



Franca Zagatti

Accordi

Un laboratorio di danza sul tema del conflitto

Premesse

Qualche anno fa ho condotto un laboratorio di danza educativa in una III classe del Liceo Ariosto di Ferrara sul tema del “conflitto”. La richiesta era nata dagli insegnanti di classe che avevano ritenuto che un lavoro attorno a questo argomento potesse essere particolarmente utile a contrastare le controversie e le discussioni che si venivano a generare con frequenza all’interno del gruppo. La proposta era piuttosto vaga (In che senso la parola conflitto doveva essere intesa? Conflitto interiore? Conflitto fra gruppi? Conflitti sociali? Conflitto bellico? In che modo avrei potuto collegarmi alla danza?); per questo all’inizio mi trovai un po’ spiazzata, ma conoscevo le insegnanti e sapevo che in genere i loro suggerimenti meritavano ascolto e fiducia. Mi lasciarono carta bianca, per loro l’importante era trovare un modo per riflettere sul concetto di conflitto. Ricordo che fu proprio il carattere pluriverso del termine ad appassionarmi. Incominciai a cercare materiale informativo on line, e, semplicemente digitando il termine, fui sommersa da informazioni, anche di qualità, che mi aiutarono a orientare le piste di lavoro e a mantenere l’argomento entro precisi confini di indagine. Più difficile risultò correlare le piste di riflessione concettuale alle attività di movimento e danza: in questo mi fu di grande aiuto il lavoro proposto da una Compagnia di danza contemporanea la Ludus Dance che aveva fatto uno spettacolo sul tema del conflitto dal titolo *Clash*, al quale aveva collegato delle attività preparatorie alla visione¹.

Attraverso un percorso piuttosto elaborato di selezione dei vari materiali raccolti, alla fine riuscii a pianificare con una certa organicità i cinque incontri di tre ore ciascuno che mi erano stati richiesti. Il laboratorio riuscì particolarmente bene e il gradimento fu alto sia fra gli insegnanti, sia fra i ragazzi.

¹www.ludus.org

Non ho più avuto occasione di riproporre questo lavoro in altre classi, ma in questa “Primavera di fuoco”, attraversata da pericolosi focolai e da altrettanto pericolose soluzioni, in questi tempi di “interventi di pace” che seminano guerra, questa piccola, ma intensa esperienza, mi è ritornata in mente. Chissà se a quei ragazzi, l’aver lavorato con corpo e mente su una parola come conflitto, oggi talmente usurata dall’essere ormai diventata quasi trasparente, è invece servito per mantenere nel tempo alcuni semplici strumenti di interpretazione della realtà?

Ripropongo qui il percorso fatto, mantenendo la struttura un po’ sintetica tipica delle pianificazioni ad uso personale. In particolare ho rielaborato alcune schede di riflessione, sia individuali che di gruppo, che furono molto funzionali per creare la giusta cornice di avvio al lavoro e per le elaborazioni personali. Sono certa che potranno essere utili anche a insegnanti di altre aree disciplinari. Ho poi raccolto una scelta delle varie attività di danza educativa che vennero messe in atto all’interno del Laboratorio.

Scheda 1 – Introdurre l’argomento

Il Conflitto

Che cos’è un *conflitto*?

La parola *conflitto* può essere utilizzata a proposito di una semplice incomprensione, di un diverbio acceso fra due persone, ma anche in caso di guerra o forti disagi sociali, infine può comunemente riferirsi ad una indecisione interiore e personale.

In tutti questi casi l’origine dell’idea di conflitto va ricercata nel concetto di divergenza/diversità.

Un conflitto si manifesta sempre quando le divergenze e le diversità non sono né accettate, né capite.

Eppure, benché un conflitto possa essere distruttivo e causare violenze e ferite di vario genere, esso può anche rappresentare un catalizzatore per sviluppi inaspettati e condurre ad una maggiore comprensione di sé stessi e degli altri.

A questo proposito è interessante notare che l’ideogramma cinese della parola conflitto è formato da due parole/simbolo: **pericolo e opportunità**.



Cosa si intende per *risoluzione* di un conflitto?

La risoluzione di un conflitto è la fine di uno stato di instabilità fra due parti. Per poter arrivare ad una conclusione o ad un compromesso, la risoluzione richiede la ricerca di soluzioni fra le parti in gioco. Questo processo può avvenire direttamente fra le due parti in disaccordo o può richiedere un mediatore.

Il conflitto è sempre negativo?

No. E’ l’esito del conflitto che può evolvere in maniera positiva o negativa. E’ nostra responsabilità, come individui, far sì che l’esito sia positivo.

La nostra capacità di comunicare è sicuramente centrale per arrivare alla risoluzione positiva di un conflitto, così come è importante la nostra abilità nel riconoscere e gestire le proprie ed altrui emozioni.

Perché il processo di risoluzione di un conflitto è così importante?

Ogni persona ha fatto esperienza del conflitto in qualche forma. Come noi ci poniamo di fronte ad un conflitto fa la differenza perchè l'esito può essere quello di perdere un amico o di rafforzare quell'amicizia, può significare confrontarsi e discutere su un argomento o litigare violentemente per quello stesso argomento.

Se noi tutti sapessimo come comportarci per risolvere un conflitto nella maniera più efficace e positiva, allora ci sarebbe più rispetto per le differenze, sia quando esse sono semplici divergenze di opinioni, sia quando hanno a che fare con la cultura e gli stili di vita di altre persone.

Scheda n. 2 – Reagire a situazioni di conflitto

Alcune modalità:

C'è chi evita il conflitto

(È meglio starsene fuori da ogni discussione; Io non inizio mai per primo a litigare; In una discussione basta stare zitti...)

C'è chi ricerca il conflitto

(Ogni strada è lecita se si vuole ottenere qualcosa; Puoi dire di aver vinto solo quando il tuo nemico è scappato; Ci sono persone che nascono leader e sanno sempre ciò che vogliono...)

C'è chi è accomodante

(Con la gentilezza si ottiene tutto; Una persona gentile ottiene sempre il meglio da una persona arrabbiata; Non costa niente dire qualcosa di positivo e in genere aiuta..)

C'è chi cerca un giusto compromesso

(Se tu fai qualcosa per me, io faccio qualcosa per te, È sempre meglio avere la metà di qualcosa, che rimanere con le mani vuote...)

C'è chi è dialogante e cerca il confronto con la parte opposta

(Sempre meglio affrontare le cose alla luce del sole; Meglio dire “Proviamo a risolverlo assieme” che credere di essere dalla parte della ragione”; Prima di pretendere, bisogna essere disposti ad ascoltare...)

Come vedi ognuna di queste cinque reazioni può essere tipica del comportamento e delle reazioni individuali di una persona, ma può anche essere considerata come modalità da utilizzare a seconda dei casi e delle situazioni.

Certamente queste reazioni sono molto diverse fra loro proprio perchè modulate secondo obiettivi differenti e, in alcuni casi contrapposti:

alcune si preoccupano maggiormente di tendere al raggiungimento dell'oggetto del conflitto (n.2), altre si preoccupano principalmente della relazione esistente fra le parti coinvolte nel conflitto (n.3), altre né dell'uno, né dell'altra (n.1), oppure, ancora, un po' dell'uno e un po' dell'altra (n.4), infine poi c'è chi mette molta attenzione sia all'oggetto che alla relazione (n.5).

E tu, in quale reazione ti identifichi maggiormente?

Possibili temi di lavoro corporeo

Di seguito vengono illustrate alcune proposte di lavoro collegate alle tre tematiche principali, scelte come piste di riflessione:

- 1. Come nasce un conflitto** (Creare situazioni di divergenza e opposizione nello spazio).
- 2. Come si reagisce a un conflitto** (Creare situazioni in cui si esplora il diverso uso della forza, il lavoro passivo-attivo, la capacità di adattamento).
- 3. Come si arriva alla risoluzione di un conflitto** (Creare situazioni di ascolto corporeo, di scambio di peso, di ricerca di equilibrio, di condivisione).

Gli esercizi non sono da intendersi in maniera consequenziale, ma sono dei temi di indagine da collocare all'interno di una struttura laboratoriale che, come tale, prevedrà dei momenti di *avvio* del lavoro (con riti di inizio, presentazioni, introduzione del tema, ecc.) e di *riscaldamento* per preparare gli allievi ad un uso corretto del movimento. In questa sede si è preferito concentrarsi soltanto sul nocciolo tematico del progetto ritenendo le fasi preparatorie del lavoro prassi ormai collaudate all'interno delle pratiche di laboratorio e spazio facilmente pianificabile da qualsiasi operatore di danza educativa e di didattica laboratoriale in genere.

1. Come nasce un conflitto

(Creare situazioni di divergenza e opposizione nello spazio)

- Camminare nello spazio cercando di infilarci negli spazi lasciati vuoti fra le persone. Si verrà a creare una situazione più aggrovigliata al centro e più rarefatta verso l'esterno, invitare a uscire ed entrare dalla zona più "affollata", a variare il tempo (non è necessario avere tutti la stessa velocità, qualcuno può attraversare il centro molto lentamente, altri correndo). Invitare a riflettere sulle varie sensazioni e reazioni che una diversa concentrazione dello spazio da attraversare può offrire. Cercare di rendere via via più scorrevole il movimento del gruppo,

evitare scontri, intoppi, indecisioni, *impasse* direzionali, tendere verso una situazione fluida. Al termine dell'esperienza, porre domande come: *Cosa vi ha permesso di trovare un accordo con gli altri? Come siete riusciti a rendere più scorrevole il groviglio centrale? In che modo siete riusciti a non scontrarvi con gli altri?*

- Dividersi in due gruppi e porsi uno di fronte all'altro. Immaginare di dover attraversare il gruppo opposto per raggiungere qualcosa che si trova alle spalle dello stesso (l'immagine della folla presente in un autobus che si frappone fra noi e l'uscita può funzionare bene). Al via ogni gruppo inizierà ad "attraversare" l'altro. Al termine osservare e discutere le strategie individualmente messe in atto nell'attraversamento.
- Camminare liberamente nello spazio e, in base all'indicazione che verrà data, i ragazzi dovranno creare delle formazioni in movimento senza utilizzare accordi di tipo verbale. Verrà proposto, ad esempio, di camminare molto vicino o molto lontani gli uni dagli altri, di formare delle coppie, dei terzetti, un cerchio, oppure due cerchi concentrici, che continuano a camminare assieme ecc. I ragazzi, senza accordarsi, dovranno trovare un compagno (nel caso della coppia), o due (nel caso del trio), o molti (come nel caso del cerchio), scegliere una formazione (in fila, in riga, a triangolo, in cerchio..), adeguare il passo della camminata a quello degli altri, decidere la direzione attivando un ascolto ed una ricerca di accordo motorio, sempre senza ricorrere alle parole o a gesti indicatori o di comando. Al termine dell'esperienza, porre domande come: *A qualcuno è successo di non riuscire a trovare un accordo? Da cosa è dipeso secondo voi? Quando si cammina assieme ad altri cosa bisogna fare per andare allo stesso passo?*
- Camminare nella stanza, ognuno seguendo un proprio percorso, quando si incontra un'altra persona, si può decidere se ostacolarla nel suo cammino, impedendole di passare, oppure se evitarla, lasciando che ognuno prosegua per la propria via, o se, invece continuare a camminare assieme, affiancando o seguendo chi si incontra. Invitare a reagire istintivamente senza ragionare in base alle persone che si incontrano, ma rispondendo agli impulsi che si ricevono dal movimento, o anche affidandosi a scelte casuali. Al termine dell'esperienza, porre domande come: *Cosa si prova ad essere ostacolati? Cosa si prova ad essere affiancati? Cosa ad essere evitati? In quali situazioni vi siete sentiti meglio?*

2. Come si reagisce a un conflitto

(Creare situazioni in cui si esplora il diverso uso della forza, il lavoro passivo-attivo, la capacità di adattamento)

- Discutere e ricercare assieme esempi di gesti e comportamenti non verbali che ci segnalano se una persona è felice di vederci (sorriso, sguardo diretto, braccia aperte, saluti...), oppure se è totalmente disinteressata alla nostra presenza (faccia neutra, occhi che guardano da un'altra parte, sbadigli, braccia conserte...), o se invece la nostra presenza scatena un rifiuto evidente (gesti di allontanamento o minacciosi, sguardi arrabbiati, sberleffi). Formare dei piccoli gruppi di 5/6 persone che si disporranno in cerchio. Ogni componente del gruppo sceglierà un proprio gesto di benvenuto che proporrà agli altri andando al centro del cerchio per tre volte: ad ogni esecuzione del gesto i compagni dovranno reagire proponendo le tre reazioni sopra analizzate (accogliente, indifferente, arrabbiata), l'ordine delle risposte dovrà essere concordato anticipatamente dal gruppo in modo che chi va al centro non sappia quale sarà la risposta del gruppo. Quando tutti avranno proposto il proprio saluto si dedicherà un po' di tempo a parlare delle sensazioni e delle possibili reazioni che le tre diverse risposte ricevute dal gruppo hanno messo in atto a livello personale.
- A coppie proporre un'esperienza di lavoro "attivo" e "passivo": la persona passiva sceglierà una posizione di partenza (in piedi, seduto, a terra...), la persona attiva proverà a mobilitare varie parti del suo corpo, verificando la qualità della risposta del compagno. E' importante che la persona "passiva" non opponga resistenza a livello muscolare, ma riesca ad affidarsi alle mani del compagno, il quale a sua volta deve operare in maniera rispettosa e scrupolosa così da trasmettere fiducia e attenzione.
- Consegnare a ciascuno un elastico chiuso ad anello, la misura dell'elastico deve essere tale da contenere il corpo dell'allievo. In pratica mettendo i piedi sopra l'elastico ed estendendolo con le due braccia ai lati del corpo, anche la testa deve poter riuscire ad entrare in questa sorta di cornice mobile. Lasciare esplorare l'utilizzo dell'elastico richiedendo di passare da una posizione ad un'altra senza che l'elastico perda la sua tensione (come se l'elastico si adeguasse, incorniciandole, alle posizioni assunte dai corpi), invitare a cercare di tendere verso forme fisse (alte, basse, stese a terra, simmetriche, asimmetriche...) da mantenere per un po' prima di passare ad un'altra "posizione incorniciata". Chiedere poi di mettersi a coppie utilizzando un solo elastico, uno dei due componenti si fermerà in una forma incorniciata dall'elastico, di seguito il compagno dovrà subentrare al suo posto nello spazio della cornice, senza che l'elastico perda la tensione e in modo tale che l'entrata avvenga in maniera armonica e senza disaccordi rispetto all'uscita del compagno. Chi entra dovrà perciò trovare i punti sull'elastico in cui porre i piedi e le mani e il tempo giusto per subentrare nel momento in cui il compagno lascia la tensione dell'elastico. E' un esercizio che richiede ascolto, sintonia, capacità di adeguamento e una particolare adattabilità spazio-temporale.

3. Come si arriva alla risoluzione di un conflitto

(Creare situazioni di ascolto corporeo, di scambio di peso, di ricerca di equilibrio, di condivisione)

- A coppie appoggiare i palmi delle mani l'uno contro l'altro, provare a spingere contemporaneamente e a trovare un punto di equilibrio: allentando o rafforzando la spinta il punto di equilibrio viene in continuazione ricreato attraverso la reciproca collaborazione. E' possibile provare ad allontanarsi e avvicinarsi cercando di variare l'impiego della forza usata, l'importante è riuscire a trovare la comune misura. Quando l'esperienza è stata sufficientemente esplorata, è possibile proporre la ricerca di equilibrio modificando i punti del corpo che vengono a contatto fra loro (invece delle mani, una spalla, la schiena, un fianco, ecc.).
- A coppie fare esperienza del concetto di contrappeso. Si inizia ponendosi in piedi uno di fronte all'altro in una posizione stabile e tenendosi per i polsi (è più sicuro che la semplice presa attraverso le mani). Ciascuno inizia ad spingere il proprio peso all'indietro sino a trovare un punto in cui il sostegno del compagno aiuta a mantenersi in equilibrio (in pratica lasciando le mani si perderebbe l'equilibrio e si cadrebbe). Da questa situazione di contrappeso equilibrato si iniziano ad esplorare varie modalità di spostamento, come sedersi e alzarsi, girare, camminare, ecc.
- Partendo dalla posizione di contrappeso tenendosi per i polsi, esplorare una situazione di conflitto direzionale. Con il braccio libero ogni componente della coppia dovrà indicare una situazione verso cui si vuole andare che sia, in partenza, opposta a quella del compagno. Questa diversa intenzione creerà delle situazione di uscita dall'equilibrio e aprirà a possibili opzioni di scelta, come, ad esempio, andare prima da una parte, poi dall'altra, oppure cambiare direzione, o, ancora rimanere in una situazione di stallo. Al termine discutere in gruppo le varie scelte messe in atto nelle coppie.
- In gruppo camminare nella stanza seguendo ognuno una propria direzione, quando qualcuno deciderà di fermarsi, anche il resto del gruppo dovrà fermarsi, quando qualcuno deciderà di ripartire anche tutto il gruppo dovrà ripartire, non è detto che la persona che si ferma debba essere la persona che poi decide di ripartire. Esercitarsi un po' su questo compito e poi fermarsi a ragionare, porre domande come: *Chi non è mai riuscito a proporre al gruppo di fermarsi o ripartire? Chi non ci mai provato? Chi ci ha provato, ma il segnale non è stato colto dal gruppo? E' mai successo che il gruppo si sia autoregolato su un ritmo fisso di andatura e pausa? Chi era a suo agio nel seguire le scelte del gruppo? Chi invece era infastidito dal dover seguire l'intenzione del gruppo?*

- Formare gruppi di tre persone posizionate a triangolo e tutte e tre rivolte verso la stessa direzione, chi non vede gli altri compagni (in quanto sono posizionati dietro di lui) sarà alla guida del trio. Il suo movimento dovrà essere lento e fluido senza impulsi o variazioni ritmiche in maniera tale che i compagni possano muoversi all'unisono con lui. Girando su sé stessi anche il vertice del triangolo cambierà e la persona che era davanti agli altri potrà trovarsi dietro. Ricordiamo che la regola stabilita è che conduce chi ha gli altri alle spalle. Il trio dovrà lavorare cooperando per la riuscita di un movimento eseguito all'unisono e dovrà farlo senza utilizzare comandi o segnalazioni verbali (tipo: "Adesso tocca a me"), è importante nel caso in cui il vertice non risulti con evidenza - se, ad esempio, due persone paiono essere sulla stessa linea - che si reagisca con prontezza alla situazione scegliendo di fare un passo avanti o un passo indietro e ristabilendo una situazione di chiarezza fra chi propone e chi segue. Una volta che l'esercizio è stato esplorato e compreso, si può provare ad aumentare il numero delle persone presenti nella formazione sino anche ad arrivare a lavorare tutti assieme alla ricerca dell'accordo unitario. Al termine dell'esperienza porre domande come: *Che sensazione si prova a muoversi assieme in maniera armonica? Cosa vi ha aiutato maggiormente a trovare la condizione di unisono di gruppo? Come avete scelto di agire in una situazione non chiara? C'è qualcuno che secondo voi è stato troppo a lungo a guida del gruppo?*