverso l'ambiente e l'ambiente attraverso di sé.

Insomma tutto sembra giustificare la presenza in situazione come momento indispensabile alla relazione, all'apprendimento, alla conoscenza. L'*on-line*, invece, prevede assenza corporea e mente attiva, e la relazione con l'ambiente così non appare completa. L'*on-line* può essere considerato una risorsa se non viene esasperato e se non alimenta pigrizia, inoperosità e incapacità ad esporsi socialmente. E non deve nemmeno essere utilizzato come facilitazione. Oggi in educazione si tende molto a facilitare l'apprendimento perché lo scopo venga agevolmente raggiunto.

Occorre però porsi la domanda: ma quanto è utile la facilitazione?

La facilitazione riduce ai minimi termini l'energia messa in gioco, la motivazione e la determinazione. Il *problem solving* invece sollecita meravigliosamente l'attività cerebrale. I corpi sono sempre stati caratterizzati dall'azione. Ora occorre, quindi, concentrarci sulla loro neuro-funzionalità.

In definitiva, occorre un'educazione all'autogestione del corpo. Ma essere direttamente in situazione non basta. Il vero problema è quando la presenza è apparente, insufficientemente attiva o passiva come purtroppo avviene nella scuola e per certi versi nello *sport* giovanile. Nella scuola purtroppo è frequente la presenza passiva di alunni e studenti. Il corpo non agisce e la mente subisce. Nello *sport* invece il corpo agisce, ma sovente la mente comunque subisce.

Per questo è necessaria una nuova interpretazione dell'unitarietà mente-corpo, della relazione soggetto-ambiente e di conseguenza un ripensamento pedagogico e una riorganizzazione della proposta operativa negli ambiti scolastico, sportivo e familiare.