



CONTRIBUTO SUL LINGUAGGIO DEL MOVIMENTO

a seguito del seminario teorico esperenziale tenutosi nell'Aprile 2016
presso La Fabbrica del Divertimento.

Osservare, esprimersi, dialogare con un corpo sentito: il Linguaggio del Movimento come strumento di comunicazione, conoscenza di sé e dell'altro, di sviluppo della relazione.

A cura di Marialuisa Merlo

*" La capacità di integrazione del movimento
è il suo aspetto più prezioso per l'individuo "
(Laban, 1966)*

Proviamo a osservare e percepire l'effetto che possono avere ad esempio una particolare posizione che il nostro corpo occupa nello spazio, un cambiamento nel ritmo del nostro respiro o un gesto che ci accingiamo a fare per accogliere e entrare in contatto con qualcuno

Il volgere lo sguardo all'interno e il divenire consapevoli del processo che porta il corpo/movimento ad essere un nostro personale linguaggio ci permette di accedere ad una sua funzione centrale quella di *ponte*, di costante tramite comunicativo tra il dentro e il fuori di noi .

Il linguaggio corporeo - motorio, rispetto al linguaggio verbale, ha la capacità di contenere e coinvolgere nello stessa azione diversi livelli dell'esperienza :



quello cognitivo che ci permette attraverso il corpo di riportarci nel qui ed ora, di collegarci al centro ed ai confini corporei e sentirci una presenza definita nello spazio che occupiamo -

quello sensoriale cinestesico che ci aiuta mantenere una percezione di noi stessi in movimento e ci fa percepire l'altro attraverso il nostro corpo/movimento favorendo una relazione empatica -

quello affettivo emozionale che ci permette di definire anche la più sottile sfumatura del nostro sentire -

e infine il livello simbolico e trasformativo in cui il corpo/movimento è fonte di nuovi contenuti e parte attiva di un processo creativo nel dare forma a parti, dimenticate, abbandonate, non ancora definite e conosciute di sé .

La valorizzazione del corpo e del movimento come linguaggio e le sue applicazioni in molti ambiti, oltre a quello della danza, l'ambito psicopedagogico, educativo, terapeutico, riabilitativo, trovano tra le proprie radici il lavoro e l'opera di Rudolf Laban.

Coreografo e ricercatore del movimento, figura poliedrica del 900, Laban è stato l'ispiratore di una nuova concezione del corpo e del movimento, che viene sempre osservato nella sua interazione con lo spazio esterno, nel suo dare forma agli impulsi interni.

Laban ha messo a punto una metodologia per esplorare il movimento, una sorta di vocabolario molto dettagliato, l'Analisi del movimento Laban (LMA), che ci apre ad una nuova visione del movimento centrata sul *come* ci si esprime in cui osserviamo e sperimentiamo il movimento nel suo esplicitarsi attraverso i diversi fattori che lo compongono tra cui l'uso del flusso, del peso, dello spazio, del tempo .

Emerge così la possibilità di mettere a fuoco e apprezzare la *danza vitale* tra corpo e ambiente che anima ogni individuo , in cui ciascuna azione è fonte di senso e comunicazione. Possiamo quindi scoprire e verificare quali modalità utilizziamo nell'interazione tra corpo e psiche , nella relazione con l'altro e conoscere quali sono i nostri punti di forza e i nostri limiti.

I principi e la metodologia di Laban offrono inoltre spunti per un ricchissimo potenziale di esplorazione creativa.

Fare nuove esperienze di sé attraverso il movimento può significare quindi aprirci ad un processo trasformativo in cui rafforziamo ed integriamo aspetti della nostra identità.

La Fabbrica del Divertimento
Didattica ed Eventi
di

FABBRICA s.n.c. di Antonio Ascione & Paola Del Giudice. P. IVA 04989351210
Via Madonnelle 29, 80056 Ercolano (Na) Tel/Fax: 081 195. 73. 973 Cellulare: 3381131661
www.lafabbricadeldivertimento.it e mail: info@lafabbricadeldivertimento.it



L'uso del linguaggio di movimento in età evolutiva

“ La capacità di creare relazioni comincia a “casa “ all’interno dei nostri corpi e prosegue nel corso dello sviluppo evolutivo (Peggy Hackney 1998) .

Questa considerazione sintetizza molto bene il ruolo svolto dalle conquiste psicomotorie del bambino nel suo processo di crescita come l’esperienza del sentirsi uno e unito che viene trasmessa dal proprio corpo, l’esperienza della fiducia che il bambino sperimenta nel potersi abbandonare nel corpo della madre e poi nel proprio corpo, di potersi percepire come separato dall’ambiente esterno, di padronanza nel dirigere i propri movimenti nello spazio etc.

Il primo periodo di *formazione* del bambino nelle sue prime fasi evolutive è dominato proprio dallo sviluppo di quel linguaggio affettivo corporeo, preverbale , che intercorre tra la madre e il bambino e andrà a formare la base del suo percorso evolutivo e identitario. Quando ci troviamo come operatori e formatori a relazionarci con bambini che presentano disturbi nella sfera dell’attenzione, nella capacità di contenere i propri impulsi, che soffrono di ipercinetismo, o sono “ripiegati su se stessi”, osserviamo come la loro organizzazione psicocorporea sia disfunzionale alle richieste del percorso di crescita: manca un senso di continuità tra le parti del corpo, non c’è un vero utilizzo attivo del piano d’appoggio nella verticalità, il corpo è teso, contratto, il bambino non riesce a rilassarsi e ad essere ricettivo verso gli stimoli esterni .

Può quindi rappresentare una grande risorsa il saper entrare nella sfera psicocorporea del bambino, nel territorio del *sentire* e poter osservare, pensare, immaginare quel bambino *calando la mente nel proprio corpo* e utilizzare il linguaggio del movimento, con tecniche specifiche, l’uso di materiali e del processo creativo per riattivare insieme a lui la capacità di fare esperienza di sé attraverso il corpo, recuperare così il senso del centro, dei confini e di tutte quelle funzioni che rivestono anche dei significati affettivi e personali profondi e lo possono predisporre ad una nuova relazione con il mondo.

Marialuisa Merlo

La Fabbrica del Divertimento
Didattica ed Eventi
di

FABBRICA s.n.c. di Antonio Ascione & Paola Del Giudice. P. IVA 04989351210
Via Madonnelle 29, 80056 Ercolano (Na) Tel/Fax: 081 195. 73. 973 Cellulare: 3381131661
www.lafabbricadeldivertimento.it e mail: info@lafabbricadeldivertimento.it