Esagono

Andreas Fröhlich

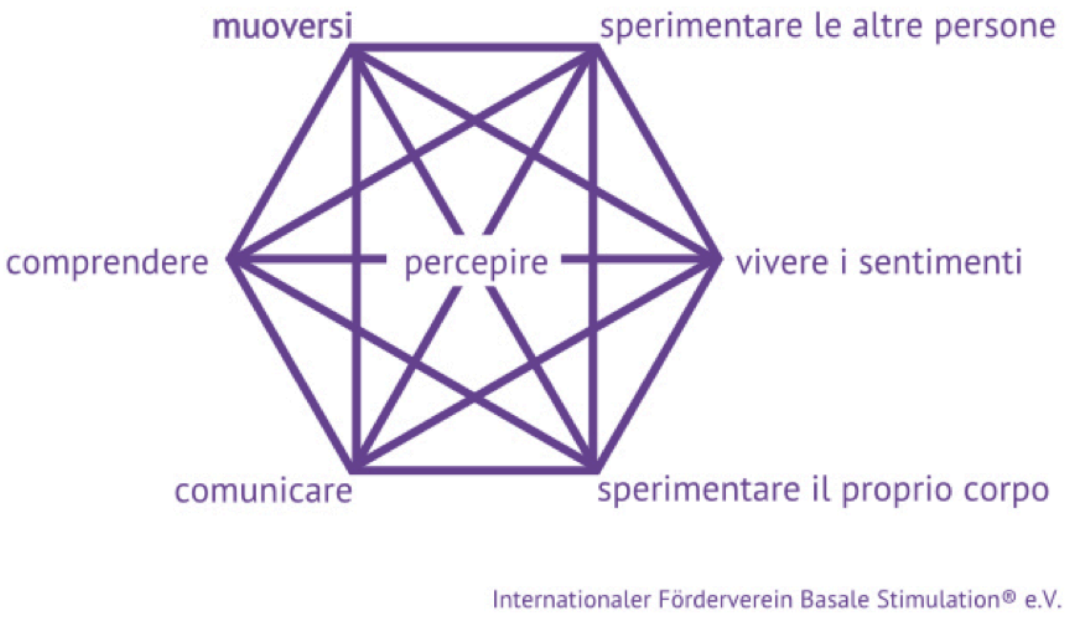
Traduzione italiana dal testo francese: Thérèse Musitelli e Jacques Rossier, febbraio 2011.

Come rappresentare graficamente l'idea di "globalità"?

Probabilmente non è possibile, ma anni fa Ursula Haupt ci ha provato, e noi abbiamo integrato e sviluppato questo esagono all'interno dell'approccio della Stimolazione Basale.

Ursula Haupt ha continuato a lavorare sullo schema iniziale e ha sviluppato una creazione viva e floreale, con petali.

Nell'approccio della Stimolazione Basale, questo esagono, strutturato in modo un po' più chiaro, è rimasto per noi un elemento determinante.



Schema 1

L'esagono comprende: esperienza corporea, cognizione, vissuti emotivi, comunicazione, percezione, movimento ed esperienza sociale.

La nozione di globalità è oggi diventata un termine passe-partout, usato in tutti i modi. Spesso vi si ricorre per prendere le distanze da concetti terapeutici derivanti da una visione monocausale e lineare.

La nozione di globalità si riferisce all'idea che non si consideri — o che non si debba considerare in primo luogo — un deficit o una malattia, ma l'essere umano nella sua interezza.

Il grande filosofo inglese Sir Karl Popper ha mostrato che non è possibile rappresentare in modo completo degli insiemi, cioè sistemi complessi, nelle loro interazioni interne ed esterne, se si è coinvolti in un tale sistema o se si costituisce, in quanto persona, un tale sistema. Tuttavia, cercheremo di evidenziare un'idea importante legata alla nozione di globalità.

I domini della personalità sono strettamente intrecciati e caratterizzati da interazioni costanti. L'essere umano compie esperienze simultanee, di valore più o meno equivalente, in domini diversi. Per esempio, un'informazione cognitiva comunicata dal medico si mescola a un'esperienza corporea caratterizzata dal dolore. Al tempo stesso, la persona compie un'esperienza sociale legata al modo in cui il medico trasmette il suo messaggio. Simultaneamente, gli altri domini vengono attivati e influenzano l'insieme dell'esperienza.

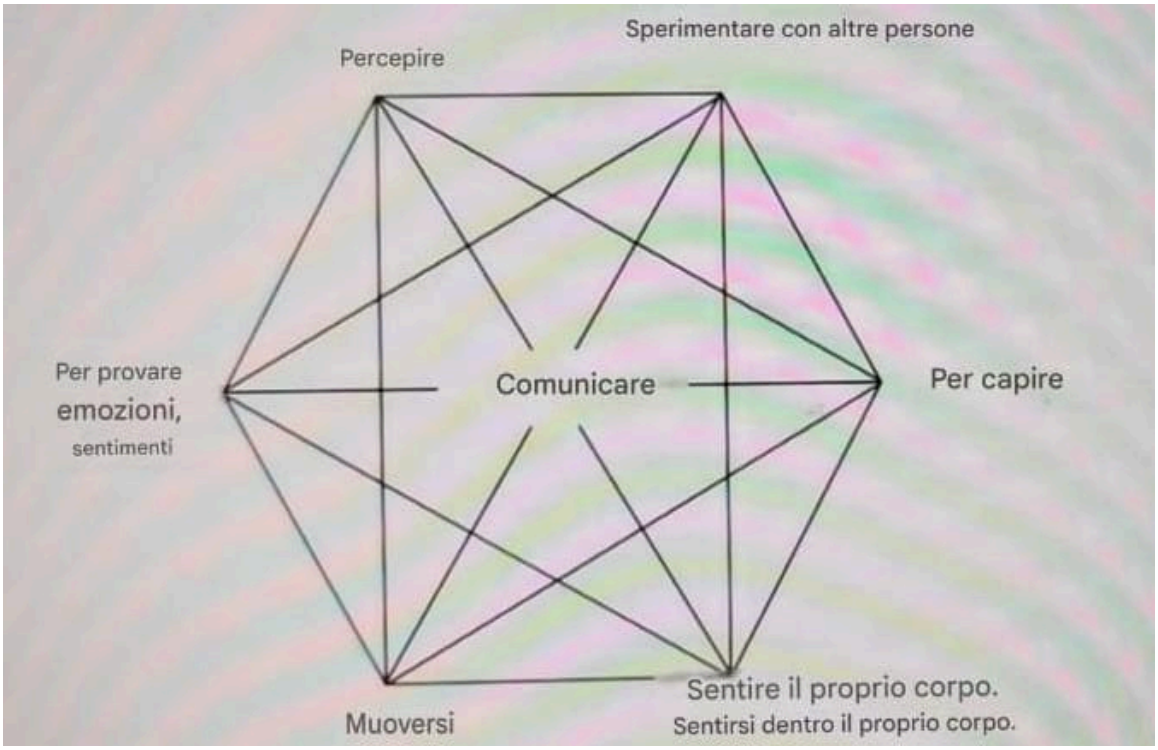
Alcune nuove idee

Alcune nuove idee si aggiungono ora alla rappresentazione di questo modello. È risultato che l'uso di sostantivi quali "percezione", "esperienza sociale", "comunicazione"… crea una rappresentazione molto statica dell'insieme. L'uso di questi concetti sotto forma di sostantivi fa credere che esista qualcosa come la comunicazione, la percezione o l'esperienza sociale in sé.

In realtà, si tratta sempre di attività umane attraverso le quali il soggetto percepisce, comunica e vive esperienze con altre persone.

Per questo propongo di usare dei verbi nella rappresentazione dell'esagono. Così diventa chiaro che si tratta di un processo vivo, che si svolge in uno scambio interno ed esterno costante.

I verbi sono: percepire, comunicare, muoversi, sentire il proprio corpo e sentirsi nel proprio corpo, fare esperienze con altre persone, provare emozioni e sentimenti, comprendere.



SCHEMA 2

Percepire

Percepire («wahr-nehmen») non ha nulla a che fare con la "verità" («wahr»). Percepire significa piuttosto "diventare attenti a qualcosa", cioè orientare la propria percezione e attenzione verso qualcosa.

In psicologia, oggi intendiamo con percepire il processo attivo consistente nel selezionare in modo orientato informazioni sensoriali, per riunirle e arricchirle con le esperienze precedenti. L'essere umano dà senso a queste stimolazioni scelte che gli giungono e crea un significato personale.

In questo dominio, gli esseri umani possiedono competenze particolari, sempre molto diverse individualmente, e alcune persone possono incontrare difficoltà al riguardo.

Se i professionisti parlano di "disturbi della percezione", si tratta quasi sempre del fatto che una persona attribuisce a una sequenza o a una costellazione di stimoli un significato diverso da quello attribuito dalla maggior parte delle persone che la circondano. Questa differenza interpretativa non è necessariamente una debolezza, un deficit o addirittura una patologia.

Comunicare

Per comunicazione intendiamo tutte le attività verbali e non verbali, con o senza l'uso di segni, che servono agli esseri umani per creare qualcosa in comune, suscettibile di essere compreso e condiviso da persone diverse.

Queste persone cercano di "accordare" le proprie attività sensoriali, di mettersi d'accordo su ciò che percepiscono e sulle conclusioni che ne traggono. Comunicare significa esprimersi, registrare ciò che è stato espresso e cercare di comprendere il messaggio.

Usiamo spesso il linguaggio verbale, ma non è affatto l'unico. È possibile comunicare anche attraverso segni corporei vitali: respirare, toccare, guardare…

Muoversi

Il movimento è una costante della vita umana. Fin dalla vita intrauterina osserviamo movimenti, dapprima come movimenti di sviluppo e, più tardi, dopo la nascita, sotto forma di attività complesse.

Il movimento permette di spostarsi nello spazio: è la mobilità. Il movimento permette il contatto, l'orientamento e, naturalmente, la modificazione di un oggetto o il suo spostamento. Poter muoversi è una delle caratteristiche più importanti dell'essere umano. Ogni restrizione di questa competenza è vissuta come una grande frustrazione.

Il movimento si esprime anche nella respirazione, nella digestione e nella circolazione sanguigna: attività corporee legate al movimento. Gli esseri umani sono quindi sempre in movimento. Una posizione completamente immobile è possibile solo per brevi istanti. Dobbiamo essere perpetuamente in movimento per mantenere il nostro equilibrio.

Sentire il proprio corpo – sentirsi nel proprio corpo

Certo, percepiamo grazie al nostro corpo e comunichiamo con e attraverso il nostro corpo, ma al tempo stesso percepiamo anche il nostro corpo come una specie di "oggetto". Lo sentiamo, lo dirigiamo, lo fermiamo, lo mettiamo in attività, ne percepiamo i confini e le modificazioni.

Supponiamo che il corpo stesso conservi ricordi legati al dolore, alla gioia, al contatto benefico o ad atti aggressivi. Il corpo può riattivare continuamente questi ricordi. Nelle situazioni che ci toccano profondamente, questi ricordi corporei possono facilmente risvegliarsi. Non possiamo riattivarli immediatamente e volontariamente: abbiamo l'impressione che si "sveglino" in modo involontario.

In un certo senso, il nostro corpo ha una certa "vita autonoma", che non sempre si sottomette alla nostra volontà cosciente.

Fare esperienze sociali

Le competenze dette “sociali” derivano da tutti gli eventi vissuti con altre persone, diventati così esperienze.

Oltre alla semplice comunicazione con altre persone, in ogni incontro viviamo la vicinanza o la distanza, l’avvicinamento o il rifiuto, la simpatia o il rifiuto, l’interesse o il disinteresse, la curiosità invadente o il rispetto. Gli esseri umani trasmettono tali informazioni e compiono queste esperienze, che lo vogliano o no.

Così, l’incontro con un’altra persona è sempre un’esperienza sociale di questo tipo. La somma di queste esperienze passate influenza ogni nuova esperienza. Il nostro modo di accogliere un’altra persona e il nostro vissuto attuale sono sempre colorati da ciò che abbiamo vissuto in passato.

Provare emozioni / sentimenti

Si potrebbero descrivere le emozioni come una colorazione del nostro vissuto attuale. Non viviamo in modo neutro, non comunichiamo in modo neutro, non incontriamo altre persone in modo neutro — anche se lo volessimo.

La situazione si “colora” sempre: assume un carattere piacevole o spiacevole, diventa avvincente o noiosa, eccita o calma, inquieta, attira o respinge. Più intensa è questa colorazione, più prendiamo posizione e più duraturi diventano i ricordi legati a quella situazione.

Vissuti molto intensi permeano completamente una situazione, influenzano fortemente la percezione, possono perfino impedire la comunicazione e possono diventare una pura esperienza corporea, per esempio il sentirsi “bloccati”; possono quindi modificare anche il nostro comportamento motorio.

Provare emozioni colora la vita, anche se a volte le emozioni possono essere molto “grigie”.

Comprendere

Le competenze umane di ordine cognitivo si riferiscono alla comprensione, alla capacità complessa di creare relazioni tra le cose, di trarne conclusioni e dedurne leggi da trasferire a nuove situazioni. Ciò richiede esperienze, conoscenze, valutazioni e riferimenti agli apprendimenti precedenti.

Questa capacità di comprensione è certamente più o meno marcata nelle diverse persone, ma il bisogno di comprendere situazioni, messaggi — e anche se stessi — fa parte della natura umana.

Il “dare senso” svolge un ruolo particolare nella percezione, ma è l’essenza del processo di comprensione. È importante dare senso a una situazione, a un incontro, integrarlo nella comprensione acquisita del mondo e creare così una continuità relativamente logica nella comprensione complessiva del mondo.

Una tale comprensione può esistere a livelli estremamente diversi. Una persona molto istruita può avere altre possibilità di comprendere rispetto a una persona che sembra vivere in un mondo molto semplice. Le persone con una mente vigile comprendono diversamente dalle persone malate e un po' disorientate che giacciono a letto. Ma entrambe si sforzano di comprendere, cioè di integrare ciò che vivono in un contesto comprensibile.

Torniamo alla nozione di "globalità"

Il nostro modello dell'esagono mostra che ogni dominio di competenza è costantemente legato agli altri domini, li influenza e, al tempo stesso, è influenzato da essi. Un'attività "isolata" non esiste: è sempre "collegata"; si potrebbe anche dire "sistemica".

La posizione occupata da ogni dominio è intercambiabile. Il dominio al centro può essere sostituito da qualsiasi altro dominio. Il dominio situato al centro può semplicemente essere considerato l'elemento su cui la persona è focalizzata, la sua preoccupazione attuale.

La nostra capacità di concentrarci su un elemento è limitata nel tempo; pertanto, il dominio collocato al centro può cambiare in qualsiasi momento ed essere sostituito da un altro dominio, come mostra il seguente esempio.

Non sempre è possibile, per intenzione e libero arbitrio, centrarci completamente su un dominio. Sarebbe certo piacevole potersi concentrare totalmente sulla comprensione a scuola o all'università (il dominio "comprendere" è al centro). Ma il corpo ci ricorda che restiamo seduti troppo a lungo o che l'aerazione della stanza diventa insufficiente (il dominio "sentire il proprio corpo" è al centro). I nostri vissuti colorano ciò che abbiamo registrato: per esempio, se il professore ci è antipatico, se la comunicazione con il vicino ci disturba, ci stimola o acquista sempre più importanza, al punto che non riusciamo più ad ascoltare il professore (il dominio "provare emozioni / sentimenti" è al centro).

Così osserviamo che viviamo simultaneamente, e in modo equivalente, questi domini di competenza in tutte le situazioni.

Ciò non vale soltanto per le persone a cui si rivolgono pedagogisti, terapeuti o operatori sanitari, ma anche per i professionisti stessi. Essi agiscono anch'essi in modo globale e non possono necessariamente stabilire se la loro attività, essenzialmente comunicativa, non risvegli nell'altro un'esperienza corporea precedente, o non riattivi una certa esperienza sociale, piacevole o spiacevole.

Dobbiamo quindi comprenderci come sistemi globali, caratterizzati da numerose interazioni in uno scambio costante, con pochi elementi stabili e immutabili.

Interazione

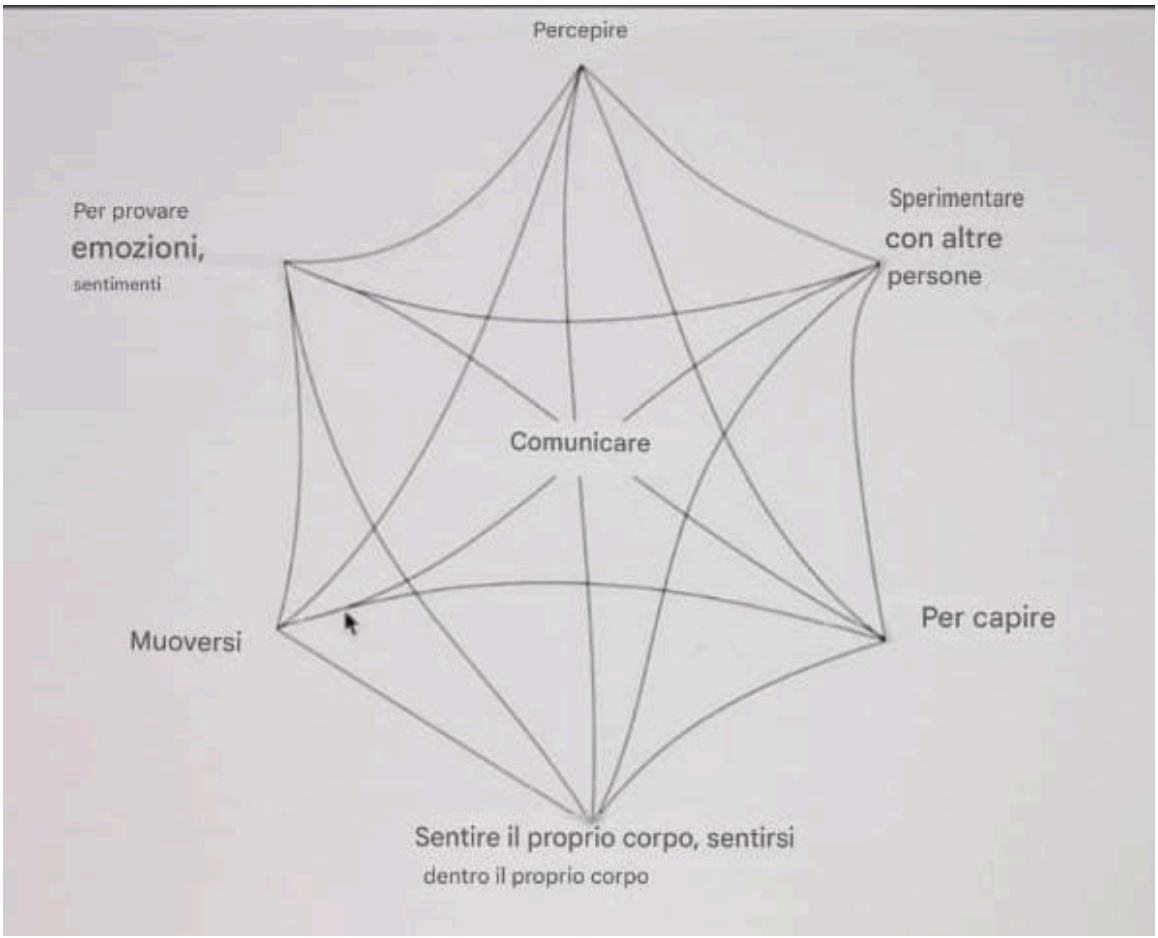
Durante un'interazione è importante essere consapevoli che si incontrano due sistemi globali. Non siamo certi che il dominio situato al centro — la preoccupazione centrale — sia identico per le due persone. In questo caso si potrebbe parlare di dialogo o interazione asimmetrica; di dialogo o interazione simmetrica se il dominio centrale delle due persone è identico.

Usare una nuova immagine?

Sarebbe forse opportuno abbandonare l'immagine dell'esagono classico a favore di un modello più "flessibile".

In situazioni diverse e in incontri diversi, questi sistemi hanno anche diversi centri di attività o "centri di gravità".

Il nuovo modello potrebbe forse presentarsi nel modo seguente (schema 3).



Utilità pratica

Si potrebbe obiettare che si tratta soltanto di nozioni astratte, con scarsa rilevanza pratica. Ma non è così: ciascuna delle nostre attività di incontro con un'altra persona coinvolge la persona nella sua interezza, indipendentemente dal fatto che l'attività sia orientata alla pedagogia, alla terapia o all'assistenza.

In questi incontri creiamo situazioni sociali e vi colleghiamo certe esperienze dell'interlocutore — che lo vogliamo o no. Suscitiamo emozioni — che lo vogliamo o no. Le suscitiamo non soltanto nell'interlocutore, ma anche in noi stessi.

In questo senso, le attività professionali non possono essere ridotte al loro aspetto esclusivamente professionale, materiale e standardizzato, ma devono rivolgersi all'essere umano nella sua interezza, con le sue competenze esistenziali globali.

Se questa "globalità" fosse realmente vissuta, molte tentativi di spiegazione, informazione e persuasione avrebbero maggiore successo.

Nota

Testo originale in francese: Andreas Fröhlich, «Hexagone», 2011. Traduzione francese: Thérèse Musitelli e Jacques Rossier, febbraio 2011. Traduzione italiana preparata come supporto didattico.