

Intervista con
Bonnie Bainbridge Cohen

a cura di Lisa Nelson e Nancy Stark Smith, per CQ

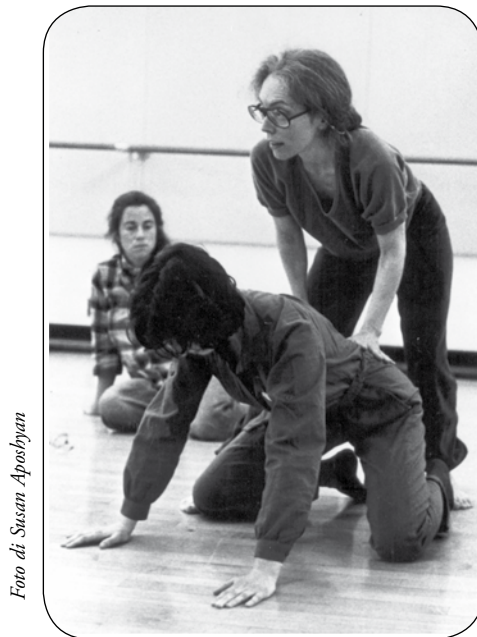


Foto di Susan Aposhyan

Bonnie nella riorganizzazione dei pattern in un adulto.

CQ - Cosa ti fa pensare che il primo anno di vita sia cruciale per lo sviluppo senso-motorio del bambino?

BBC - È il periodo in cui si stabilisce la relazione tra processo percettivo (il modo in cui uno sente, vede, ecc.) e processo motorio (il modo in cui uno si muove, ovvero agisce nel mondo). È questa la base da cui, nel corso della vita, si evolve il nostro modo di agire, sia nel recepire che nell'esprimersi. È di fondamentale importanza, io credo, lavorare con i bambini nel primo anno di vita, perché questo ci permette d'instaurare un punto di partenza più ampio, con maggiori possibilità di scelta non solo nel saper individuare situazioni e problemi, ma anche nell'agire rispetto a essi; ciò dà ai bambini la più grande varietà di scelta per orientarsi nell'azione.

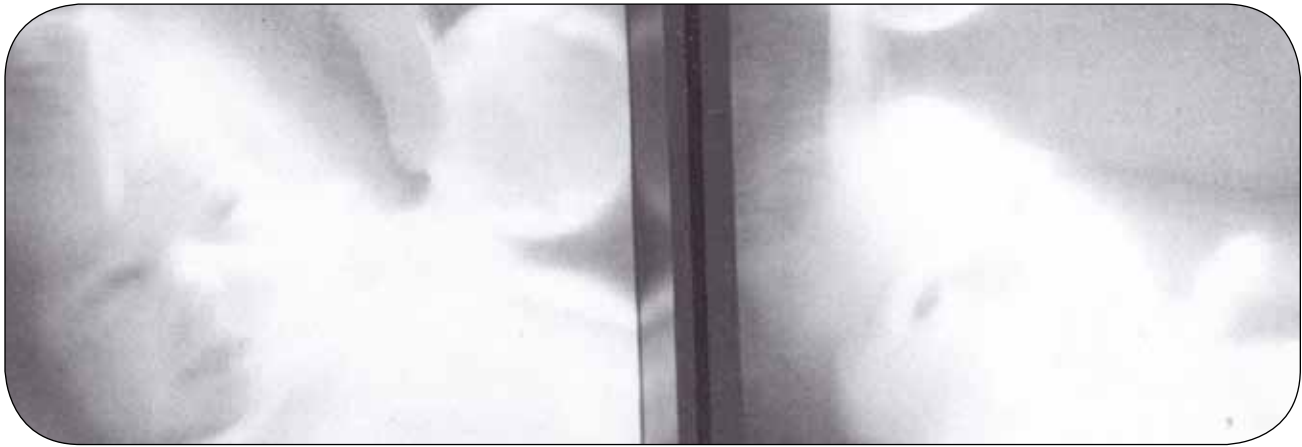
CQ - Perché è così importante partire da una base più ampia?

BBC - Ecco, vi do un esempio: molte persone adulte padroneggiano una quantità limitata di pattern senso-mo-

tòri (compresi i pattern di movimento dell'età evolutiva). Ad alcuni pattern sono in grado di ricorrere, ad altri no. Quelli che non sono loro accessibili rimangono inutilizzabili nella vita di ogni giorno – nel pensiero e nell'azione. Ciascun pattern è presente in noi come potenzialità, ma finché non lo mettiamo in atto, esso rimane inaccessibile. Pertanto, le nostre scelte, nell'agire e nel modo di vedere le cose, saranno più limitate di quando invece tutti i pattern si sviluppano nella loro naturale progressione, secondo il ritmo del nostro orologio interno, su una solida base di partenza.

CQ - Cosa succede, in pratica, se alcuni pattern fondamentali non sono ben sviluppati?

BBC - Nella maggior parte delle persone con cui lavoro, praticamente in tutte, qualsiasi tipo di difficoltà è riconducibile allo sviluppo in età evolutiva, che il problema sia sociale, psicologico o fisico. Di sicuro si può vedere, per esempio dal modo in cui un bambino gattona, se



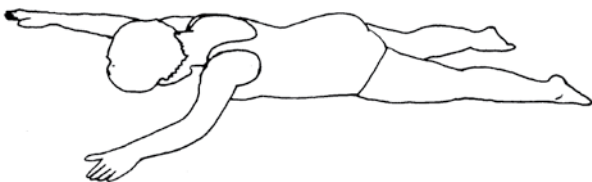
Un neonato di 1-2 giorni che insegue visivamente una palla.

in futuro avrà problemi alle ginocchia o alla schiena. Quando si osservano gli adulti, si possono riconoscere dei pattern che contribuiscono a causare sindromi della regione lombare, o problemi sacro-iliaci, oppure al ginocchio, alla caviglia o al collo. Per fare un altro esempio, prendiamo i bambini che camminano senza distribuire il peso del corpo sull'intero piede: ecco, questi bambini rischiano in seguito il collasso dell'arco plantare o slogature e fratture della caviglia, perché il peso non viene ripartito nel modo giusto. In base a come il bambino sviluppa inizialmente i vari pattern, si può prevedere ciò che in futuro andrà a causare dei problemi. Lavorando col bambino su questi schemi di movimento, proprio nel periodo del suo primo sviluppo, possiamo aiutarlo a progredire nell'acquisizione di un allineamento, di un modo di agire e di un'integrazione, più forti ed equilibrati.

CQ - Cosa intendi per pattern?

BBC - Tutti i fenomeni naturali si organizzano secondo degli schemi. Il sistema nervoso è progettato per funzionare secondo degli schemi, cioè dei pattern che, potenzialmente, sono innumerevoli, ma cui non è possibile accedere finché non vengono stimolati a manifestarsi, cioè finché noi non li mettiamo davvero in atto. I pattern oscillano continuamente tra efficienza e inefficienza.

Radialità ombelicale

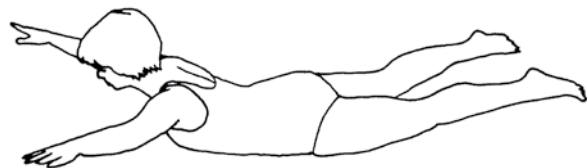


CQ - Potresti darci un esempio di pattern dello sviluppo in età evolutiva?

BBC - Prendiamo la progressione del nostro sviluppo motorio, che va dalla nascita alla posizione eretta e al camminare. Si distinguono quattro pattern di base: movimento spinale, movimento omologo (le due braccia o le due gambe contemporaneamente), movimento omolaterale (braccio sinistro e gamba sinistra contemporaneamente, braccio destro e gamba destra contemporaneamente) e movimento controlaterale (braccio sinistro insieme a gamba destra, braccio destro insieme a gamba sinistra). Inizialmente il bambino alza la testa; successivamente striscia, si mette seduto, gattona, sta in piedi e infine cammina. Durante ciascuna di queste fasi, si sviluppano (o non si sviluppano) dei pattern specifici, dei movimenti coordinati. Direi che questi pattern dello sviluppo corrispondono all'organizzazione neurologica.

CQ - Come avviene che i pattern dello sviluppo vengano stimolati?

BBC - Può accadere che la persona cominci a muoversi secondo questi schemi spontaneamente, seguendo il proprio orologio interno; oppure ciò può verificarsi quando lo richiede l'ambiente in cui si trova. Il linguaggio, per esempio, non si sviluppa se nessuno parla con noi. Sui nostri pattern incide anche il modo in cui, quando siamo bambini, i genitori si occupano di noi.



Successivamente, col lavoro sul corpo e la terapia, si può aiutare una persona ad acquisire più coscientemente pattern non sviluppati durante l'infanzia.

CQ - È indispensabile che ogni bambino/individuo compia l'intero percorso, passando per tutti gli schemi di movimento? Alle volte, un bambino salta apparentemente qualche stadio - per esempio quello dello strisciare o del gattonare - ma alla fine si alza in piedi e cammina anche lui.

BBC - Io credo che sia necessario attraversarli tutti, e per tutti i bambini. Non è una questione vitale, ma è qualcosa di necessario per uno sviluppo più completo, per instaurare quell'ampia base di cui parlavo prima.

CQ - Se strada facendo capita di saltare un pattern, si può fare marcia indietro e recuperarlo più tardi?

BBC - Sì. È questo il punto: si può tornare indietro, anche da adulti, e recuperare dei pattern, anche se, certo, è più difficile.

CQ - Che cos'è che lo rende più difficile, da adulti?

BBC - Da bambini, il processo è inconscio. Non sappiamo come ciò avvenga, né per quale ragione, ma si verifica; e i pattern si affermano nel nostro sistema nervoso senza che noi ce ne rendiamo conto. Da adulti, se abbiamo deciso di farlo, se ne abbiamo l'opportunità, magari con qualcuno che ci guida attraverso di essi, ci arriviamo coscientemente.

CQ - Come può un adulto aprirsi a nuovi pattern?

BBC - Ebbene, se è vero che il corpo è lo strumento attraverso il quale la mente si esprime, noi possiamo utilizzare una



grande varietà di melodie, di rime, di toni. Negli adulti, bisogna riconoscere e valutare i pattern compensatori, che sono profondamente intrecciati con quelli di tipo emozionale e cognitivo.

CQ - I pattern possono quindi farci aprire a diversi modi di comportarci, pensare, agire, sentire - a tutto questo?

BBC - Già, a qualsiasi qualità tu voglia dare alla mente. Qualcosa che possiamo esprimere solo attraverso il corpo. Quanti più tracciati neurologici si stabiliscono nel corpo e quanto maggiore è l'integrazione di base, tanto più facile sarà esprimere la pluralità dell'essere e tanto più profonde e di più ampio respiro saranno le capacità di espressione e di comprensione.

Quando tocco un bambino piccolo dandogli il mio sostegno in un pattern di movimento scarsamente sviluppato o del tutto assente, alle volte il genitore mi dice: "Io penso che mio figlio dovrebbe essere libero di fare ciò che vuole: i piccoli sanno da soli cos'è meglio per loro". Anch'io la pensavo così, finché col tempo ho avuto modo di osservare, man mano che i bambini crescevano, che ciò che sceglievano dipendeva semplicemente da un limite del loro sistema, non da un'intuizione di cosa fosse meglio per loro. Non è che il neonato scelga in base a chissà quale profonda conoscenza intuitiva, fa quel che fa perché di fatto non ha altra scelta. E così, a causa di un suo limite, giunge a scegliere il pattern sbagliato, quello che gli fornirà una base poco efficace per crescere. D'altra parte, anche quando il bambino non arriva a compiere il percorso evolutivo nel migliore dei modi, quel percorso non gli è definitivamente precluso e resta aperto a possibili sviluppi nel futuro.

I PATTERN DI MOVIMENTO

CQ - Quali sono i pattern fondamentali per lo sviluppo del movimento?

BBC - Per definire i pattern di movimento, l'elemento-chiave è la zona da

Movimenti spinali dalla testa alla coda e dalla coda alla testa.



cui il movimento ha inizio e il modo in cui si propaga nel corpo. Altri due elementi-chiave sono l'attenzione e l'intenzionalità.

Ciò che vedo, adesso come adesso, è che, oltre ai tradizionali riflessi, esistono anche 14 fondamentali pattern di movimento. Prima di tutto abbiamo i movimenti spinali – quelli che partono dalla testa e quelli che partono dall'estremità caudale [d'ora in poi, "coda", N.d.T.]. Poi ci sono gli omologhi, in cui il movimento parte da entrambe le mani o da entrambi i piedi. Mani e piedi possono alternarsi, un po' come fa la rana quando salta. Ci sono gli omolaterali, che sono movimenti iniziati dal braccio e dalla gamba della parte destra o della parte sinistra, in avanti o all'indietro, in cui braccio e gamba vanno nella stessa direzione. Ci sono infine i movimenti controlaterali, che sono movimenti, in avanti o all'indietro, iniziati contemporaneamente dal braccio destro e dalla

Penso che tutti i pattern mentali si esprimano nel movimento, attraverso il corpo. E che tutti i pattern di movimento fisico abbiano una loro mente. È proprio questo ciò di cui mi occupo.

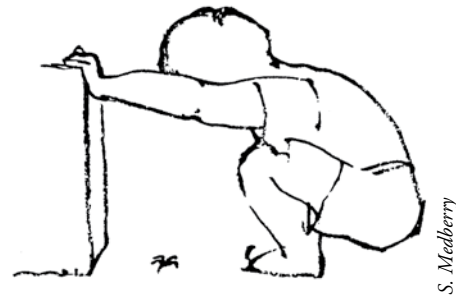
gamba sinistra o dal braccio sinistro e dalla gamba destra. All'interno di ogni fase evolutiva abbiamo un pattern di spinta e un pattern di protensione e trazione. I pattern di spinta si sviluppano prima di quelli di protensione e trazione. Gli ultimi due pattern, la radialità ombelicale e la respirazione, sono in realtà i primi a svilupparsi e a sottendere tutti gli altri. Ogni pattern, sviluppandosi, sottende tutti i pattern successivi, i quali a loro volta comprendono tutti quelli che li precedono. I pattern non spariscono. E se un pattern non funziona bene, ciò si ripercuote su tutti gli altri.



Bebé di 7 mesi nel pattern di spinta omologa.

CQ - Che cos'è la radialità ombelicale?

BBC - Il pattern della radialità ombelicale, che si osserva bene nel neonato, è quello in cui il movimento si avvia dall'ombelico. Si tratta di un pattern circolare, con simmetria radiale, come nella stella marina. Per esempio, quando tenete in braccio un neonato, vedete che è sempre necessario sostenergli la testa, altrimenti all'improvviso gli ricadrà all'indietro. Ebbene, se osservate attentamente, vi accorgete che il suo movimento ha origine nell'ombelico, e non nel collo. Oppure, se il neonato vi si rannicchia addosso, potrete osservare come la flessione del suo corpo abbia anche in questo caso origine nell'ombelico. Si potrebbe dire che il senso di questo pattern è che la testa non è più importante delle altre estremità, cioè che le sei estremità – la testa, le mani, i piedi e la coda – si equivalgono e sono controllate dal centro del corpo.



S. Medberry

CQ - "Pattern di spinta" e "pattern di protensione e trazione": questa terminologia è tua?

BBC - Sì. I termini "spinale, omologo, omolaterale e controlaterale" sono della tradizione scientifica. Ma "pattern di spinta" e "pattern di protensione e trazione" sono espressioni che ho coniato io.

CQ - Ci puoi spiegare la differenza fra il pattern di spinta e il pattern di protensione e trazione?

BBC - Certo. Nel primo dei pattern, quello spinale che inizia dalla testa, la spinta va verso la coda. Ciò si verifica

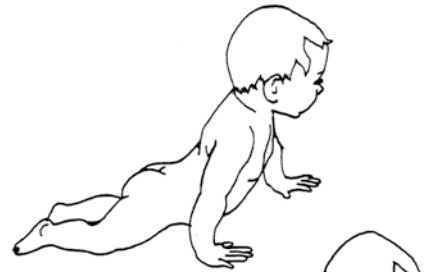


Bebé di 11 mesi nel pattern di protensione omologa.

quando, stando sulla pancia e spingendo con la testa contro il pavimento, il corpo si sposta all'indietro, ovvero verso la coda. Se invece la spinta della spina inizia dalla coda, il corpo si muove in avanti, verso la testa. C'è poi la spinta omologa che parte dalle braccia. Si verifica quando dalla coda la spinta non va solo verso la testa, ma anche verso le mani, che cominciano a spingere contro il pavimento, indirizzando a loro volta la forza all'indietro, verso le gambe. A questo punto, le gambe esercitano una spinta in avanti, verso una delle braccia, che a sua volta trasmette la spinta all'indietro, verso la gamba di quello stesso lato, facendo allungare e incurvare quella metà del corpo. Quando la forza che produce l'allungamento raggiunge il piede, l'anca sul lato opposto si rilaschia automaticamente, la gamba corrispondente si flette e spinge in avanti, verso il braccio dello stesso lato. Il che significa che il protendersi di quel braccio è potenziato dalla spinta della gamba, ne è quindi il risultato. Quello che ho appena descritto è lo strisciare omolaterale sulla pancia, l'ultimo dei pattern di spinta. È attraverso i pattern di spinta che definiamo la nostra kinesfera: spingendo dall'estremità anteriore attraverso il corpo fino a quella posteriore, e viceversa, determiniamo la nostra posizione fra queste due estremità, definiamo il nostro spazio personale. I pattern di spinta si formano in genere durante i primi sei mesi di vita e servono a sviluppare la potenza. È propria di questi pattern un'attenzione rivolta soprattutto all'interno e il loro movimento è caratterizzato dal senso del peso e dal radicamento a terra.

Dopo l'ultimo dei pattern di spinta, quello in cui il bambino si spinge lungo il pavimento strisciando sulla pancia (strisciamento omolaterale), arriva il primo pattern di protensione e trazione, quello spinale della testa, che dà il via ai cambiamenti di livello nello spazio. Quando il bambino si solleva da terra, ripercorre tutta la sequenza, dal movimento spinale a quello a due arti (omologo) fino a quello a un solo arto (che in questo caso più che omolaterale è controlaterale). A questo punto però, i movimenti iniziano con pattern di protensione e trazione anziché con quelli di spinta. In quelli di protensione e trazione ci si muove nella stessa direzione dell'arto che dà inizio al movimento: se in avanti, partendo dalla testa e dagli arti superiori, se all'indietro, partendo dalla coda e dagli arti inferiori. Ci si muove andando oltre la propria kinesfera, misurando lo spazio e protendendosi verso ciò che è oltre noi stessi. In questo modo i pattern del protendersi e del tirare portano ad accrescere l'attenzione verso l'esterno e conferiscono leggerezza al movimento. È importante notare che il pattern del protendersi e tirare a partire dalla testa non corrisponde tanto a uno stiramento di testa e collo o della spina, quanto piuttosto a uno spostamento dell'attenzione dal mondo che è dentro di noi a quello fuori di noi. La percezione sensoriale viene attivata e si orienta su qualcosa che sta a un'altezza

Movimento omologo di entrambe le braccia ed entrambe le gambe.



Rana (anfibia)

maggiore dal livello del suolo. Se cerchiamo di cambiare di livello, tramite la spinta omologa degli arti inferiori, spingendoci solamente con le gambe (cosa assolutamente possibile), proviamo una specie di offuscamento agli occhi e alla testa e un senso di pesantezza diffuso nella spina; questo accade perché, mentre il corpo si è spostato in altezza, il livello percettivo è rimasto immutato.

Dunque, con i pattern di spinta si definisce la propria kinesfera personale (tramite compressione, o meglio per via della connessione degli arti tra loro attraverso il tronco), mentre con i pattern di protensione e trazione si oltrepassa la propria kinesfera (con un estendersi dell'attenzione e degli arti nello spazio, oltre quello personale).

Se è vero che, nel caso di pattern efficienti, lo spostamento in altezza dovrebbe avvenire tramite pattern di protensione spinale della testa o della coda, è anche vero che esso necessita del supporto dei pattern di spinta. In caso contrario, il tronco mancherebbe di stabilità e d'integrazione. Dall'altra parte, se lo spostamento in altezza prende inizio dai pattern di spinta, viene a mancare il relativo

trebbe portarli ad abbassarsi al livello del suolo, oppure a scegliere un qualunque punto di altezza intermedia (in ginocchio, a metà strada dalla posizione eretta, ecc.). A volte faccio fare l'esercizio a un solo allievo, mentre gli altri sono invitati a fare dei commenti ad alta voce, quando pensano che l'allievo che fa l'esercizio si trovi a un livello percettivo per lui ottimale. E le osservazioni sono così precise che le persone coinvolte rimangono sbigottite, quando si accorgono di essere realmente in grado di vedere una cosa del genere. Il fatto è che a un certo punto, quando viene raggiunto l'equilibrio fra facoltà percettiva e altezza da terra, dall'intera persona emana un senso di chiarezza e luminosità.

Facciamo un banale esempio: capita che al mattino vi alziate dal letto di malavoglia, che vi trascinate qua e là nelle attività della giornata e che quando finalmente alla sera ripiombate sul letto, proviate un gran senso di sollievo nel ritrovare quella parte di voi che al mattino avevate lasciato lì, nel letto.

E' molto importante che, mentre eseguiamo un movimento, la nostra attenzione (che è ciò che ci stimola) e la nostra intenzione (che è ciò che vogliamo ottenere in rapporto a quel dato stimolo) siano in linea con il movimento che stiamo facendo. Questo è fondamentale.

cambiamento a livello di percezione e di attenzione. Se i pattern di spinta non sono ben coordinati con i pattern di protensione e trazione, pur attuandosi il movimento nello spazio, viene a mancare l'integrazione, ovvero il coordinamento dell'atto senso-motorio. Prendiamo per esempio un bambino di circa un anno nel momento in cui lo mettiamo giù per farlo dormire. Se mentre lo state adagiando i suoi sensi sono sintonizzati a un livello superiore, anche se è molto stanco, si rimette immediatamente in piedi.

CQ - Cosa intendi quando dici "i suoi sensi sono sintonizzati a un livello superiore"?

BBC - Un bambino di circa un anno sa stare in piedi e a volte sa già camminare. Ma, quando lo mettiamo sdraiato, a livello sensoriale è come se stesse ancora in piedi. Una volta sdraiato, il suo livello di percezione sensoriale non cambia e il bambino vuole subito rimettersi in piedi. A questo punto non è facile farlo sdraiare per farlo addormentare, non perché è testardo nonostante la stanchezza, ma perché non ha imparato a passare dalla consapevolezza dello stare in piedi a quella dello stare in posizione sdraiata, a terra.

Uno degli esercizi che, durante una lezione, faccio eseguire spesso agli adulti è di farli alzare in piedi, notare cosa provano, per poi invitarli a tornare al livello d'altezza in cui si sentono percettivamente più lucidi. Questo po-

CQ - Che tipo di risposte ricevi quando insegni questi pattern a persone adulte? Perché li trovano interessanti?

BBC - Non so perché, ma di tutto il mio lavoro questa è la parte che ha più successo. Sono molte le persone interessate allo sviluppo. Penso che quest'interesse stia in genere diffondendosi in ambito culturale: riviste molto diffuse pubblicano articoli sullo sviluppo. Danzatori e terapeuti - Simone Forti, Marsha Paludan, Jean Houston e Robert Masters, per fare solo alcuni nomi - si sono occupati dell'argomento. C'è più consapevolezza riguardo al tema del movimento in età evolutiva.

A quanto sembra, in genere i pattern risultano stimolanti, e credo che questo abbia in gran parte a che fare con il risvegliarsi delle facoltà percettive e il loro connettersi al movimento. Molte persone rimangono sorprese dalle difficoltà che incontrano in relazione ad alcuni dei pattern. Ma, quando finalmente le superano, sentono la propria mente aprirsi.

CQ - Pensi che l'apertura della mente abbia una base neurologica?

BBC - Quale altro mezzo ha la mente per esprimersi se non il corpo? Quali strade può percorrere se non quelle che il corpo stesso va via via scegliendo per muoversi e per svolgere le sue funzioni?

CQ - Vorresti dire che non esistono passaggi neurologici cui non corrisponda un'espressione fisica? Che non vi siano connessioni finalizzate ad altro?

BBC - Penso che tutti i pattern mentali si esprimano nel movimento, attraverso il corpo. E che tutti i pattern di movimento fisico abbiano una loro mente. È proprio questo ciò di cui mi occupo. In un workshop, quando i partecipanti sono presi da un determinato pattern, si stabilisce una certa mente, una sorta di stato d'animo, di tutta la stanza. Quando poi si cambia tipo di pattern, cambia anche l'atmosfera nella stanza. Quando, per esempio, siamo presi dai pattern di spinta, è come stare dentro una grotta; poi passiamo ai pattern di protensione e trazione, e tutta la stanza s'illumina: improvvisamente le persone coinvolte s'accorgono della luce, dei suoni e delle altre persone intorno a loro. Qualunque sia il lavoro che si sta facendo, che si tratti dei sistemi corporei o di quelli dello sviluppo, le persone coinvolte rimangono colpite di ritrovarsi a che fare con delle manifestazioni fisiche della mente. Quando entriamo in sintonia con l'equilibrio che s'instaura tra mente e attività fisica, ci si presenta la possibilità di scegliere, di fare scelte consapevoli.

CQ - Scegliere cosa?

BBC - Di cambiare la nostra mente, se vogliamo. Ovvero, di avere più possibilità di scelta nell'accostarsi alle cose, nel come vederle – come ho già detto a proposito dei bambini.

CQ - Questo significa arrivare a modificare dei comportamenti abituali?

BBC - Sì, ci si apre a comportamenti nuovi e, inoltre, si possono vedere senza troppi pregiudizi i pattern che già ci sono abituali. Non è detto che un certo pattern - di movimento o di tipo mentale - debba essere del tutto negativo; può essere però insufficiente. Un particolare stato mentale, o un certo pattern, non sempre sono quelli adatti ad affrontare determinate situazioni. Forse, quando i bambini seguivano passo passo le orme dei propri genitori la cosa poteva funzionare, perché esisteva un solo modo di strutturarsi in pattern. Ma, nella nostra cultura, più sono diversi i modi in cui si è in grado di muoversi e di percepire, più speranze ci sono per il mondo. Le cose stanno così. Noi non rendiamo le persone "perfette" - ci sono sempre delle difficoltà da superare - ma speriamo di aiutare le generazioni future a districarsi meglio in una realtà così sfaccettata e complessa come quella del mondo in cui viviamo.

Movimento omolaterale: braccio sinistro e gamba sinistra insieme; braccio destro e gamba destra insieme.



Lucertola (rettile)





Bebè di 16 giorni che si protende con la lingua verso il capezzolo con lo sguardo perso negli occhi della madre.

CQ - Mi sembra di capire che, se uno ha dei problemi nell'eseguire un certo movimento di danza, le difficoltà si possano attribuire a un difetto nell'organizzazione dei pattern o addirittura alla completa mancanza di alcuni pattern. È possibile tornare indietro e arrivare a recuperare questi pattern per eseguire più agevolmente un dato movimento?

Trovo estremamente interessante il fatto che sistema nervoso e pelle derivino entrambi dall'ectoderma embrionale.

Ciò significa che senso tattile e sistema nervoso hanno in comune l'elemento di base, sono l'uno il riflesso dell'altro, o forse è meglio dire che la pelle è il riflesso esterno del sistema nervoso.

BBC - Sì. Se sei un danzatore, o uno che in qualche modo si occupa di danzatori, e per esempio vedi che le cose non vanno bene nelle sequenze di rotolamento in diagonale (in cui il movimento ha inizio nella parte superiore o in quella inferiore del corpo), il problema può consistere nell'assenza del pattern di protensione e trazione spinale della testa e/o della coda, con la conseguenza che non può esserci nemmeno quello della mano o del piede. Se il problema è questo, c'è da risalire più indietro, ai pattern di spinta. Vedrai infatti che il problema si manifesta non solamente nel rotolamento, ma anche stando in posizione prona.

I pattern si manifestano nel bambino sia quando sta in posizione prona (a pancia sotto) sia quando sta supino (sdraiato sulla schiena), ma nei due casi il suo atteggiamento è diverso.

Intendo dire che, se il bambino è prono e i suoi arti sono in estensione, è tutto il suo corpo che si muove nello spa-

zio. Se invece fa la stessa cosa da supino, sono solo gli arti a muoversi nello spazio. Da prono, il bambino agisce su se stesso, da supino, manipola l'ambiente circostante. Le due posizioni, prona e supina, sono speculari.

Poco dopo la nascita, il neonato sta in posizione flessa con la testa girata da una parte o dall'altra, sia quando sta sulla schiena sia quando sta sulla pancia. A tre mesi circa, stando a pancia sotto, è in grado di tirarsi su con gli avambracci; stando invece sulla schiena riesce a unire le mani sulla linea mediana, tenendole a una distanza dal corpo uguale a quella di quando sta prono. Passa un altro mese e il bambino da prono riesce a tendere i gomiti e appoggiarsi sulle mani, mentre da supino riesce a distendere i gomiti per protendersi verso un oggetto che si trova sopra di lui. Più avanti nel tempo, nel momento in cui stando sulla pancia riesce a spingere il proprio corpo curvandolo omolateralmente, comincia a saper rotolare da prono a supino e da supino a prono e a protendersi verso oggetti che si trovano al suo fianco.

Se il bambino non riesce a eseguire un movimento stando sulla pancia, ciò avrà in seguito ripercussioni su pattern che normalmente si attuano a un livello più alto, a una maggiore distanza dal suolo. È possibile ricondurre un problema motorio, che si verifica stando sul piano verticale ovvero in piedi, a un determinato pattern evolutivo;

su tale pattern è poi possibile lavorare con la persona distesa sulla pancia, cioè sul piano orizzontale.

Una volta, uno studente che frequentava le mie lezioni sullo sviluppo raccontò una storia interessante: una sua amica, che mi sembra fosse andata a Bali per insegnare danza, aveva scoperto che lì nessuno sapeva saltare. Nessun adulto era in grado di fare un salto. Durante il nostro stage, lo studente arrivò a capire che ciò dipendeva dal fatto che mancava loro un pattern, quello di spinta omolaterale a partire dagli arti inferiori. Venne fuori che in quel paese i bambini non vengono messi a terra finché non sono in grado di camminare, per la presunta presenza di spiriti maligni nel suolo, e che quindi non strisciano mai sulla pancia. Un'intera cultura che non ha mai strisciato, un'intera cultura che in età adulta non è capace di saltare. Se si vuole fare un salto mentre si sta sui due piedi, non si può non avere come base il pattern di spinta omolaterale degli arti inferiori. Sarebbe interessante fare un progetto di ricerca a Bali per insegnare agli adulti a strisciare

sulla pancia e poi vedere se riescono a saltare. Di questa storia di Bali quello che m'incuriosisce è che in questo caso forse non si tratta solo di una mancata esperienza, ma di millenni in cui il materiale genetico è stato forgiato fino a generare la condizione attuale. Quanto è dovuto ai geni e quanto all'ambiente? Se un bambino americano crescesse a Bali secondo le abitudini locali, sfrutterebbe lo stesso le possibilità dei suoi geni, anche se condizionato dall'ambiente. Ma se un bambino di Bali crescesse qui da noi, riuscirebbe a strisciare sulla pancia? Nell'ambito di quella cultura, le potenzialità genetiche relative a quel dato pattern sono davvero carenti o semplicemente non vengono utilizzate?

CQ - Insomma, si potrebbe anche dire che, se ci si ritrova bloccati in un determinato atteggiamento di tipo mentale o emozionale, riconducibile a un abituale pattern di movimento, lavorando su quel pattern si può riuscire a cambiare l'atteggiamento. È così ?

BBC – E già.