

arrampicAbile @

NPIA

*“alla conquista di un altro
punto di vista”*





Arbpro®

"Spesso dimentichiamo che tra i primi esseri viventi sulla nostra terra dobbiamo annoverare gli alberi, che l'hanno colonizzata rendendola atta alla nostra vita. Sono loro che hanno fornito ai primi ominidi ed alle prime civiltà, utensili, riparo, nutrimento ed energia. Essi pagano purtroppo lo scotto dell'immobilità, la loro stanzialità ci fa spesso pensare a loro come oggetti inanimati, come un arredamento del paesaggio, scordandoci che hanno un ciclo vitale, tra le altre cose ben più potente del nostro, che hanno esigenze ben precise per poter sopravvivere

e che, come tutti noi, devono costantemente fronteggiare le avversità della vita. Si può quindi affermare che il contatto con gli alberi non solo rappresenta un piacere passeggero, ma è portatore di benefici molto più profondi e duraturi. Se già la semplice vicinanza con gli alberi ha una valenza positiva, forse curativa, immaginiamoci cosa può rappresentare per un essere umano entrare in contatto diretto con questi giganti. L'arrampicata su di un albero è un'esperienza molto forte, che tocca e mette in gioco molti aspetti delle nostre emozioni più profonde. L'atto di vivere, anche solo per brevi istanti, sulla possente struttura di un albero, non può che farci riflettere, darci sensazioni positive, forse renderci provvisoriamente felici. Il potersi muovere, ospiti di questi giganti, all'interno della loro chioma è per tutti un qualcosa di nuovo". (Renè,2013)

Nei primi anni '80 nasce la Cooperativa Coislha con lo scopo dell'inserimento sociale e lavorativo di persone con difficoltà mentali e detenuti in semilibertà. La manutenzione del verde è il lavoro prevalente e nel 2004 decide di diversificare le attività scegliendo il Treeclimbing.

La presenza di Renè, Alberto, Nicola, Massimo, Gilberto...la particolare atmosfera della Scuola di Monza, innescò la passione per l'albero e per questa affascinante disciplina.

La scomposizione delle fasi, la simbologia dei materiali e la peculiarità dell'Essere Albero, mi rivelò una particolare attività psicomotoria.

Inizialmente fu sperimentato con i ragazzi del Centro Diurno Antares ed un premio Coop "c'entro anch'io" diede l'opportunità di portarlo nelle scuole dell'obbligo del nostro territorio, per un progetto di integrazione sociale.

È in quest'ottica e in questa prospettiva che è avvenuto forse non così casualmente l'incontro tra il progetto arrampicabile della cooperativa sociale COISLHA di Padova e gli adolescenti in carico alla Neuropsichiatria dell'Infanzia e dell'Adolescenza dell'Ulss 16 di Padova nel 2009.

Da una parte il desiderio di promuovere il contatto con l'albero, la necessaria coordinazione motoria per effettuare l'arrampicata, la sfida della salita (elementi che hanno suggerito di utilizzare il treeclimbing in ambito educativo e terapeutico), e quindi di ampliare l'esperienza di arrampicata sugli alberi che da metodo di lavoro diventa attività ludico-ricreativa-riabilitativa adatta a tutte le persone e in particolare a quelle con disabilità, cui è offerta la possibilità di svolgere un'attività straordinaria che li aiuta a superare alcune rigidità. Dall'altra

l'equipe di un servizio per adolescenti con disagio psichico alla ricerca in quel periodo di opportunità laboratoriali dove gli utenti potessero sperimentare nuovi stimoli adatti al loro particolare disagio e alla dimensione evolutiva specifica dell'età adolescenziale.

Il Servizio semiresidenziale di psicopatologia dell'Adolescenza facente capo all'Unità Operativa Complessa di Neuropsichiatria dell'infanzia e dell'adolescenza dell' ulss16 di Padova nasce nel 2000 come specifica attività ambulatoriale, educativa e riabilitativa, rivolta a quei ragazzi e ragazze che manifestano importante sofferenza psichica ed alterazioni comportamentali, anche gravi quali disturbi dell'umore, tentativi di suicidio, episodi psicotici, isolamento, fobia scolare/sociale, disturbi del comportamento alimentare e tali da portare al progressivo abbandono della scuola e dei contatti con i coetanei, vivendo spesso la propria sofferenza nell'ambito della famiglia. Accanto all'intervento diagnostico e psicoterapico si è infatti ritenuto di offrire a questi adolescenti uno spazio strutturato di sostegno pedagogico e riabilitativo che, per la possibilità di una collocazione flessibile tra l'approccio clinico, la famiglia e il territorio, possa svolgere una importante funzione di supporto. Gli obiettivi generali del servizio sono quelli di ottimizzare gli interventi assistenziali e educativi rivolti agli adolescenti in particolare situazione di disagio psichico e nei momenti di maggior criticità, di sostenere le famiglie nel loro ruolo educativo, di costruire un progetto clinico e pedagogico integrato tra servizi di diverso livello e ruolo istituzionale, di migliorare l'inserimento sociale dell'adolescente nel proprio ambiente di vita. L'equipe multidisciplinare è costituita da: 1 neuropsichiatra infantile, 1 psicologo psicoterapeuta, 2 educatori, 1 O.S.S., 1 coordinatore. Il centro accoglie adolescenti con diverse tipologie di disturbi psichici e comportamentali di media grave entità, maschi e femmine di età compresa tra i 12 e i 18 anni per un totale di circa 20 utenti nell'arco settimana con frequenze personalizzate.



Nell'immaginario collettivo arrampicarsi sugli alberi è il simbolo della giovinezza, dell'avventura, del gioco, della prova delle proprie capacità, della scoperta del mondo naturale, della fuga - almeno momentanea - dai problemi "terreni". Questa esperienza è sempre più difficile per chi vive in ambito urbano. In città gli alberi sono diventati paesaggio, vengono visti - e non guardati - dall'autovettura o dalla finestra. "Gli alberi per essere capiti devono essere toccati"(Shigo,2009). E per toccarli il miglior metodo rimane quello di arrampicarli.

Ma ritorniamo al 2009. Dopo il primo incontro di incuriosita vicendevole conoscenza, si è provato pensare a quali obiettivi porsi nella stesura del progetto: promuovere autostima e sicurezza in sé avvicinamento al mondo della natura, al suo fascino e alle sue problematiche, stimolare la crescita intellettuale, emotiva, il benessere psicofisico, incentivare lo sviluppo di socialità e di regole di convivenza.



Un punto forte di convergenza lo si è trovato sul concetto di nodo: conoscere i nodi, costruire il proprio nodo, saper sciogliere i nodi che simbolicamente rappresentano le innumerevoli difficoltà che l'età adolescenziale porta con sé, dall'istanza primaria di una costruzione di una identità solida e sicura, al bisogno di allentare e sciogliere i

legami genitoriali per potersi affacciare nella salita all'età adulta con la propria visuale e con i propri riferimenti: termini e concetti che richiamano non solo semanticamente la salita su un albero.



Altro aspetto importante il concetto di limite, lo spazio-tempo dove ci si confronta con le proprie difficoltà, le proprie paure potendo contare però su una dimensione protetta, dove una guida è disponibile ad insegnare e indirizzare, a mostrare il percorso migliore e dove ci si può "permettere" di provare ad andare oltre i limiti in sicurezza e controllo (lasciarsi andare) per sperimentare emozioni e sensazioni altrimenti difficilmente esperibili. Questa dimensione richiama il bisogno dell'adolescente di sperimentare il proprio corpo e la propria mente in un percorso di esposizione al rischio che lo aiuta, se indirizzato nelle giuste direzioni, a trovare quei riferimenti necessari alla costruzione di una solida identità.

Il contatto con la natura, il rispetto delle regole, la concentrazione, il misurarsi sulle proprie capacità e competenze, il poter sperimentare nuove modalità di lettura e osservazione del mondo soltanto alzandosi di un metro da terra, la fatica (elemento temutissimo dai nuovi adolescenti): tutte dimensioni che hanno trovato spazio e tempo nella costruzione di questa attività.

Proporre nuovi stimoli agli adolescenti di oggi non è facile: bisogna trovare la giusta misura, il giusto linguaggio senza cadere nella trappola della complicità e della seduttività. Se poi sono adolescenti che filtrano una realtà di crescita già difficile e complicata attraverso una condizione psicopatologica che rischia di modificare e distorcere l'impianto relazionale, il percorso diventa ancora più complicato.

Si è costruita una forte sinergia quindi fra climber ed educatori, in modo da tradurre in azioni educative intenzionali interventi e dimensioni "tecniche" che appartengono a questa disciplina e si è andata a delineare in modo specifico la valenza terapeutica del treeclimbing come attività riabilitativa, specifica per competenze e proposte all'età adolescenziale, momento di scoperta, di avventura, di esperienza.

In questi 3 anni di collaborazione si sono affinate le capacità comunicative e di coinvolgimento nell'esperienza, affiancando di volta in volta nel percorso elementi di novità (i racconti sugli

alberi e la loro importanza fondamentale nella storia dell'evoluzione umana) e multimediali (la creazione di un video sull'esperienza del tree-climbing sviluppato con un esperto di tecniche di ripresa).

La risposta degli adolescenti è stata molto positiva: l'adrenalina dell'altezza, il superamento dei propri limiti e delle proprie paure, affrontare dimensioni nuove, doversi affidare al nodo che si è costruito, sono stati elementi che hanno contraddistinto i vissuti dell'esperienza, comprese anche le rinunce, i momenti di empassa superati con attenzione ed empatia, la difficoltà a sostenere l'impegno con la motivazione e la costanza. Per la maggior parte dei ragazzi è stata un'occasione per definirsi e ritrovare dei punti forti di autonomia e di autostima sui quali potersi riproiettare.

Ora la collaborazione continua con l'obiettivo di approfondire la valenza terapeutico/riabilitativa del treeclimbing, cercando di affinare la proposta per renderla sempre più efficace.

"Con il tree-climbing , si entra in uno stato mentale primario, ci si focalizza in maniera automatica sull'attimo presente, dimenticando tutto il resto. E' un'occasione per raggiungere e soprattutto di trasmettere a coloro con i quali stiamo condividendo questa esperienza uno stato di tranquillità e di fluidità". (Renè,2013)



...di tutto, fino a qua si ringrazia:

Renè (il maestro),
Anna Aurora Cele (per il logo)
Massimo, Alberto, Luca, Paolo (i climber)
Massimo (per le storie e i disegni)
Alice e Antares (per l'inizio)
Raffaella (la regista)
Alessandro (per le corde, imbrachi....)
La S.I.A. (perché C'E')

Paolo, tutta NPIA, i ragazzi che sono passati e passeranno.....

E cominciarono a.....guardarli, raccontarli, arrampicarli e piantarli.....

Un albero alla volta....naturalmente.

