

Io non sono un ologramma!

Vicini a distanza

Marco De Rocco

Laureato in psicologia
Psicomotricista, responsabile
dello studio associato di psicologia
“Magigioco-Centro per la Crescita”,
Brescia

Premessa

Il Centro “Magigioco” si occupa di prevenzione e aiuto clinico a bambini e bambine in difficoltà e alle loro famiglie, principalmente attraverso interventi di pratica psicomotoria, sostegno di minori con modalità attive, psicodramma e sostegno ai genitori. Gli interventi di pratica psicomotoria si rivolgono a bambini e bambine tra 2 e 8/9 anni.

In questo articolo racconterò l’esperienza concreta che si è sviluppata al centro durante l’emergenza sanitaria Covid-19, tra l’inizio del mese di marzo e la fine del mese di aprile del 2020.

A marzo si sono verificate condizioni estreme che hanno comportato grandi cambiamenti:

- la linea che separava il “personale” e il “professionale” è stata travolta;
- la quotidianità degli esseri umani, adulti e bambini, è stata letteralmente sconvolta, nulla era più come prima;
- i pensieri, i sogni, le aspettative hanno subito profonde modificazioni;
- le relazioni sociali e quello che da esse ci si aspetta hanno subito una brusca interruzione.

Gli interventi di aiuto psicomotorio proposti considerano il corpo come uno strumento imprescindibile di comunicazione e di relazione. Ovvio quindi che la decisione governativa di attuare una forma estrema di prevenzione sanitaria, quale la chiusura totale nei primi giorni di marzo, abbia messo in forte crisi l’équipe di professionisti e in particolar modo gli psicomotricisti. Non appena siamo venuti a conoscenza delle restrizioni alle libertà individuali di movimento adottate, ci siamo interrogati sul da farsi, con sensibilità e posizioni inizialmente anche molto diverse: se alcuni consideravano prioritaria l’esigenza di non interrompere i percorsi di aiuto, a costo di proseguire con la modalità della videoconferenza e rischiando di stravolgerne la loro natura, altri sottolineavano le difficoltà che avremmo incontrato e si chiedevano se non fosse invece necessario sospendere la nostra attività, prendendo atto dell’impossibilità di proseguire un intervento psicomotorio in assenza del corpo. In quei giorni non avevamo la percezione che tali misure si sarebbero potute prorogare così a lungo e si pensava che, nella peggiore delle

marco.derocco@centromagigioco.it



Il corpo recluso ma virtualmente presente: la speranza

Così da lunedì 9 marzo 2020 ci siamo trovati, tra molti dubbi e paure, ad attivare le videoconferenze per garantire la nostra vicinanza a tutti i bambini utenti del Centro. I bambini non frequentavano più i nidi e le scuole da Carnevale e anche i rapporti con gli amici, i parenti, i nonni, la possibilità di andare al parco giochi e la normale quotidianità sarebbero venuti meno. Si trattava di raccogliere la sfida e garantire la nostra presenza per dare un messaggio concreto: il Covid non vi porterà via tutto; in un modo o nell'altro noi continueremo a esserci e a giocare con voi, perché questa emergenza non può spezzare il nostro legame!

I collaboratori del Centro, soprattutto gli psicomotricisti che lavorano con i più piccoli, erano dubbiosi sulla possibilità di coinvolgere i bambini a distanza, attraverso un monitor, per i 45/50 minuti di durata delle sessioni. Anche sulla gestione dei piccoli gruppi ci facevamo molte domande: come avrebbero reagito i bambini? Sarebbe stato possibile metterli in comunicazione tra loro, e noi con loro, o questo esperimento si sarebbe rivelato un fallimento?

Avevamo ancora un certo vantaggio, di cui ci saremmo resi conto solo successivamente, con l'in-

ipotesi, la chiusura sarebbe durata un paio di settimane.

Dopo lunghe discussioni tra colleghi abbiamo preso la decisione di proseguire gli interventi d'aiuto in modalità "a distanza".

La primavera del 2020 è stata l'unico periodo, fino a oggi, in cui abbiamo deciso di sospendere l'erogazione di servizi in presenza che, a fronte della loro finalità di sostegno alla salute psicofisica degli utenti, vengono attuati in presenza anche nella situazione di "zona rossa". La situazione odierna è diversa, sia per tipo di provvedimenti ma, soprattutto, per la percezione sociale delle restrizioni imposte e della imprescindibile necessità di ricercare continuamente, a maggior ragione quando si è genitori (con le responsabilità che ne derivano), la sottile linea che segna il confine tra tutela della salute fisica e tutela della salute psicologica dei propri figli.

I giochi, da spensierati, erano diventati un modo di esorcizzare la paura: in un gruppo mi è stato chiesto dai bambini di fare finta di essere il "Reginavirus" che cattura i bambini rincorrendoli con un grande telo di stoffa; in un altro gruppo una bambina, di fronte ai nostri tentativi di rassicurarla sul fatto che "i bambini non si ammalano", spiegava a tutti i presenti, preoccupata, che *"Non è vero, perché anche i bambini diventano grandi!"*.

Era la prima settimana di marzo, sarebbero stati gli ultimi incontri in presenza per loro ma, nonostante in psicomotricità sia per noi importante avvertire i bambini per tempo di tutti i cambiamenti (anche che "tra cinque minuti finisce il tempo dei giochi"), non abbiamo avuto il tempo e il modo di avvisarli che non sarebbero più venuti in sala per due lunghissimi mesi.

Il corpo minacciato

Già nelle settimane precedenti alla chiusura totale, i piccoli che frequentano il nostro Centro avevano espresso, nei loro giochi, la paura del virus, sempre più presente e minaccioso nelle loro vite. Una presenza che si era insinuata nei loro sguardi, nelle parole con cui molti tentavano di rassicurarsi nei primi giorni dopo la chiusura delle scuole, in cui la vita però continuava e sembrava, per alcuni versi, di "essere in vacanza".



calzare della pandemia: avremmo svolto la prima settimana di videoconferenze collegandoci direttamente dalle sale di psicomotricità dove lavoriamo abitualmente.

Nelle prime settimane le reazioni dei bambini ci hanno davvero sorpreso, la nuova modalità non sembrava ostacolare la relazione: i genitori dei più piccoli avevano allestito, su nostra indicazione, spazi morbidi in casa, da cui svolgere l'incontro; i bambini appena più grandicelli, in grado di presenziare da soli agli incontri a distanza, ci chiedevano di fare i giochi per loro ("Dai distruggi la torre di cuscini, falla ancora!", "Prendi le palline e lanciale!", "Vai a fare un salto, rotola, corri, facciamo una gara"). Altri bambini volevano sentirsi raccontare la storia dei giochi che mettevamo in scena per loro. Nei gruppi abbiamo utilizzato spesso i peluches, tristi perché rimasti soli nelle sale senza bambini e impauriti a causa del virus; in questo modo gli orsacchiotti sono diventati strumenti per raccontare e farci raccontare dai bambini le loro emozioni, la paura, la tristezza, la preoccupazione...

Non erano le solite sessioni di pratica psicomotoria, abbiamo dovuto inventare attività e giochi nuovi e diversi, mai sperimentati nelle nostre sale di psicomotricità, ma i nostri corpi si rispecchiavano attraverso il monitor in quelli dei bambini e i loro nei nostri, eravamo virtualmente collegati, anche solo imitandoci a specchio, la relazione reggeva, la grande maggioranza dei genitori ci ringraziava del fatto che, almeno noi, eravamo rimasti.

Nei bambini l'attesa di tornare a giocare in sala era colma della speranza che presto, molto presto, ci saremmo rivisti.

Il corpo immaginato ma assente: la rassegnazione

Dopo una prima settimana in cui abbiamo condotto le sessioni di



psicomotricità dal Centro il panorama sociale intorno a noi si stava rapidamente trasformando. Abbiamo condiviso, con la grande maggioranza della popolazione (la gente sensibile, direi, e la sensibilità fa parte del nostro lavoro e ci accomunava a questa gente), la necessità e l'invito a restare a casa. Un male invisibile circolava nell'aria, rendeva i corpi dell'altro pericolosi e i nostri vulnerabili. Come poter condividere questo invito a restare a casa e proseguire il lavoro? Da qui la decisione di proseguire ciascuno dal proprio domicilio.

Le prime sessioni da casa funzio-

navano bene, grazie al supporto tra colleghi dell'équipe proseguivamo nello sperimentare giochi a distanza con modalità per noi inedite e il ricordo dei giochi condivisi era ancora fresco e facile da rievocare, il fuoco della speranza si alimentava ancora in noi e nei bambini con poca fatica.

Le settimane iniziavano però a scorrere. Le nostre frasi per rassicurare riguardo al fatto che presto ci saremmo rivisti perdevano credibilità per noi ancor prima che per i nostri piccoli utenti. Le sessioni continuavano a funzionare, in qualche modo, ma anche gli spazi che un tempo ospita-

Il gioco di "portami l'oggetto"

È un gioco adatto a un piccolo gruppo: ogni bambino deve trovare in casa l'oggetto richiesto da un membro del gruppo e portarlo davanti alla telecamera (un cuscino, un disegno, un oggetto rosso, una tazza, una pallina...). Il bambino che indica agli altri l'oggetto da portare decide anche sulla validità degli oggetti presentati. A ogni turno tocca a un altro bambino indicare gli oggetti, in questo modo il gioco fornisce molti spunti per lavorare sul giudizio, sull'accoglienza, sul sentirsi accolti o esclusi: ovvio, per esempio, che chi si comporta come un giudice molto severo non può pretendere dagli altri giudizi clementi. Si possono apportare poi delle modifiche, chiedendo al bambino per esempio di portare la cosa più importante che ha in quel dato momento oppure l'oggetto che, in quel determinato periodo, lo fa più arrabbiare o, ancora, sostituisce il portare qualcosa con il fare qualcosa per permettere un'attivazione corporea.

vano i corpi nella relazione non c'erano più, sostituiti goffamente da esperienze di "condivisione virtuale" che eravamo costretti a inventarci e proporre. I corpi dei bambini in gioco erano, da loro stessi, immaginati, ma assenti. Continuava una narrazione, ma i giochi diventavano di settimana in settimana meno spontanei. Con qualche gruppo di bambini si giocava a nascondino, con l'aiuto di genitori attenti che seguivano con il cellulare; con altri la proposta è stata di giocare a "portami l'oggetto".

Iniziamo però a sentire una difficoltà crescente, di comune accordo abbiamo aumentato la frequenza degli incontri di équipe passando da un incontro ogni quindici giorni a due incontri alla settimana. Era importante sostenerci tra noi, e non solo professionalmente. Abbiamo dovuto inventarci cose sempre nuove per mantenere l'attenzione e la presenza dei bambini durante gli incontri, bambini che da un lato erano felici di rivederci, rassicurati dal fatto che continuavamo a esserci per loro, ma sempre meno attivi, come se l'esperienza viva e giocata dei primi incontri online li stesse trasformando lentamente, ma inesorabilmente, in spettatori passivi di un teatrino che a noi spettava mettere in scena.

La speranza di rivedersi presto e tornare in sala stava lasciando il posto alla rassegnazione di una condizione che non evolveva, non si sbloccava, non finiva.

Il corpo che si ribella: le diverse forme della sofferenza

Dopo aver superato un mese di chiusura i bambini non ce la facevano più, e noi eravamo molto preoccupati per come si stava affermando, con prepotenza, il loro disagio.

Alcuni non volevano più collegarsi alle sessioni e saltavano gli appuntamenti, altri assistevano

Il nascondino a distanza

Questo gioco è stato proposto in sessioni individuali con i bambini più piccoli e vede l'utilizzo di uno specchio, nella stanza da cui il bambino si collega, come strumento che ha permesso l'interazione con l'operatore. Quando il bambino è davanti allo specchio è come se l'operatore lo trovasse e questo è percepibile dal bambino, che vede la sua immagine riflessa nello specchio, mentre quando è dietro a esso, l'operatore dall'altra parte dello schermo non può vederlo.

senza coinvolgimento agli incontri, altri erano arrabbiati e "scattavano" per un nulla.

I genitori ci riferivano le più diverse forme di un disagio: insonnia, apatia, paure, rabbia, ansia, iperattività... ogni bambino manifesta a modo suo la sua sofferenza. I più grandi ci provocavano apertamente: staccando il microfono durante le videoconferenze o spegnendo quello dei compagni nelle sessioni di gruppo, giocando ai videogiochi durante gli incontri, interrompendo la chiamata per poi ripristinarla in una specie di "gioco del sottrarsi"...

Al termine di un incontro di gruppo molto difficile, pensando di fare cosa gradita, annunciammo ai bambini che ci saremmo visti presto in presenza ma che, per ancora qualche incontro, avremmo continuato con la videoconferenza. F., bambino di 9 anni con diagnosi di disturbo dello spettro autistico, si arrabbiò molto e urlò: "Ma io non sono un ologramma!". F. parlava anche per tutti gli altri e il suo messaggio fu per noi un segnale chiarissimo del superamento del limite di sopportazione della modalità in videoconferenza da parte dei bambini e delle bambine. Anche i bambini più piccoli durante i collegamenti stavano ormai mostrando insofferenza con scene di rabbia, con aperti rifiuti a intraprendere qualsivoglia azione, con capricci per i più svariati motivi.

È stata una finestra drammatica che si è aperta per pochi giorni

e che si è richiusa con la fine del periodo più rigido di chiusura. Abbiamo probabilmente visto, in quelle ultime settimane di aprile, alcuni degli effetti a breve termine di questa situazione sulla generazione più fragile ma che, paradossalmente, ha pagato il prezzo più caro: i primi a essere rinchiusi, gli ultimi a essere liberati.

A un anno di distanza da quel periodo abbiamo la triste conferma che il benessere psicologico dei bambini e dei giovani non è una priorità sull'agenda politica, a prescindere dalla corrente di pensiero. Ancora una volta si sono chiusi, in molte regioni, gli asili nido e le scuole di ogni ordine e grado, esponendo a un rischio altissimo, come ormai documentato da diversi studi e ricerche, l'equilibrio già precario di una intera generazione.

La tana: uno spazio condiviso

Questo gioco è stato fatto con i bambini durante le sessioni individuali. Nei bambini/e sono emersi spesso il bisogno e la volontà di condividere con il/la proprio/a psicomotricista uno spazio, una "tana". Un bambino, dunque, costruisce la sua tana a casa sua e l'operatore fa una costruzione con i legnetti, ci "entra" con il viso e, mettendo un telo dietro la testa, crea l'effetto di essere insieme in un'unica costruzione.



**La generazione non pensata:
il corpo dei bambini
è imprescindibile**

Durante il periodo del lockdown di marzo e aprile 2020 il nostro Centro ha messo in atto scelte per noi tempestive e coraggiose, pur di non allontanarci dai nostri piccoli utenti, per continuare a esserci. Eravamo animati dalle migliori intenzioni e abbiamo speso molte energie, come équipe, per non lasciare nulla di intentato e dare prosecuzione ai percorsi d'aiuto psicomotori. Ma ci siamo resi anche conto, in questa drammatica esperienza, che il corpo dei bambini è imprescindibile e in nessun caso può essere sostituito. La relazione con i bambini passa attraverso il corpo, perché loro non "hanno" un corpo ma "sono" il loro corpo. Negare il corpo, negare loro il diritto di giocare, correre, toccarsi, emozionarsi è negare la loro esistenza. A distanza, con la videoconferenza, è possibile insegnare, ma non educare. Non possiamo affermare che la relazione a distanza garantirebbe, nel lungo periodo, di non spezzare il legame. Un legame con un bambino piccolo si fonda nel corpo, s'inscrive dentro una relazione che è fatta di risonanze a livello tonico ed emozionale. Tornare a giocare in sala, dopo il

lungo periodo di assenza, è stata una rinascita. Ho avuto, con alcuni dei bambini e bambine, la sensazione di tornare a innaffiare una pianta dimenticata per lunghi giorni al sole in estate: la pianta come simbolo, non del bambino ma della nostra relazione, una

relazione che avrebbe rischiato di morire se il lockdown si fosse prolungato ancora.

Per questo motivo, nonostante il rinnovo di provvedimenti restrittivi, a un anno di distanza dal primo lockdown, abbiamo deciso di proseguire in presenza l'erogazione dei nostri servizi: come Centro che si occupa di bambini/e e ragazzi/e non possiamo esimerci dalla responsabilità che abbiamo nei confronti della salute psicologica e dell'equilibrio psichico dei nostri utenti. Abbiamo preso questa decisione e abbiamo avuto un importante riscontro da parte dei genitori che ci hanno chiesto fortemente di essere rassicurati rispetto alla prosecuzione dell'attività in presenza. Come se fosse radicata in loro la consapevolezza del danno subito dai loro figli durante il lungo tempo di chiusura e della necessità di evitare un aggravamento della situazione.

Anzieu D., *L'io-pelle*, Borla, Roma, 1987.
 Aucouturier B., *Il metodo Aucouturier, fantasmi d'azione e pratica psicomotoria*, FrancoAngeli, Milano, 2016.
 Aucouturier B., *Agire, giocare, pensare. I fondamenti della pratica psicomotoria, educativa e terapeutica*, Raffaello Cortina, Milano, 2018.
 Benasayag M., Schmit G., *L'epoca delle passioni tristi*, Feltrinelli, Milano, 2020.
 Bronfenbrenner U., *Ecologia dello sviluppo umano*, Il Mulino, Bologna, 2007.
 Cnop, *Solidarietà e lavoro gratuito: la professione ha bisogno di chiarezza*, 2020, www.psy.it/solidarieta-e-lavoro-gratuito-la-professione-ha-bisogno-di-chiarezza.html
 Lapiere A., Aucouturier B., *La simbologia del movimento*, Edipsicologiche, Cremona, 1978.
 Lowen A., *Il linguaggio del corpo*, Feltrinelli, Milano, 2018.
 Marcacci G., *Alle origini del pensiero psicomotorio*, www.ifra.it/idee.php?id=32.
 Montiroso R., Mascheroni E., Guida E., Piazza C., Sali M.E., Molteni M., Reni G., *RADAR. Esperienze nell'emergenza Covid-19 nei bambini con disabilità e nei loro genitori*, 2020, emedea.it/medea/

en/news-archivate/11-news/329-covid-e-distanziamento-sociale-il-disagio-psicologico-nei-bambini-con-disabilita-e-nelle-loro-famiglie.
 Nicolodi G., *Il disagio educativo al nido e alla scuola dell'infanzia*, FrancoAngeli, Milano, 2008.
 Pesci G. (a cura di), *Il Corpo nella Relazione*, Armando, Roma, 1991.
 Roccalbegni L.P., *Setting psicomotorio e setting psicoanalitico*, www.ifra.it/idee.php?id=6.
 Terribili C., Cortese S., Durgo A., Penna E., Spalletta M., *Laboratori di gruppo a distanza: insieme per sviluppare le nostre potenzialità. Un'esperienza clinica di lavoro di gruppo a distanza durante il Covid-19*, in "Il TNPEE", vol. 2, n. 2, novembre 2020, rivistedigitali.erickson.it/il-tnpee/archivio/vol-n/02_terribili_tnpee_2020-2.
 Van der Kolk B., *Nurturing our mental health during the Covid-19 pandemic*, webinar 3 aprile 2020, www.besselvanderkolk.com/blog/how-we-can-nurture-our-mental-health-during-the-covid-19-pandemic.
 Zanibelli G., *Elementi fondamentali di psicomotricità*, Piccin, Padova, 1978.