

IL PROGETTO “S...VELIAMOCI!”

Il lavoro a vela (e connessi) nel disagio e nella disabilità della tarda adolescenza

*Giorgio Ascenzi^{1a}
Alessandra Bellotti^{1b}
Agnese Quattrino^{1b}
Marco Damiani²
Roberto Miletto³*

INTRODUZIONE

Vela e Cura vengono accostate ormai da parecchio tempo nel mondo della disabilità, anche psichica, e proposte di “Vela-Terapia”, da intendersi come percorsi rieducativi, si trovano sempre più in una letteratura che si sta sul tema consolidando. Le prime esperienze degli anni Sessanta furono svedesi e vennero proposte, con risultati sorprendentemente positivi, a gruppi di adolescenti con condotte antisociali, già condannati per piccoli reati; a queste seguirono, rimanendo sempre nell’ambito del nostro interesse sulla sofferenza neuropsichiatrica, attività marinare con barche a vela per gruppi di soggetti in situazioni cliniche diverse: dagli adolescenti con disturbi delle condotte ai giovani adulti con patologie psichiatriche ed ai gruppi di varia età con problematiche neurologiche. Esperienze dimostrative di come “l’andar per mare” su imbarcazioni a vela possa essere un efficace coadiuvante non solamente per l’educazione ma per la rieducazione e la cura di più categorie di persone, di diversa età e con svariate problematiche cliniche o sociali. In questo volume la barca e l’acqua sono ingredienti piuttosto ricorrenti per costruire buone prassi, non solo socio-educative ma in particolare rieducative. Molti di noi operano in sedi costiere, e ciò facilita ovviamente l’attuazione delle esperienze in acqua, che permettono di svolgere attività all’aperto, a stretto contatto con elementi naturali come il mare (o il lago), il sole ed il vento, e già questo per noi tecnici dell’età evolutiva costituisce un fatto di per sé importante.

Siamo ben consapevoli di avere ormai a che fare solo con generazioni di “nativi digitali”, tra l’altro sempre più a lungo rinchiusi negli angusti spazi delle proprie stanze ed intrappolati in relazioni e scambi virtuali, dove la dimensione corporea, immaginativa e di una socialità “in presenza” è, per tendenza, più relegata ai margini, quasi svalutata, talora anche per la crescente incapacità a confrontarvisi (si veda a tal proposito in questo volume Miletto&Fucci sul Nature Deficit Disorder).

¹ *Formalba, Agenzia di Istruzione, Formazione, Orientamento, Ricerca, Sede Operativa di Pomezia,* ^{1a} *Direttore,* ^{1b} *Docente PFI, Percorso Formativo Individualizzato per allievi diversamente abili.*

² *Docente di sostegno, velista esperto della Lega Navale Italiana. Delegazione Universitaria, Roma Tre.*

³ *Neuropsichiatra infantile. Gruppo di Ricerca EllePi – GLP, del Litorale Pontino – Coordinatore. Già Responsabile Unità Operativa di Neuropsichiatria Infantile ASL Roma H, Distretto di Pomezia.*

La barca in acqua è certamente una pratica potenziale di scoperta, e di luoghi e di persone, è una pratica di avventura, per la gestione simultanea, a volte difficile, di variabili ambientali come l'acqua ed il vento, ma è anche pratica di solidarietà, di socializzazione, e di possibile crescita di funzioni cognitive carenti per ciascuno (Sacconi ed al., 2015). In effetti, è una buona prassi che consente di lavorare bene sulla *coordinazione motoria*, quella generale ma anche quella simultanea di più funzioni motorie: per fare un esempio, si tratta d'imparare a controllare nello stesso tempo con una mano il timone e con l'altra la scotta della randa; nel tempo si costruisce gradualmente un'*espansione linguistica*, il vocabolario viene ampliato, e non solo con i termini marinari specifici; nella pratica dell'andar per mare, per orientare la barca, è costante un esercizio di *flessibilità cognitiva*, è un potenziamento della capacità di tenere a mente nel contempo due o più elementi (direzione del vento, intensità del vento, moto delle onde); il "lavoro a vela" impegna le risorse di ciascuno sui *problem solving* che si succedono l'uno dopo l'altro, diversi e parecchio ricorrenti come momenti, per cui è di fatto una grande occasione per irrobustirle ed affinarle; infine, specie a padronanza migliorata della barca, la pratica marinara comporta un benefico effetto di rafforzamento del senso di autoefficacia in ciascuno e, conseguentemente, della stima del Sé cognitivo ed affettivo.

Va affermato subito che un risultato così è per noi straordinario soprattutto con alunni che hanno già avuto carriere scolastiche fallimentari; in effetti finisce per avere rilievo di cura questo sperimentarsi più competenti e capaci, in una attività appassionante e complessa come la navigazione. Già in quel titolo, "*S...veliamoci!*", volutamente polisemico del progetto, si potrebbe intuire cosa c'è dietro questo lavoro a vela: si coglie un invito - che è quasi una sveglia perentoria - ad una *costruzione attiva* delle proprie risorse e della crescita delle proprie funzioni carenti; ma c'è anche la sollecitazione a rivelarsi di più, senza veli, un migliorare la *conoscenza del Sé*, tanto per gli altri quanto per se stessi; e tutto ciò sempre in una modalità partecipata e condivisa, con le necessarie *mediazioni* degli adulti e degli esperti, che rappresentano l'impalcatura in questo costruire.

UN APPROCCIO MULTI-AGENCY

Il progetto "*S...veliamoci!*" è strutturato in due fasi distinte, ma funzionalmente integrate tra loro, con *attività educative* realizzate in uno splendido ambiente naturalistico come il lago del Turano (Rieti) e con il *tirocinio formativo* che si svolge nella struttura ospitante. L'esperienza del campo scuola vede quindi gli allievi che vivono in una sequenza temporale, dettata da condizioni logistiche ed organizzative, i contesti diversi dell'apprendimento e dell'esercizio professionale. Ogni giornata è scandita con i tempi funzionali all'operatività del centro di accoglienza e di addestramento gestito dalla Delegazione della Lega Navale Italiana (LNI) del Lago del Turano.

Va rilevato che gli allievi diventano parte integrante ed operativa della struttura nelle fasi di servizio all'utenza, coadiuvando le attività di sala e di ricevimento nel residence e le attività di assistenza e servizio nella zona di rimessaggio dei natanti. Dopo aver espletato queste funzioni, gli allievi fruiscono di momenti formativi teorici e pratici sulla navigazione in canoa e a vela. L'integrazione tra le diverse fasi, di solito, risulta essere particolarmente gratificante per gli allievi, che beneficiano del progressivo incremento di autonomia e sicurezza nei due diversi ambiti, con riflessi positivi su entrambi i momenti su cui si basa questo progetto.

In questo, come in altri contributi presentati in questo volume, il metodo di lavoro poggia sempre

sul mettere sinergicamente insieme il *know how* di ciascuna istituzione coinvolta, che apporta nella realizzazione del progetto proprie conoscenze teoriche ed abilità operative. Ci piace ricordare qui che la Lega Navale Italiana è Ente Morale e Culturale dalla storia più che centenaria, da qualche tempo anche riconosciuta come Associazione di Protezione Ambientale e di Promozione Sociale, ed impegnata da sempre, peraltro, nella formazione dei giovani, ovviamente negli ambiti di competenza. La LNI è stata coinvolta attraverso la sua Delegazione locale ed aggiuntivamente abbiamo fruito della consulenza sul campo di un suo esperto velista, nonché docente di sostegno, fornito dalla Delegazione Universitaria di Roma Tre Sud-Ovest. La dimensione territoriale del progetto ha qui avuto un ambito più esteso del solito, diciamo regionale, pure con il co-interessamento della Riserva Naturale Regionale Monti Navegna-Cervia e la partecipazione del naturalista Umberto Mazzenga, della locale Associazione “*CamminandoCon*”, recentemente scomparso, che è stato un prezioso co-mediatore nelle escursioni a terra nei gruppi di adolescenti, insieme ai docenti del Percorso Formativo Individualizzato (PFI). Questo corso è predisposto proprio per gli allievi con disagio o disabilità lieve provenienti dall’Agenzia Formativa Formalba, la cui sede operativa è invece a Pomezia (Roma), da dove proviene anche il neuropsichiatra infantile, specialista consulente, coordinatore del Gruppo di ricerca EllePi (GLP, del Litorale Pontino). Per alcuni gruppi, ci si è avvalsi della preziosa consulenza sul campo di Umberto Pezzolano, esperto di didattica naturalistica e di museologia scientifica.

In questo paragrafo di presentazione, spendiamo ancora poche parole sulla “mission” di Formalba, che persegue il successo formativo dei propri utenti, di tutti indistintamente, dopo la scuola dell’obbligo. Si cura per ognuno il percorso ritenuto più idoneo per lo sviluppo complessivo della personalità; ciò è garantito dall’attenzione che viene riservata alle risorse personali di ogni allievo e dal potenziamento delle sue abilità. Ciascuno, dunque, viene accompagnato, attraverso un costante processo di orientamento, alla scoperta e definizione della propria figura professionale; l’operato dei formatori non prescinde da una ormai consolidata relazione con il territorio, i cui servizi (A.S.L., Servizi Sociali, Centri per l’Impiego e Centri di Orientamento, Case famiglia e l’associazionismo) sono parte integrante della rete costituita con scuole, agenzie formative e sistema produttivo, perché è solo così che si può agevolare il buon inserimento di ciascuno nel mondo del lavoro. Anche il Gruppo EllePi (GLP, del Litorale Pontino, www.robertomiletto-cambiamenti.it) ha questa dimensione di rete, costituendo un centro direzionale di iniziative di cura, ed esperienze di buone prassi, che partono dal territorio e fanno incrociare le famiglie, le scuole, le associazioni di volontariato, il privato sociale, l’università, con i servizi specialistici pubblici locali; in particolare, l’unità operativa di neuropsichiatria infantile del Distretto di Pomezia (TSMREE, ASL Roma 6), che offre nella comune impresa, proprio attraverso questa fitta rete, un supporto di qualità a tutela della salute mentale e della riabilitazione per l’infanzia e l’adolescenza.

NOTE SULLA COSTITUZIONE DEI GRUPPI

Nella selezione dei gruppi un criterio è stato di guida, quello della costruzione di *gruppi integrati*, ed in particolare, trattandosi di gruppi comunque composti da soggetti problematici, l’integrazione è stata tra gli adolescenti con *disagio*, dunque con aspetti reattivi, di maladattamento, e quelli con *disturbo clinico*. Gli allievi *non disabili* selezionati possono avere problematiche neuropsichiatriche, di dimensione moderata o lieve, o anche essere soggetti di interesse sociale, in quanto appartenenti

a contesti svantaggiati o di trapianto sociale recente. Gli allievi che sono in condizione di *handicap* riconosciuto, per l'avvenuto ottenimento di certificazione secondo la Legge 104/92 (art.3 comma1 per handicap oppure art.3 comma3 per handicap grave), complessivamente i 2/3 circa del campione, sono stati scelti con la considerazione dimensionale di non inserire nel gruppo, peraltro, coloro che hanno una disfunzionalità clinica severa. In questi due anni al progetto hanno partecipato nei gruppi 24 soggetti in tarda adolescenza, di età compresa tra 17 e 25 anni, con lieve prevalenza di maschi; va considerato che i soggetti con handicap riconosciuto non sono sempre i più clinicamente compromessi; pressoché tutti hanno avuto nella scuola dell'obbligo una carriera fallimentare, con pluriripetenza (almeno due anni ripetuti per ciascuno!). Ogni campo scuola, diversamente cadenzato nel corso dell'anno scolastico, ha la durata solitamente di pochi giorni ma in un'occasione è stato anche di una settimana.

Secondo un'utile impostazione empirica, condivisa dalle più recenti revisioni dei manuali di classificazione (DSM-5, ICD11 in allestimento), se raggruppiamo l'espressività clinica secondo *clusters* diagnostici, ciascun gruppo è stato costruito con una più o meno equa distribuzione di sintomatologie internalizzanti ed esternalizzanti. Tra le categorie diagnostiche sono prevalenti i Disturbi del Neurosviluppo e ben rappresentati, in particolare, sono i Deficit dello Sviluppo Intellettivo, con condizioni di ritardo mentale sovente di grado lieve, ma sono stati inclusi anche tre soggetti con Aberrazioni Cromosomiche più compromessi cognitivamente. Ogni gruppo viene selezionato secondo il criterio di una disfunzionalità complessiva sufficientemente omogenea, seppur con l'inclusione di uno-due soggetti più problematici; si esaminano nell'insieme le caratteristiche cliniche specifiche, dagli aspetti comportamentali a quelle funzioni cognitive carenti che si intendono potenziare. Il progetto che viene costruito è secondo un'impostazione con modello *tailor-made*: i contenuti dunque dell'esperienza sono come "cuciti addosso" a ciascun gruppo. In altre parole, le attività in acqua e a terra variano in relazione alla qualità del gruppo che fruisce dell'iniziativa rieducativa. Segue la presentazione del Metodo che tiene ovviamente conto di quanto qui precisato.

CONSIDERAZIONI DI METODOLOGIA

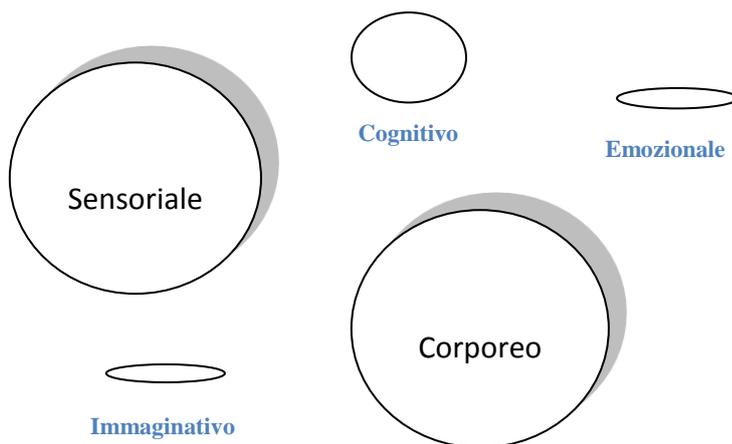
Dato il rilievo che assume per noi questo paragrafo, sono qui necessarie brevi considerazioni preliminari concernenti le attività - di inizio anno ed inizio corso - nei Percorsi Formativi Individualizzati (PFI) di Formalba, nella cruciale fase di Accoglienza ed Orientamento. Il senso di questo avvio dei PFI, che è frequentato solo da allievi con disagio o con disabilità, è costruire nel primo mese migliori conoscenze su di loro, sia da parte nostra come educatori e mediatori adulti sia anche da parte loro, nell'area condivisa di un gruppo. Ben consapevoli che ogni nostro gruppo è un contatto differente ed originale, incontro vario e vivo tra adolescenti in chiara difficoltà, un insieme che coniuga le diverse appartenenze: ciascuno porta la propria storia, i propri depositi affettivi ed esistenziali, i propri contributi di pensiero e di risorse. Dunque, diciamo, gruppi "speciali", le cui specifiche connotazioni vanno il più possibile conosciute affinché ogni gruppo possa diventare un buon luogo di cambiamento e di sperimentazione. Per le esigenze della conoscenza alcune chiavi di lettura sono state offerte da contributi gestaltici, in particolare alcune tecniche e strumenti, che costituiscono la *cassetta degli attrezzi* per definire i differenti stili di relazione e di condotta di ciascuno, come disse Maria Menditto (per alcuni suoi scritti sulla Gestalt Psicosociale si rimanda il

lettore ai riferimenti bibliografici). A questo proposito impieghiamo schede e griglie di lavoro per cercare di definire i *Livelli dell'Esperienza* di ciascuno: li distinguiamo in 5 diversi ambiti, - *corporeo, sensoriale, emotivo, immaginativo cognitivo* - che sono esperienziali, compresenti, tra loro in connessione. Per noi hanno la finalità di far meglio comprendere punti di forza e punti di fragilità, quelli dominanti e quelli carenti, in contesti e in tempi differenti (nel passato, ora, in un'aspettativa futura). Per uno scampolo dello strumento impiegato, qui riportiamo uno stralcio del colloquio iniziale con Simone, un ragazzo che presenta un'ostinata difesa ossessiva volta ad arginare il rischio di una destrutturazione psicotica:

S.: A casa mia so' cresciuto che amavo mangiare certe cose, toccare certe cose... tipo il prato morbido... che si muove perché se gli metti una mano l'erba segue la mano... poi mi hanno detto che certe cose non le potevo toccare e nemmeno mangiare perché io sono intollerante... tipo l'uovo, la gallina e il pollo... l'erba anche non posso toccare e ho capito che potevo imparare tante cose di questa cosa... così siccome ho memoria ho imparato il nome dei fiori e i prati perché lì so' forte eh ...

Si avvia allora il lavoro della definizione di partenza dei Livelli dell'Esperienza nell'area condivisa del gruppo classe, cercando di dare una quantificazione ai cinque ambiti, con la mediazione adulta della psicologa, che dirige il traffico della discussione. Al termine del dibattito, piuttosto coinvolgente, con pareri anche svariati e sempre confrontati nel gruppo dal mediatore, tocca a Simone prendere atto di avere in passato, da bambino, privilegiato due livelli, quello corporeo e quello sensoriale, di aver un po' utilizzato l'aspetto cognitivo per sentirsi capace, mentre i livelli emozionale ed immaginativo sono stati più carenti, e andranno ora potenziati. Nella scheda apposita del libretto personale di appunti Simone, guidato, ha evidenziato così quanto emerso dalla discussione su di lui bambino (Fig.1).

Fig. 1. Simone, Livelli d'Esperienza, da bambino.



Il lavoro successivo in classe è sulle funzioni carenti ed anche Simone, guidato, arriva ad un primo buon punto di maggior consapevolezza:

S.: ...so' state tante 'ste cose da non toccare... e me potevo pure da piccoletto incazzà eh, un pochetto, pe' 'sto fatto!

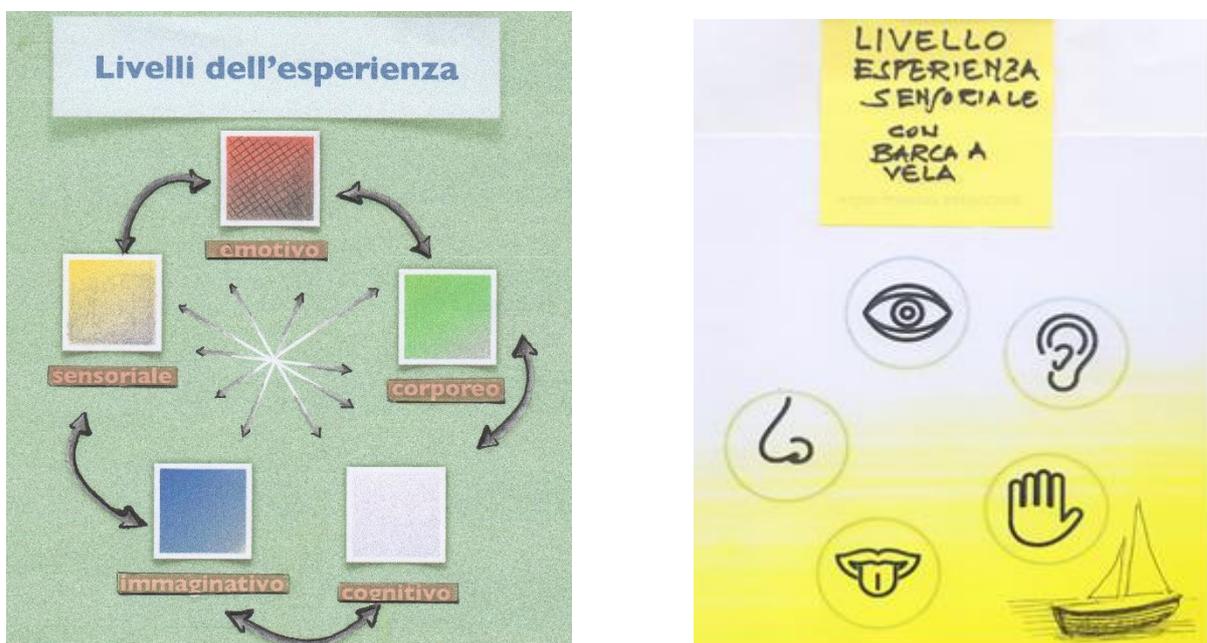
S.: ... penso che c'è da aiutare chi non ha 'sti problemi ma non c'ha memoria pe' gnente, io so' bravo a ricordare nomi!

In questa modalità ciascuno ha dunque proceduto a compilare in classe le prime pagine sui Livelli d'Esperienza (da come ero da bambino a come sono oggi fino a come vorrei cambiare con l'esperienza del campo scuola) nello speciale libretto personale degli appunti loro consegnato. I mediatori hanno saputo sempre creare la giusta attenzione di tutti su questo strumento, un facilitatore che accompagnerà il gruppo per costruire, e poi ricostruire, i diversi aspetti nelle differenti fasi dell'esperienza da vivere. Ogni volta che un gruppo ha raggiunto il lago del Turano, le attività educativo/rieducative hanno avuto lì la medesima partenza, con le incombenze dell'alloggiamento nella foresteria predisposta dalla locale Delegazione della LNI: ci sono ruoli e mansioni organizzative che vengono sempre assegnati secondo quelle risorse e quelle abilità di ciascuno, individuate nella fase di Accoglienza ed Orientamento. Dopo ogni attività effettuata sul posto, e successivamente anche al ritorno a scuola terminato il campo, il nostro metodo di lavoro si è imperniato sulla discussione *in gruppo* - il modello è quello del *circle time* - con la finalità di produrre dei lavori *di gruppo*, che siano peraltro modificanti la struttura di ciascuno, nei differenti ambiti: dalla sfera cognitiva con crescita nelle funzioni carenti, a quella emotiva usando i *feedback* guidati sui vissuti e le dinamiche, fino al registro relazionale con cambiamenti di condotte prima all'interno del gruppo e trasferimento poi in dimensioni sociali più allargate.

Le attività sono suddivisibili in più fasi, la prima delle quali, dopo la sistemazione logistica, è *illustrativa*, propedeutica alle successive: dalla presentazione del gruppo di lavoro (operatori della LNI, naturalista per l'escursionismo, personale di supporto), alle anticipazioni sulle varie giornate, con le attività previste in acqua e a terra. Per ciascuna di queste, si procede poi alla definizione in gruppo dell'*organigramma*, con discussione ed assegnazione condivisa di ruoli e mansioni, valutando insieme limiti e risorse, e definendo le modalità di leadership. Sulle dinamiche di gruppo e sui modelli della leadership, per una discussione più ampia, si rimanda il lettore ai riferimenti bibliografici (Malaguti 2001, Attili 2011); qui ci si limita a considerare che anche sugli stili di leadership c'è stato all'inizio un lavoro preliminare in classe, per una definizione di come ciascuno è abituato a comportarsi in un gruppo di lavoro, quanto ci si preoccupa per i risultati e quanto interesse si ha per gli altri, avvalendoci come struttura di riferimento della nota, vecchia griglia manageriale di Robert Blake e Jane Mouton. A tal proposito, si è presto condiviso come sia una leadership inefficace quella di chi guida poco coinvolto, disinvestito sia sulle prestazioni sia sulle persone del gruppo, come siano conduzioni parzialmente efficaci quelle di chi fa del gruppo un "circolo ricreativo", attento al benessere di tutti ma poco incline all'indirizzo prestazionale del gruppo; oppure quelle di chi è solo orientato autoritariamente al compito, mentre non conta proprio come stanno gli altri; altresì si è definito come migliore stile di leadership quello di chi sa più o meno "fare squadra": nel nostro caso si può dire che è un *buon leader* quello che sa far capire di "stare tutti sulla stessa barca!", con *buon equilibrio* tra le due variabili del lavoro di gruppo (risultati e persone), diciamo che sa far remare bene tutti nella stessa direzione, coinvolgendoli nell'obiettivo condiviso. Sul piano operativo, data la necessità al lago di suddividersi poi in sottogruppi perché l'esperienza sulla barca a vela prevede la turnazione, in aula prima della partenza si procede ad una sorta d'elezione di un leader per ogni sottogruppo, e ciascuno dei partecipanti al campo propone argomentazioni scritte al fine di convincere gli altri a votarlo.

Quando si è giunti al campo scuola, ad ogni esperienza vissuta la psicologa e gli educatori propongono già in foresteria il *circle time*, con compilazione anche della pagina prevista per quella attività mirata nel libretto personale sui Livelli dell'Esperienza, sugli aspetti sensoriali e, quando è il caso, sulla Leadership di ciascuno (Fig.2), indirizzando anche la discussione del gruppo sull'eventuale iato tra le aspettative d'avvio ed i risultati raggiunti. Il feedback si conclude sempre con riflessioni sul trasferimento di alcune osservazioni comportamentali e/o emozionali in altri contesti e con una generalizzazione di gruppo su ciò che si può aver imparato nell'esperienza appena vissuta, di fatto un po' come sostengono alcuni principi basilari dell'approccio rieducativo di Reuven Feuerstein (1995, 2008).

Fig.2. Esempi di pagine del libretto personale.



Cominciando a considerare questioni di metodo inerenti la navigazione, va tenuto subito presente che, per le dimensioni del natante da noi impiegato (un 9,50 metri), il gruppo è, in un certo senso, come “costretto” a gestire durante le attività spazi ben precisi e definiti, così elaborando ed organizzando pensieri ed azioni con modalità e fini adattati allo strumento. Ciò costituisce una facilitazione, se ben sfruttata da mediatore esperto, per la condivisione, per l'appunto, anche di sensazioni ed emozioni, prima tra tutte la paura: e, come si sa, entrare in contatto assistito con essa è il primo passo per poi comprenderla. Il contenitore-barca decisamente così contenuto, una sorta di guscio di protezione che sta a sua volta in un altro contenitore, però aperto, grande, misterioso e pure un po' minaccioso come il lago (e ancor di più può essere il mare, ovviamente), è indubbiamente un facilitatore per la formazione del gruppo e per la costruzione di legami, ed alimenta altresì uno spirito di cooperazione nelle diverse manovre a bordo, sovente insolito. Dunque, si fa gruppo e “gli apprendisti marinai” imparano presto di essere tutti importanti, e con ruoli intercambiabili, perché gradualmente sono messi nella condizione di imparare diverse mansioni (e relativa terminologia tecnica), dal timonare al cazzare le vele, dal regolare la randa e il fiocco nelle diverse andature veliche, all'issare ed ammainare randa e genova. Ogni gruppo viene organizzato assegnando ruoli con precise mansioni e figure di governo del mezzo nautico, guidate

da quella principale, un “comandante”, a cui vengono insegnate in precedenza le corrette sequenze di comando da impartire al proprio equipaggio: è ovvio che ciascuno sperimenta a turno la conduzione e fa l’esperienza guidata del comando, in modo da dibattere successivamente in gruppo nel *circle time* la propria qualità di leadership. La turnazione dei ruoli all’interno del gruppo consente ad ognuno di sperimentare a diversi livelli, dalle prassi alle emozioni, il senso del proprio agire, come parte essenziale del tutto. In questo “status operandi” si attivano modalità di controllo delle diverse difficoltà:

- ❖ sulla gestione degli spazi all’interno della barca → ogni manovra sempre prevede un corretto posizionamento dei membri dell’equipaggio, che devono disporsi in modo da poter collaborare senza ostacolarsi, tenendosi pronti ad intervenire per aiutare gli altri nei loro compiti, quindi, con un termine sportivo, qui si tratta di “raddoppiare le marcature”;
- ❖ sulla percezione del corretto spostamento della barca sul lago → in una visione di insieme, s’impara la valutazione delle distanze dalla costa, i tempi di manovra, gli angoli di copertura nelle manovre di cambio mura;
- ❖ sulla gestione di un algoritmo di comando → con una fase di programmazione e successivamente una di attuazione, tramite il comando verbale: per ogni manovra, si danno diverse disposizioni all’equipaggio in una corretta sequenza di esecuzione, tale da non creare errori di manovra (per esempio, “pronti a virare!.. due colli al Winch sopravvento!...viro, molla la scotta di dritta, cazza la scotta di sinistra...”)
- ❖ sulla gestione del feedback post-manovra → con rapida valutazione dell’operazione effettuata, controllo della stessa ed eventuale correzione di errori effettuati in gruppo. Qui l’errore è sempre proposto come risorsa, in quanto opportunità per apprendere.

La barca a vela consente, con l’indispensabile mediazione degli adulti esperti, di creare, pertanto, un setting davvero speciale per i nostri gruppi di fruitori in età evolutiva (e non solo, s’intende), attraverso la costruzione di dinamiche attuabili in un contesto ben definito ed anche particolare: la supervisione e le facilitazioni per la circolazione gruppale di sensazioni e di emozioni che può offrire un tecnico della mente ci sembrano essenziali e, proprio per questo, nel nostro gruppo di lavoro operativo c’è sempre la presenza della psicologa clinica. E’ presente sul natante, è poi essenziale a terra nell’attività di *circle time*, e successivamente anche a scuola, per trasferimenti e generalizzazioni degli apprendimenti. La figura accanto dell’esperto velista, e con buone capacità empatiche, è comunque rilevante per riuscire, in primo luogo, nel qui ed ora in acqua, a trasmettere maggior calma e sicurezza ad ogni elemento dell’equipaggio e al comandante del momento, cogliendo per tempo le situazioni problematiche ed intervenendo come mediatore adulto sempre in piena padronanza della situazione, comunque nuova per il gruppo; come istruttore, in sintonia con la psicologa, può facilitare la condivisione di sensazioni ed emozioni sul natante e mediare le diverse difficoltà pratiche di ciascuno. La gestione della barca è proprio pensata per facilitare la concentrazione gruppale, si è lì un po’come fuori dal mondo, c’è in sostanza il gruppo con i mediatori adulti, la barca da governare insieme, l’acqua e soprattutto il vento, e poi con decisioni che vanno prese nel giusto tempo. La scuola, i problemi che si hanno nel proprio contesto, le tante più o meno spinose questioni del quotidiano, perfino le vicende di casa, nel qui ed ora in barca, diventano delle cose che vengono solitamente messe a giusta distanza, nel contesto di uno specchio d’acqua e che gradualmente viene percepito, nel silenzioso scivolare della barca, anche come un luogo di quiete. Dunque, nel progetto “S...veliamoci!” l’ambiente del lago e l’impiego della barca sono centrali e costituiscono l’impalcatura dei contenuti, in quanto la navigazione si presta in modo esemplare a realizzare in un gruppo un buon clima collaborativo e partecipativo, con obiettivi

comuni, regole da rispettare, comunicazioni dirette, decisioni veloci e condivise da tutto l'equipaggio, che si muove in sintonia con la barca e con l'adulto esperto. I conflitti diventano aperti e privi di spazio per una decantazione, ed hanno la necessità di un chiarimento e di una soluzione rapida, da cui la necessità del tecnico della mente, a bordo per le esigenze della mediazione, e poi a terra per la riflessione restitutiva.

L'immersione-esposizione nella Natura, che qui parte con la navigazione, ha sue importanti appendici sulla terra ferma, realizzate in cooperazione con l'Associazione del territorio "CamminandoCon", che si occupa di escursionismo e in particolare è interessata anche ad utilizzare il Camminare come pratica e metafora del Cambiamento. Presupposto basilare è che la Natura, con i suoi ritmi e con le sue diversità, induce ciascun fruitore a confrontarsi in modo differente con il quotidiano, che sempre di più, come si sa, costituisce potenziale fonte di stress e d'insoddisfazione. Come lo scafo di un natante, così anche un bosco, una valle o una montagna diventano dei contenitori potenzialmente ospitali e benefici e possono fornire un senso di sicurezza e quiete: a patto, però, di saperli usare o affrontare. Così le stagioni, nello specifico, con il loro alternarsi ed alterarsi, possono generare sensazioni forti ed influenzare lo stato fisico e mentale, creando emozioni, vuoi positive vuoi anche negative, come ansia e paura, se malvissute. La *stagionalità* è pertanto una parte sostanziale del progetto, un'idea certamente tradizionale dal punto di vista educativo/rieducativo, qui centrata però sull'osservazione degli stessi incantevoli luoghi sul lago del Turano, e sui suoi relativi cambiamenti; si fanno così sperimentare al gruppo "immersioni" diverse, nei profumi e nei colori primaverili, nell'imbrunirsi autunnale, nell'umido del sottobosco con le sue muffe ed i suoi funghi, e dall'energica solarità estiva alla nevosità quiescenza invernale. Sensazioni diverse portano con sé le stagioni, c'è la tranquillità e la malinconia, la forza ed il riposo, e tanto altro ancora, con chiari legami con il tempo che cambia, e con la varietà mutevole di un ambiente naturale: conoscerlo meglio, attraverso le attività di riconoscimento di piante, fiori e bacche, di profumi e di immagini, aiuta di più ad osservare ed a fare anche i conti con la propria sfera emozionale.

Se a seguito delle prime esperienze in acqua, sulla barca a vela ma anche con la canoa, nel libretto personale le pagine compilate hanno privilegiato l'analisi delle esperienze *sensoriali*, successivamente si presta particolare attenzione all'ambito *emozionale*, insieme alla ricerca della definizione della tipologia di leadership che ciascuno ha potuto esprimere (Fig.3). Nella discussione condivisa, si fa sempre riferimento, a questo proposito, alla griglia riportata in Fig.4.

Fig.3. Per la descrizione di leadership.

LE MIE ESPERIENZE

COME E' STATA LA MIA RELAZIONE CON GLI ALTRI:

quando sono stato in barca a vela

.....
.....
.....

durante l'escursione

.....
.....
.....

QUAL E' STATO IL MIO RISULTATO:

in barca a vela

.....
.....
.....

in escursione

.....
.....
.....

Fig.4. Per la definizione degli stili di leadership.



CENNI SUI RISULTATI

La prima considerazione che ci viene in mente nel proporre qualche nota di riflessione sui risultati è che questa sperimentazione ha sempre consentito, ai vari gruppi di allievi coinvolti, pur nella ovvia differenza di esiti, di imparare "ad aiutare ad aiutarsi". Come fanno coloro che usano la cura della vela con chi ha bisogni educativi speciali o con chi ha condizioni di handicap, l'andar per mare, o per lago, è un'eccellente modo per riuscire a spingere chi è disfunzionale in qualche ambito alla ricerca di risorse altre. Ed i nostri gruppi questa ricerca l'hanno sempre fatta, con esiti complessivamente soddisfacenti; va considerato, come già sostenuto, che si è cercato di selezionare, nel caso dell'handicap, soggetti con disabilità di dimensione clinica lieve, tale da consentire la costruzione di gruppi *integrati* con sufficiente omogeneità sul binario di una disfunzionalità sufficientemente contenuta. Se pensiamo a quello che si è fatto sul lago, c'è da riflettere che sull'acqua bisogna imparare a catturare il vento per muoversi e di vento può essercene troppo o

troppo poco, bisogna sempre adattarsi nel qui ed ora e con l'attesa delle modificazioni che porta l'immediato futuro, un tempo vissuto che non è quello, come sostiene Lo Iacono (2009), delle nevrosi, continuamente rimescolanti, come si sa, le cose vecchie del passato e con l'ansia di incontrare qualcosa nel futuro che possa essere sconosciuta e negativa per il proprio Io. La barca è un luogo poi ove le relazioni e le emozioni si amplificano, e diventa particolarmente adatto come luogo per gruppi come i nostri, così disfunzionali soprattutto sui registri esperienziali del sensoriale e dell'emozionale.

In un paragrafo di riflessione sugli esiti ci pare interessante proporre tre storie in un certo senso emblematiche, quelle di Alessandro, di Simone e di Ivano, tre diverse storie da raccontare come modello di piccole modificabilità e di trasformazioni maturate peraltro in tre differenti aree, quella formativa di tirocinio, quella educativa in acqua, quella sempre educativa a terra, durante un'escursione naturalistica.

Alessandro, di anni 23, ha una Trisomia 21 con deficit intellettivo di grado medio-lieve, ipovisione grave, e secondariamente anche tratti di tipo ossessivo che, pur rappresentando un disturbo sovrapposto non da poco, sono stati qui utilizzati spontaneamente dal gruppo per ottenere una migliore organizzazione logistica per tutti nel campo-scuola. Poiché tra le intelligenze compromesse Ale non ha subito limitazione alcuna di quella spaziale e la sua organizzazione di personalità ne fa un ragazzo assai meticoloso, preciso, ordinato, il gruppo ha ragionevolmente proposto che venisse affidato proprio a lui il ruolo di "responsabile generale della logistica"; pertanto, ben investito e parecchio motivato, lui ha cominciato a sistemare con molta cura gli armadi, partendo dal suo ed estendendo l'opera a quelli di tutti, ha poi regolato la distribuzione di coperte e cuscini, saponi ed asciugamani, ha raccolto le esigenze di ciascuno, arrivando gradualmente perfino a prendere nota dei "desiderata" e cercando, nei limiti del possibile, anche di soddisfarli, contattando gli adulti utili all'esigenza; parecchio interessato ad una timida compagna freddolosa, l'ha trascinato una sera perfino a casa del presidente della Delegazione della LNI per chiedergli una coperta termica "*perché senti un po' che mani fredde c'ha questa qua!*", ottenendola. Rinforzato sempre di più da fiducia ed apprezzamento attorno a sé, ha così provveduto con crescente efficienza ed efficacia ad un buon alloggio per il benessere del gruppo.

Simone ha 21 anni e si è costruita un'immagine trucida, sia nel corpo palestrato, variamente tatuato e perforato dal piercing, sia nella mente, che usa un linguaggio povero, da ipoevoluto pur non essendo ritardato. Un ragazzo in pieno disagio, sostanzialmente isolato, con un chiaro disturbo delle condotte, tanto arrabbiato e dunque tanto temuto dagli altri, con gravi ed ovvi fallimenti a scuola. Nella votazione in aula era stato eletto leader proprio perché fortemente temuto, e così gli è toccato guidare un sottogruppo sul natante in un pomeriggio con vento difficile. Conduzione disastrosa, con una leadership malorientata solo sul compito, l'equipaggio strapazzato ("*ma che state a fa' così?... se no perdemo.... bboni a nulla!...perché nun cazzate 'sto c...o di coso?*"), ad un certo punto ha pure mollato timone e comando, abbandonando la barca a vela lì, in mezzo al lago. Dal feedback gruppale sulla terraferma ha successivamente colto quanto miglior considerazione e rispetto sull'altro lo avrebbero magari salvato dal fallimento, sono stati discussi trasferimenti ad altre sue situazioni di vita e proposte delle generalizzazioni per tutti. Tornato poi a scuola, ha accennato a qualche attenzione nuova sul gruppo classe, mai prima espressa, ha cominciato a sforzarsi per farsi capire, rinunciando agli incomprensibili "bofonchiamenti", la classe lo ha eletto come suo rappresentante non più per paura ma con un ragionamento nuovo: "*con il fisico che c'hai, puoi*

difenderci dai bulli, Simò tu ce servi proprio...specie a ricreazione eh?”. Simone ha messo il suo bel “fisico bestiale” un po’ anche al servizio del gruppo, ed ora è fidanzato con una ragazza che sta nella classe.

Ivano ha 19 anni ed è affetto da un Disturbo dello Spettro dell’Autismo inquadabile nella Sindrome di Asperger, ha routines insistenti, temi tanto ripetitivi nella comunicazione, tratti perfezionistici, collezionista di fatti su argomenti specifici (date di nascita di tutti, anche di pressoché tutti i cantanti o i calciatori) sa memorizzare dati, qualsivoglia essi siano. Ebbene, nella escursione naturalistica, anche finalizzata alla costruzione successiva a scuola di un erbario, nella raccolta dei tanti tipi di foglie per l’essiccazione, illustrate dall’adulto esperto con nomi anche complicati da tenere a mente, il gruppo non aveva con sé né carta né penna, complicandosi così parecchio la raccolta dei dati essenziali per l’esigenza della classificazione. Momento di spaesamento collettivo, poi Federica esultante per l’intuizione: *“ma scusate, che problema è questo? Qui ce sta Ivano qui.... a Ivà, prendi un po’ ‘ste foglie e ‘ste piantine e aricordate bene come se chiamano eh?... Che poi ce serve a scola, me raccomandano eh, nun te devi scordà gnentee!”* Un deficit, a volte perfino vissuto come fastidioso quando lui assilla solitamente con domande insistenti sulla nascita di questo e di quello, qui è stato spontaneamente trasformato in un’abilità socialmente apprezzabile, anzi proprio essenziale per il lavoro del gruppo. Ivano ha rievocato poi a scuola clamorosamente (per chi non lo conosce) tutti i nomi insoliti che aveva immagazzinato durante l’escursione del giorno prima, associando ogni nome alla giusta foglia, consentendo così alla classe una buona classificazione dell’erbario. Con gratificazione propria e soddisfazione di tutto il gruppo, che ha saputo anche restituirgli, e guidato solo poco, un apprezzamento perfino entusiastico.

CONCLUSIONE

Rileggendo i principi sanciti da quel Manifesto Europeo della *vela solidale* approvato nel 2010 dal Parlamento Europeo, si possono cogliere alcuni spunti, a cominciare dall’idea di base che la vela è per tutti, ma con un’attenzione particolare ai bisogni dei più deboli e degli ultimi: ed in effetti ciò si evidenzia bene in un volume come questo, fatto di buone prassi rieducative di *Green Care*, che presenta più contributi proprio di Vela-terapia. Il lavoro a vela (e connessi), come recita il sottotitolo di questo capitolo, con la solidarietà costruita a bordo (e fuori bordo) è parso un utile strumento operativo contro lo stigma, anzi le brevi storie che abbiamo narrato di Alessandro, di Simone e di Ivano ci insegnano come il gruppo stesso possa, ben guidato, essere un contenitore solidale, che sa ben valorizzare le risorse, ed addirittura a volte sa perfino trasformare una disfunzionalità in opportunità positiva, per tutti.

A questo proposito, ci piace qui rievocare la “Leggenda del salice piangente”, che forse alcuni dei nostri lettori già conoscono, una storia messa in relazione alla nascita di una scuola di arti marziali, che narra di un tempo antico e di uno spazio lontano, dove un medico giapponese, studioso di metodi di combattimento, si era impegnato in una ricerca, peraltro disperatamente infruttuosa, di spunti per nuove tecniche, perché voleva scoprire, nella sostanza, il segreto della vittoria. Contrariato dai suoi insuccessi, perché aveva osservato che, in ogni metodo, alla fine quello che contava era solo la forza bruta, o la qualità delle armi, o ancora espedienti ignobili, e questo significava di fatto che, per quanto ci si allenasse e ben studiasse le arti marziali, per quanto uno

fosse piuttosto forte o preparato, avrebbe sempre potuto trovare un altro più forte, o meglio armato, o più scaltro, che l'avrebbe poi sconfitto. Allora il medico saggio decise di ritirarsi in un tempio in montagna, passando cento giorni in preghiera e in meditazione. Non ne sarebbe, peraltro, venuto a capo di nulla se non gli fosse capitato un insight imprevisto sotto una nevicata mai vista in quel freddo inverno; seduto vicino alla finestra, a guardar nevicar fuori, sempre seguendo i suoi pensieri ma anche quei fiocchi che scendevano così copiosi da tante ore, notò che il gran peso della neve stava via via spezzando tutti i rami degli alberi, come quel gran bel ciliegio lì davanti, rimasto spoglio ed irrimediabilmente danneggiato, e la grossa e robusta quercia, che si era spezzata. Posò poi lo sguardo un po' oltre, verso lo stagno, e vide un alberello che era rimasto invece proprio intatto, era un salice piangente dai rami sottili, delicati, apparentemente fragili, ma così flessibilmente cedevoli: ogni volta che la neve cominciava ad accumularsi tanto sopra, minacciando di spezzarli, questi rami apparentemente così deboli si flettevano, lasciandola così cadere a terra, per poi riprendere la primitiva posizione, assolutamente indenni. Quei rametti delicati furono gli unici a non spezzarsi, dunque, sotto il carico della neve e questo fatto impressionò molto il saggio, preso all'improvviso da un senso di esultanza, perché si rese conto di essere giunto al fin della sua ricerca: il segreto del salice, ed anche del combattimento, stava allora nella *non resistenza*. Chi è flessibile supera le prove, chi è duro, rigido, prima o poi viene sconfitto. Il ribaltare così l'apparente debolezza in essenziale punto di forza diventò un principio tecnico di base, dando così origine ad una delle scuole più antiche di Ju-Jitsu tradizionale, la scuola dello spirito del salice per l'appunto, tuttora esistente e che da mezzo millennio si tramanda tecniche di combattimento a mani nude, consentendo di fatto a persone anche deboli e gracili di prevalere su avversari grandi e grossi, e pure più forti.

Questa storia del salice ci sembra abbia un po' a che fare con quella dei nostri alunni, quelli con disagio ed ancor di più quelli deficitari, con handicap, quindi con disfunzionalità riconosciute; se è certo che riguarda comunque un po' tutti, emblematici sono quei tre gracili rametti evocanti idee di fragilità, nel bosco presunto sano dei "normaloidi", proprio quelli che hanno saputo fare dei loro limiti perfino una risorsa per il gruppo. Navigare e fare esperienze connesse, pertanto, è stata per tutti una grande occasione per meglio conoscersi, scoprirsi, nei propri punti di forza come nei propri limiti, o addirittura di far dei propri limiti dei punti di forza.

Tornando per concludere sui principi del Manifesto, si rivendica nella vela solidale la valorizzazione della diversità più come ricchezza che impedimento, con una tradizione fondata sul rispetto di sé stessi, degli altri, e della Natura, un'esperienza episodica ma speciale, a bordo ma anche fuori, sempre da generalizzare, trasferendola poi ad altre esperienze, quelle di tutti i giorni, a terra, a scuola, a casa, altrove. Il nostro progetto "S...veliamoci!" è stato ogni volta, in acqua come a terra, una gran bella occasione per provare quel senso inatteso di *serendipity*, come ha notato Antonio Lo Iacono, che non riguarda solo gli adolescenti fruitori ma anche noi adulti mediatori: in altre più semplici parole, si è noi tutti poi trovato, nelle esperienze fatte, qualcosa di importante, ma che non avevamo chiaro nella mente prima di averle pienamente vissute.

Nota. Questo capitolo è stato scritto anche con il contributo di Umberto Mazzenga, il carismatico animatore dell'Associazione "CamminandoCon", che ha guidato in questi anni con passione, competenza ed umanità i nostri gruppi lungo i sentieri della Riserva Naturale dei Monti Navegna e Cervia e nel territorio del lago del Turano, prematuramente scomparso. A lui dedichiamo questo lavoro.

RIFERIMENTI BIBLIOGRAFICI

Attili G. (2011), *Psicologia Sociale*. Il Mulino Ed., Bologna.

Blake R., Mouton J. (1964), *The Managerial Grid*, Gulf Publishing, Houston.

Feuerstein R., Rand Y., Rynders J.E. (1995), *Non accettarmi come sono*. Sansoni Ed., Milano.

Feuerstein R., Feuerstein R.S., Falik L., Rand Y. (2008), *Il Programma di arricchimento strumentale di Feuerstein. Fondamenti teorici ed applicazioni pratiche* (a cura di M. Di Mauro), EricksonEd., Trento.

Lo Iacono A. (2009), *Psicoterapeuta in mare. La sfida della velaterapia*. Alpes Italia Ed., Roma.

Malaguti D. (2001), Leadership. Modelli a confronto. *ACP-Riv.Studi Rogersiani*, 1-28.

Menditto M, Rametta F. (1996^a), La Gestalt Psicosociale. *Signature*, SIG, Roma.

Menditto M, Rametta F. (1996^b), I livelli di esperienza e modalità di contatto. *Signature*, SIG, Roma.

Menditto M. (2010, a cura di), *Psicoterapia della Gestalt contemporanea. Esperienze e strumenti a confronto*. Franco Angeli Ed., Milano.

Sacconi M., Fucci M.R., Andropoli D., De Laurentiis S., Miletto R. (2015), L'insuccesso scolastico e la cura con la vela. *I Care*, 40, 3: 102-108.

www.handycup.it/IMG/pdf/Manifesto_Europeo_della_Vela_Solidale.pdf

www.robortomiletto-cambiamenti.it