

Teoria della Pratica Psicomotoria: i fondamenti della pratica



Francesca Storelli

Psicologa - Psicomotricista - Formatrice A.S.E.F.O.P.

francesca.storelli@gmail.com

LA PRATICA PSICOMOTORIA

La **Pratica Psicomotoria**, ideata da Aucouturier è un metodo che ha come obiettivo la maturazione psicologica del bambino attraverso la via motoria.

MATURAZIONE PSICOLOGICA: il processo che va dal piacere di muoversi, di giocare e di relazionarsi  al piacere di pensare.

E' il processo attraverso il quale il bambino sviluppa rappresentazioni mentali consce e inconsce sulla base delle sue azioni, sensazioni ed emozioni.

E' il processo attraverso il quale il bambino trasforma i suoi impulsi e accede al mondo simbolico per contenerli ed esprimerli.

E' il processo che permette al bambino di trasformarsi in un soggetto autonomo, con una propria identità, capace di pensare e desiderare.

Il percorso psicomotorio e le tre dimensioni della personalità

Le sedute di Pratica Psicomotoria costituiscono un percorso dinamico che accompagna il bambino nello sviluppo armonico delle tre dimensioni della personalità:

- ▶ la motricità
- ▶ l'affettività
- ▶ il pensiero



accompagna i processi di crescita e di sviluppo dell'identità;

Concetti alla base della Pratica Psicomotoria

Il gioco spontaneo

- ▶ La pratica psicomotoria si differenzia dall'attività motoria che si svolge a scuola, è basata sull'agire spontaneo del bambino, "contenuto" da un quadro di principi metodologici e pedagogici specifici (setting psicomotorio)
- ▶ Utilizza il gioco spontaneo, il movimento, l'azione e la rappresentazione perché è attraverso il piacere dell'azione che il bambino scopre e conquista il mondo, esprime le sue emozioni, la sua vita affettiva profonda e il suo mondo fantasmatico.
- ▶ Tramite il gioco spontaneo il bambino esprime la sua personalità e la sua fantasia nel creare, costruire, comunicare e pensare, sperimentando in prima persona azioni e relazioni.

Uno sguardo alla globalità

Sguardo consapevole della complessità, che mira alla globalità, ma che allo stesso tempo cerca di salvaguardare l'Individualità



Globalità si riferisce prima di tutto all'unità psicosomatica dell'essere umano.

In particolare nel bambino la sua globalità si manifesta attraverso le sue azioni che lo legano emozionalmente al mondo,

Quindi per globalità si intende la stretta unione tra la sua struttura somatica , affettiva e cognitiva.

«Bisogna considerare il bambino come un essere di globalità che «si dice» che si esprime senza mutilazioni portando i propri investimenti su tutti i parametri del suo ambiente. (...)

Nell'azione del bambino si articola tutta la sua affettività» Aucouturier

La centralità del corpo e delle dinamiche corporee nello sviluppo infantile

movimento, corpo e dialogo tonico come manifestazione e strumento della vita psichica

- ▶ Il corpo alla nascita è il solo mezzo di comunicazione con il mondo esterno e attraverso il Tono (il dialogo tonico con la madre) può essere contenuto e calmato. A questo primo livello il contenuto della comunicazione è di tipo emozionale e non richiede al bambino di avere coscienza di sé come soggetto.
- ▶ Il corporeo e la pelle, saranno ciò che unisce il bambino al mondo esterno e su questo man mano che la maturazione neurofisiologica, cognitiva e psichica si svilupperanno, nascerà il linguaggio verbale.
- ▶ Ne deriva una grande attenzione e importanza data dalla psicomotricità al corpo inteso come strumento di espressione, comunicazione, conoscenza, strutturazione della propria personalità.
- ▶ Le sensazioni provenienti del corpo a livello sensoriale e cinestesico, svolgono un ruolo determinante nella costruzione del sé infantile, contribuendo a delimitare i confini corporei attorno a cui si sviluppano i processi mentali

Niente può integrarsi realmente nell'essere che non passi prima attraverso la sua organizzazione tonico-emozionale (Rogers)

Importanza della relazione per la crescita affettiva e cognitiva della persona

Gli studi di Spitz sono stati i primi a dimostrare in maniera sistematica, quanto le interazioni sociali con altri esseri umani siano indispensabili e necessari ai bambini, studiò gli effetti della deprivazione di cure materne e la depressione anaclitica (depressione del neonato)

René Spitz (1887 – 1974) psicoanalista austriaco

Lo sviluppo infantile avviene per stadi:

- lo “stadio pre-oggettivo” (appena nato), nel bambino possiamo osservare sorrisi o attivazioni non connessi a stimolazioni esterne
- Lo “stadio dell’oggetto precursore” (3-5 mesi) il neonato sorride in maniera indifferente alla comparsa di un viso noto “sorriso indiscriminato”. In questo periodo si formano i legami sociali, per questo è considerato un periodo critico.
- Dai 6 mesi, il sorriso è rivolto verso visi conosciuti.

Nell’osservazione del bambino, Spitz ha concentrato la sua ricerca sui bambini che hanno sperimentato una separazione improvvisa e a lungo termine da chi si occupava di loro.

Lo studio di Spitz



Spitz nel suo studio ha seguito due gruppi di bambini:

1. Il primo gruppo di bambini sono stati allevati in orfanotrofio, dove non avevano contatti caldi d'amore, dove un singolo infermiere doveva occuparsi di sette bambini contemporaneamente.
 2. Il secondo gruppo di bambini erano cresciuti in una prigione dove si trovavano le loro madri. Le madri erano autorizzate a curare i loro bambini ogni giorno.
- ▶ All'età di **4 mesi**, lo stato di sviluppo dei due gruppi di bambini era simile; i bambini in orfanotrofio segnavano anche punteggi più alti in alcuni test.
 - ▶ Ad **1 anno**, le prestazioni intellettuali dei bambini cresciuti in orfanotrofio erano molto ritardate rispetto al secondo gruppo. I bambini dell'orfanotrofio erano anche meno curiosi, meno giocosi, e più soggetti a infezioni.
 - ▶ Durante il loro **secondo e terzo anno** di vita, i bambini cresciuti in carcere con le loro madri camminavano e parlavano, mostrando uno sviluppo paragonabile a quello di bambini cresciuti in normali famiglie.
 - ▶ Solo 2 dei bambini cresciuti in orfanotrofio a 26 mesi, riuscivano a camminare e dire alcune parole.

La depressione anaclitica

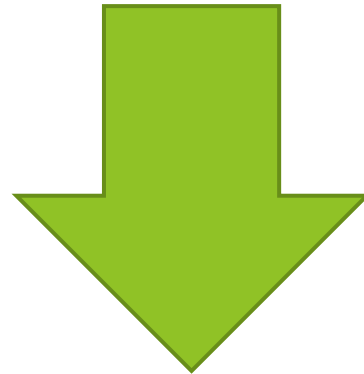
La Depressione Anaclitica era il termine da lui proposto per descrivere la reazione di un bambino alla separazione; dolore, rabbia e apatia dovuta alla deprivazione emotiva (la perdita di un oggetto amato).

- Primo mese: lamentele e richiami;
 - Secondo mese: pianto e perdita di peso;
 - Terzo mese: rifiuto del contatto fisico, insonnia, ritardo nello sviluppo motorio, assenza di mimica, perdita continua di peso;
 - Dopo il terzo mese: cessazione del pianto, stato letargico.
- Se il bambino si ricongiunge all'oggetto d'amore entro tre-cinque mesi, il recupero è rapido, ma dopo cinque mesi, il piccolo mostrerà una sintomatologia molto più grave. Gli studi di René Spitz sono stati i primi a dimostrare sistematicamente che le interazioni sociali con gli altri esseri umani **sono essenziali** per lo sviluppo dei bambini .

Il suo studio pionieristico ha aperto la strada a molti altri che hanno mostrato gli effetti catastrofici della deprivazione sensoriale e sociale nei periodi critici della prima infanzia e gli effetti sul successivo sviluppo dei bambini

► René Spitz afferma:

Questi sintomi scompariranno solo quando il bambino ritrova la madre o trova qualcuno che sia in grado di prendersi cura di lui.



Qualora non dovesse essere superato, questo trauma porta ad un ritardo nello sviluppo nella totalità dei soggetti osservati e ad un aumento del tasso di mortalità.

Architettura funzionale

L'ambiente e i genitori hanno un ruolo decisivo nello sviluppo infantile

- ▶ I bambini molto piccoli sono predisposti a prestare attenzione a specifici comportamenti del genitore (rispecchiamento e marcatura)
- ▶ I bambini sono inoltre predisposti a rispondere con particolari comportamenti agli stimoli sociali proposti dai genitori



La presenza nel genitore di una capacità intuitiva nel rispondere prontamente solo a certi stimoli che il lattante produce e da parte del bambino una sensibilità a determinati comportamenti genitoriali concorre alla creazione dell'architettura funzionale di ogni singolo bambino, che sostiene e stimola lo sviluppo del bambino in senso sociale.



Espressività psicomotoria

La maniera originale e privilegiata del bambino di essere al mondo, l'espressività psicomotoria riattualizza un vissuto antico, il cui senso può essere colto solo attraverso le molteplici, differenti variazioni della relazione tonico-emozionale con le persone, lo spazio e gli oggetti.

Partendo dalla sensomotricità, il bambino costruisce la sua personalità, fatto che si concretizza attraverso una maniera tonico-emozionale di essere al mondo.

Il gioco come attività attraverso la quale il bambino esplora, comprende ed elabora

Il gioco è un diritto inviolabile e insindacabile di ogni bambino, perché è un bisogno primario e biologico.

- ▶ Le attività ludiche, a cui i bambini si dedicano, si modificano di pari passo con il loro sviluppo intellettuale e psicologico.
- ▶ Il gioco favorisce la maturazione di aree cerebrali superiori grazie a fattori di crescita neuronale che vengono prodotti giocando e che favoriscono la proliferazione di connessioni tra neuroni
- ▶ Tutti gli animali, compreso l'uomo, giocano già in tenera età: esprimendo comportamenti innati, o imitando gli adulti, i cuccioli imparano le strategie del sopravvivere.

Giocare è una cosa seria

I cuccioli umani adorano giocare ed è un'attività che svolgono con estrema attenzione.

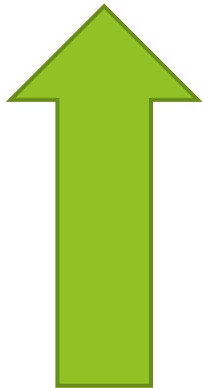
Attraverso il gioco, infatti, il bambino incomincia a comprendere come funzionano le cose: che cosa si può o non si può fare con determinati oggetti, si rende conto dell'esistenza di leggi del caso e di regole di comportamento che vanno rispettate. L'esperienza del gioco insegna al bambino ad essere perseverante e ad avere fiducia nelle proprie capacità; è un processo attraverso il quale diventa consapevole del proprio mondo interiore e di quello esteriore, incominciando ad accettare le legittime esigenze di queste sue due realtà.

Fattori che FAVORISCONO

SICUREZZA fisica e affettiva (basso livello di stress)



Impulso al gioco



Fattori che INIBISCONO Paura, rabbia, dolore, ansia da separazione,
fame, malattia

La Pratica Psicomotoria ha come obiettivo generale quello di aiutare il bambino a trovare le proprie risorse per affrontare al meglio la propria crescita.

Il bambino attraverso il gioco e la relazione con l'altro può rassicurarsi rispetto alle proprie paure e acquisire maggiore sicurezza in sé stesso e nella creativa relazione con il mondo circostante.

Obiettivi

- ▶ Favorire lo sviluppo della funzione simbolica attraverso il piacere di agire, giocare e creare
- ▶ Favorire lo sviluppo di processi di rassicurazione rispetto alle angosce, affinché il bambino possa prenderne le distanze e accettarle
- ▶ Permettere al bambino di vivere, strutturare e organizzare le sue emozioni attraverso lo sviluppo di processi di decentrazione tonico-emozionale indispensabile alla conquista dell'autonomia e alla maturazione dell'identità

1- Favorire lo sviluppo della funzione simbolica attraverso il piacere di agire, giocare e creare



Se volessimo descrivere in maniera molto semplificata il meccanismo della simbolizzazione potremmo dire che si tratta di un dispositivo della mente che le permette di mettere qualcosa al posto di qualcos'altro

Il gioco è l'attività umana spontanea destinata più di qualsiasi altra ad allenare questo particolare funzionamento del pensiero, che ha le sue radici negli strati più profondi e antichi del nostro cervello, preposti anche al sistema emozionale.

Da Piaget in poi si è scoperto come la conoscenza del bambino si basi principalmente sull'interazione pratica con gli oggetti.

La comparsa della funzione simbolica ha inizio intorno ai 18/24 mesi, quando il bambino diviene in grado di creare delle rappresentazioni mentali ed è in grado di esibire un comportamento definito "imitazione differita"

2- Favorire lo sviluppo di processi di rassicurazione rispetto alle angosce, affinché il bambino possa prenderne le distanze e accettarle

Winnicott ha preso in esame il periodo fra i 6 e gli 8 mesi ed ha sottolineato come gli avvenimenti affettivi dolorosi, vissuti dal lattante sottoforma di tensioni corporee dovute: alla fame, alla sete, al freddo, a manipolazioni brusche o ad un sostegno insufficiente del corpo, vengono vissute come delle minacce alla propria sopravvivenza e lasciano delle tracce (memorie implicite) che non avendo a disposizione un luogo psichico perché non c'è ancora un'organizzazione psichica, sono all'origine di quelle che vengono definite le angosce arcaiche di perdita del corpo

Le angosce arcaiche di perdita del corpo

- ▶ Angoscia di frattura
- ▶ Angoscia di caduta
- ▶ Angoscia di esplosione
- ▶ Angoscia di liquefazione e perdita del corpo



Le memorie implicite

Le dimensioni della memoria implicita che più interessano la psicoanalisi sono:

- quella procedurale
- quella emozionale ed affettiva,

in quanto caratterizzano le prime relazioni del bambino con la madre e partecipano all'organizzazione del suo Sé (Stern, 1985).

Il contatto fisico con la madre, infatti, stimola emozioni e veicola affetti che costituiranno elementi centrali di un apprendimento relazionale depositati nella memoria implicita del neonato.

Non solo esperienze ed emozioni positive ma anche frustrazioni e delusioni si depositeranno nella sua memoria implicita preverbale e presimbolica e costituiranno gli elementi strutturali di un nucleo inconscio del Sé **non rimosso** (Mancia, 2003; 2004).

L'inconscio non rimosso

Queste esperienze non possono, infatti, essere sottoposte al meccanismo della rimozione, dal momento che le strutture della memoria esplicita indispensabili per il processo di rimozione non sono mature prima dei 2-3 anni di vita (Siegel, 1999).

Questo concetto di inconscio non rimosso è molto diverso da quello descritto da Freud nel 1923, in cui una parte dell'lo è inconscia come derivazione dall'Es ad opera della realtà esterna: esso è il risultato di una archiviazione nella memoria implicita di esperienze, fantasie e difese che appartengono ad un'epoca presimbolica e preverbale dello sviluppo e, pertanto, non possono essere ricordate, pur condizionando la vita affettiva, emozionale, cognitiva e sessuale anche dell'adulto.

3 - Permettere al bambino di vivere, strutturare e organizzare le sue emozioni attraverso lo sviluppo di processi di decentrazione tonico-emozionale

Nel periodo delle operazioni concrete, il vissuto sensomotorio favorisce l'accesso allo stadio operatorio



Ricostruire progressivamente a livello di rappresentazione ciò che è acquisito a livello dell'azione

La simbolizzazione in psicomotricità viene favorita attraverso:

IL GIOCO, IL CORPO, LA MANIPOLAZIONE, LE COSTRUZIONI E IL LINGUAGGIO

Orientamenti principali della Pratica Psicomotoria:

Pratica Psicomotoria Educativa e Preventiva:

- ▶ Ha il suo campo privilegiato di intervento in ambito scolastico, dalla nascita ai sette anni. Favorisce lo sviluppo di basi maturative solide affinché i bambini realizzino il processo che va dal piacere di agire al piacere di pensare.

L'Aiuto Psicomotorio:

- ▶ Si attua attraverso la mobilitazione corporea, il gioco e il movimento, con l'obiettivo di ristabilire o instaurare l'integrazione degli impulsi e delle sensazioni nell'apparato psichico, attraverso una relazione significativa con l'adulto. Si lavora con bambini che presentano difficoltà di vario tipo, alterazioni psicomotorie, iperattività, inibizione, difficoltà emozionali e di apprendimento, autismo.

Metodologia

La psicomotricità sostiene lo sviluppo del bambino attraverso

- ▶ La maturazione tonico-emozionale e attraverso il piacere del movimento nella relazione con l'altro:
- ▶ La mobilitazione dell'immaginario
- ▶ La rappresentazione
- ▶ Una pedagogia di spazi e tempi in una cornice concreta: il setting psicomotorio

I giochi di rassicurazione profonda

- Giochi di equilibrio-disequilibrio
- Giochi di distruzione
- Giochi di divorazione
- Giochi di onnipotenza
- Giochi di apparizione e sparizione

La rappresentazione

- ▶ Il gioco simbolico
 - ▶ Il linguaggio
- ▶ I giochi di costruzione
 - ▶ Il disegno
 - ▶ Il modellaggio

La sala di psicomotricità

- ▶ Per raggiungere questi obiettivi la Pratica Psicomotoria propone una metodologia basata su una pedagogia di spazi e tempi che permettono al bambino di realizzare questo processo in una cornice concreta, che è la sala di psicomotricità.
- ▶ “Il bambino non gioca per imparare ma impara perché gioca” e questo succede in un luogo molto speciale: la sala di psicomotricità, uno spazio ricco, vario, pieno di colori, con la presenza di un adulto attento che accoglie e contiene le produzioni dei bambini e delle bambine, le loro difficoltà, le scoperte, le paure, i desideri, il piacere e le emozioni, accompagnandoli nel loro processo di maturazione.

Per facilitare questo percorso di maturazione nel bambino, Aucouturier ha sviluppato un setting apposito, che assolve alla funzione di cornice, di contenitore e che si compone di una

Struttura temporale

Struttura spaziale

Struttura temporale della seduta

- ▶ Momento dell'accoglienza
- ▶ Momento dell'espressività motoria
- ▶ Momento dell'abbassamento del tono
- ▶ Momento della rappresentazione

Struttura spaziale della sala

- ▶ Spazio sensomotorio
- ▶ Spazio del gioco simbolico
- ▶ Spazio della rappresentazione

La sala di psicomotricità come metafora

- ▶ **Spazio di contenimento:** uno spazio in cui il bambino può esprimersi e raccontarsi, si tratta uno spazio che è metafora della capacità di contenimento fisico e mentale dello psicomotricista che in questo spazio opera (Bion e Anzieu)
- ▶ **Spazio di azione:** è uno spazio dove può manifestarsi il piacere sensomotorio e l'espressività psicomotoria
- ▶ **Spazio di desiderio:** la sala di psicomotricità è uno spazio investito dal desiderio del bambino, il desiderio di esserci e di ritornarci ed è un desiderio che riempie di immagini il desiderio dell'attesa
- ▶ **Spazio di relazione e comunicazione**

Il materiale specifico

- Cubi, cilindri e parallelepipedi
- Teli
- Palle di varie dimensioni
- Cerchi
- Corde
- Bastoni



Bibliografia

