

“Dimensione buio”¹: una metodologia formativa esperienziale per lo sviluppo della Persona.

di Fabrizio Badiali* e Maria Teresa Castaldi**

*“... cinquantotto uomini ... sepolti vivi in un buio impenetrabile. Migliaia di giorni di privazione assoluta ... i sogni e le emozioni, le ossessioni, le favole, la rapacità, la fratellanza: nel vuoto della tenebra l'intangibile prende corpo, facendo della vita interiore il teatro di infinite narrazioni possibili”
(Tahar Ben Jelloun – Il libro del buio).*

Riteniamo che nell'ambito delle metodologie formative innovative, l'esempio dato da una persona non vedente rappresenti, per chi è dotato della vista, una palestra inesplorata in cui affinare e sviluppare abilità e competenze a livello individuale e collettivo.

Con l'espressione “*Dimensione Buio*” ci riferiamo quindi all'allestimento di un setting formativo completamente oscurato, all'interno del quale i Partecipanti svolgono degli esercizi guidati dalla voce *narrante* di un Trainer. La scelta e la tipologia degli esercizi è in funzione dei fabbisogni formativi che sono stati rilevati in sede di progettazione. Ogni esercizio può essere accompagnato da una musica di sottofondo al fine di creare una *ambientazione acustica*.

¹ Un progetto sviluppato da FormazioneinScena in collaborazione con l'Istituto dei Ciechi F. Cavazza di Bologna.

* *Fabrizio Badiali*: formatore, fondatore di FormazioneinScena, lavora come docente e progettista presso enti ed aziende.

** *Maria Teresa Castaldi*: formatrice, collabora con FormazioneinScena per la realizzazione di progetti formativi che ricorrono a metodologie formative esperienziali.

Per contatti: info@formazioneinscena.it

Il progetto è dedicato a tutti coloro che vogliono migliorare le loro capacità relazionali, sia in contesti professionali che privati. Il fine è quello di lavorare con le persone per un accrescimento delle loro competenze trasversali, quali ad esempio la capacità di ascolto attivo, la gestione delle relazioni interpersonali, lo sviluppo della leadership o la gestione di un gruppo.

“Dimensione Buio” permette all’individuo di esplicitare le modalità attraverso le quali elabora le proprie strategie comportamentali.

La metodologia prende spunto dagli studi sull’uso dei sensi vicari e dal modello della PNL (Programmazione Neurolinguistica) per quanto riguarda lo sviluppo interpretativo nel cogliere la struttura di significato che ciascuno dà alla propria esperienza.

Pensiamo ad una persona non vedente che, per soddisfare i suoi bisogni, fisici e relazionali, dovrà compiere uno sforzo maggiore, dovrà “inventarsi” una modalità alternativa a quella offerta dalla vista.

Sofferamoci sull’importanza che diamo all’elemento visivo e a come noi siamo soliti preparare in una riunione, il nostro intervento, con delle slide e del cartaceo che useremo a supporto. Quegli appunti tracciati ci aiuteranno ad organizzare la nostra esposizione... La descrizione più chiara del processo è quella data da Quintiliano: “per formare una serie di luoghi nella memoria, egli dice, si deve ricordare un edificio, il più spazioso e vario possibile, con atrio, soggiorno, camere da letto, sale, senza dimenticare statue ed altri ornamenti che abbelliscano le stanze. Le immagini che devono richiamare il discorso sono poste, con l’immaginazione, nei luoghi dell’edificio già fissati nella memoria” (F. A. Yates – L’arte della memoria).

Allo stesso modo di un banca dati, il nostro pensiero inferisce delle relazioni tra un insieme di elementi, creando delle connessioni. Per poter fare questo, dovremo però aver prima “indicizzato” un dato *contenuto* (esperienza). Possiamo quindi affermare che la nostra conoscenza sia il risultato di un continuo processo rielaborativo. Senza l’ausilio della vista il corpo viene sollecitato maggiormente ed assume il ruolo di un’interfaccia sensibile, piattaforma capace di intercettare una moltitudine di segni, che rischiano per un vedente di essere confinati ad uno sfondo indistinto.

Una persona non vedente che parla con noi, ad esempio coglierà molte più informazioni di quante una persona vedente può notare in un normale scambio di battute. La sensibilità aumentata dell’udito e dell’equilibrio, assieme ad un senso dell’orientamento capace di adattarsi velocemente, rendono una persona non vedente molto più reattiva agli stimoli esterni. Potrà allora cogliere una variazione della nostra voce, come la distanza alla quale siamo da lui o la direzione in cui stiamo guardando mentre parliamo.

Il buio dà la possibilità quindi ad un vedente di esaltare la percezione dei sensi, attivando delle risposte a livello fisico ed emotivo che nella vita di tutti i giorni non abbiamo la possibilità di sperimentare. La “*Dimensione Buio*”, tramite l’allestimento di un ambiente protetto e protettivo, permette di mettere in scena un percorso formativo all’interno del quale, da una iniziale condizione di disorientamento, si giunge all’elaborazione di una specifica strategia comportamentale, sviluppando una maggior consapevolezza delle personali capacità e attitudini.

Su tali presupposti è nato il progetto formativo “*Dimensione Buio*” in collaborazione con l’Istituto dei Ciechi F. Cavazza, che permette di abbinare ad un progetto formativo tradizionale, un modulo complementare “al buio”.

Lo scorso febbraio a Bologna, presso la sede dell'Istituto dei Ciechi F. Cavazza, è stata allestita una sessione dimostrativa del progetto rivolta ai Soci AIF dell'Emilia Romagna.

Nel dare il benvenuto al gruppo, un membro dello staff ha declamato le "regole del gioco", ovvero alcune indicazioni per lo svolgimento degli esercizi.

La regola più importante era il divieto di parlare durante la sessione al buio in quanto ci si doveva affidare alla sola voce narrante che avrebbe di volta in volta introdotto i diversi esercizi. Attraverso un ampio corridoio rischiarato dalla tenue luce di candele, i partecipanti sono stati condotti ad un'anticamera dalla quale si accedeva all'ambiente della sessione completamente oscurato. Appena entrati, i partecipanti sono stati invitati a muoversi nello spazio circostante, cercando di coglierne il perimetro, l'ampiezza senza interagire l'uno con l'altro, ma evitandosi qualora si fossero incontrati.

Nel secondo esercizio veniva chiesto di iniziare a conoscere ed "esplorare" l'altro da noi (gestione della relazione). La voce fuori campo invitava a scambiarsi una stretta di mano o un contatto, interpretando o rispondendo i messaggi altrui (capacità d'ascolto, scoperta e condivisione).

A conclusione dell'ultimo esercizio, sono state distribuite delle candele, si è acceso un fiammifero ed un passaparola di fiamme da una mano all'altra ha riportato la luce nell'ambiente.

Seduti a terra in cerchio con le candele al centro, sorseggiando bevande calde e frutta di stagione, la sessione si è conclusa con un debriefing in cui sono state raccolte le prime impressioni valutando gli ambiti di applicazione della metodologia "*Dimensione Buio*".

Le iniziali sensazioni di insicurezza dovute al dover agire al buio hanno fatto posto a interessanti suggestioni dei partecipanti che hanno detto di essersi sentiti “liberi nel buio, come in un’assenza di giudizio, senza il peso di dover sembrare”. Molti di loro hanno detto che era stato difficile riconoscere i compagni pur avendo con loro un rapporto di confidenza.

Solo alcuni, invece, si sono accorti che all’inizio della sessione, oltre alla voce narrante c’era un’altra persona “sicuro nei movimenti come se avesse degli occhiali speciali”.

Lo staff di Formazione in Scena era composto da Fabrizio Badiali (Trainer), Maria Teresa Castaldi, Giovanna Marchiol (organizzazione dell’evento formativo) e da Egidio Sosio.

Egidio è il Responsabile della Formazione dell’Istituto dei Ciechi F. Cavazza e in virtù della sua condizione di non vedente, aveva il delicato compito di monitorare le dinamiche all’interno del gruppo durante lo svolgimento della sessione formativa al buio. Nel caso specifico, le variabili che si volevano osservare erano quelle relative all’utilizzo dello spazio (individuale, in gruppo), del corpo come superficie di scambio e del clima relazionale che si instaurava tra le persone.

Bibliografia

- E. Ceppi, *I minorati della vista*, Armando Ed., 1992
- M. Marcantoni, *I ciechi non sognano il buio*, F. Angeli, 2008
- F. A. Yates, *L’arte della memoria*, Einaudi, 2007
- G. Allevi, *La musica in testa*, Rizzoli, 2008
- T. B. Jelloun, *Il libro del buio*, Einaudi, 2004