

LA FORMAZIONE FELDENKRAIS. SIAMO ANCORA ALL'AVANGUARDIA?

Dodici anni fa, nel 2001, ho scritto per il nostro Notiziario un articolo sulla formazione al Metodo Feldenkrais *I Corsi di Formazione: breve storia e spunti per una riflessione*, nel quale ripercorrevo il percorso formativo progettato da Moshe dagli anni '70 al 1981 a Tel Aviv, S.Francisco e Amherst, e descrivevo l'evoluzione delle formazioni dopo la sua scomparsa, i diversi approcci dei trainer e le domande da parte degli iscritti.

Quell'articolo voleva **aprire un dialogo tra i colleghi** italiani su cosa significasse per noi fare formazione, quali fossero le aspettative verso una scuola così particolare e poco tradizionale e quali i risultati di una formazione di quattro anni, che in gran parte ricalcava il modello proposto da Moshe vent'anni prima. Non ho ricevuto grandi feedback, anche se so che l'articolo è stato letto dai soci AIIMF. Forse era prematuro.

LA SITUAZIONE ATTUALE

Sono passati molti anni da allora e i centri di formazione in Italia da tre (Milano, Roma e Firenze) sono diventati sette, attualmente attivi in sei; il numero di formatori e di assistenti italiani è cresciuto: ora siamo **tre trainer** (e a breve saremo quattro) e **nove assistenti**, coadiuvati da un numero imprecisato di diplomati che ruotano intorno alle formazioni, danno IF agli allievi e collaborano con l'organizzazione.

Le domande di iscrizione alla formazione sono certamente cresciute nel tempo, ma visto il **raddoppio delle scuole in Italia**, è comprensibile che il numero degli iscritti a ogni corso sia mediamente diminuito rispetto alla fine degli anni '80 e '90. Se i primi corsi avevano più di sessanta iscritti ciascuno, ora alcune formazioni superano di poco o niente i venti allievi e probabilmente la media è di una trentina di iscritti a corso. Possiamo però pensare che ogni anno circa 220/240 persone - e non è poco - partecipino a una formazione Feldenkrais, perché alcune scuole iniziano un ciclo formativo prima di aver concluso quello precedente. Queste persone si immergono nell'ascolto di sé, pensano alla struttura delle lezioni, cambiano il loro modo di agire e di vivere, fanno pratica con i loro conoscenti e parlano del metodo. In quattro anni gli iscritti dovrebbero diplomarsi, iniziare a insegnare e, possibilmente, ispirare e attrarre al Metodo nuove persone. Con una media di **50/60 diplomati l'anno** (in alcuni anni iniziano più formazioni contemporaneamente, ma in diverse località) non c'è problema di saturazione del mercato, tutti dovrebbero poter lavorare tranquillamente. Ma forse non è proprio così semplice iniziare una nuova professione.

Si fa dunque più interessante riproporre ora un dialogo tra i soci AIIMF sulla formazione, sulle aspettative iniziali degli iscritti e sui risultati raggiunti, nella prospettiva di un riconoscimento della nostra professione dopo l'approvazione della legge 4 del gennaio 2013, e anche in relazione al dibattito internazionale sulle competenze, che vede coinvolte tutte le Associazioni nazionali e i 3 TAB.

In questi anni l'AIIMF ha fatto grandi passi in avanti impegnandosi su diversi fronti ed è cresciuta, anche se forse il numero dei soci non è aumentato in modo proporzionale al numero dei nuovi diplomati italiani, ma questo è un tema che non approfondisco ora. In ogni caso, l'iscrizione ad una Associazione professionale viene fatta in relazione all'attività promossa dall'Associazione stessa, ma principalmente viene fatta in relazione alla propria realtà lavorativa. Se un diplomato non insegna a sufficienza, può trovare eccessiva la quota associativa annuale e ritenere inutile l'iscrizione. Ovviamente si isola maggiormente e non rinforza l'Associazione con la sua partecipazione e con nuove idee. Un'Associazione che raccoglie il maggior numero di insegnanti diventa più forte e più creativa, se però il numero di soci non cresce si crea un circolo vizioso che vorremmo evitare.

Sarebbe quindi molto interessante **avere un quadro realistico** della situazione attuale e sapere, prima di tutto, quanti diplomati vivono dell'insegnamento del Metodo, quanti lo praticano part-time

e quanti lo praticano saltuariamente, o lo hanno abbandonato. L'AII MF, in collaborazione con le scuole, e magari anche con un contributo economico da parte dell'EuroTAB, che ha fondi dedicati a progetti di ricerca, potrebbe fare **un'indagine** in tal senso, cercando di **raggiungere tutti i diplomati**, anche i non soci, per capire anche come è stata vissuta e integrata la formazione nell'avvio della nuova professione e il grado di soddisfazione degli insegnanti che lavorano con il metodo. L'indagine sarebbe molto utile nella programmazione di future attività associative (corsi di aggiornamento e altro) che possano attirare i colleghi che non hanno rinnovato l'adesione, ma anche per avere un quadro più preciso della formazione Feldenkrais in Italia. Senza dati oggettivi qualsiasi critica o suggerimento alle formazioni per una revisione dei programmi pedagogici, rischia di nascere da idee preconcepite e di rivelarsi aleatoria.

LE DOMANDE

Le domande che ci facciamo rispetto alla professione sono sempre le stesse: perché continuiamo a restare in una nicchia e non diventiamo popolari come altri metodi (che però passano di moda)? Dipende dal nome del Metodo forse poco attraente, dipende dal modo generico in cui viene presentato al pubblico, dal fatto che la professione non è ancora riconosciuta, o dipende da una formazione di base poco completa? Cosa impedisce a certi nuovi diplomati di sfondare, di riuscire a farne un lavoro a tempo pieno e cosa contribuisce a far perdere fiducia nella possibilità di mantenersi con questo lavoro? E' principalmente la mancanza di un riconoscimento statale o c'è dell'altro? Non va dimenticato che neppure alla fine di un corso universitario non c'è garanzia di un lavoro stabile.

In questi ultimi dieci anni ho insegnato in più di 30 diverse Formazioni in Italia e all'estero, spesso tornandoci più di una volta. Sono direttrice pedagogica di 5 formazioni in Italia, assicurando sempre la continuità. Ho condotto molti post training da sola o insieme a colleghi, e ora vorrei nuovamente **condividere** alcuni pensieri e alcune mie scelte, per raccontare a chi si è diplomato nei primi corsi e anche a chi ha seguito altre formazioni in Italia o all'estero, **cosa è cambiato e in che direzione sto andando**. Certamente mi piacerebbe anche ricevere dei **feedback** a quanto scrivo.

UN PO' DI STORIA E L'ESPERIENZA DELL' ISFEL

Per fare un po' di storia, come già dicevo nel testo del 2001, una grande differenza tra i primi corsi dopo la scomparsa di Feldenkrais e quelli del decennio successivo era la totale assenza di **materiale** fornito dalle prime scuole. Non c'erano che gli appunti personali degli allievi e un po' di cassette audio, il che spingeva le persone all'accaparramento di materiale che magari sarebbe stato poco utilizzato. Ad un certo momento si è interrotta la regola del non passare - per motivi pedagogici - le lezioni del corso agli iscritti e alcune scuole hanno iniziato a dare le registrazioni agli allievi. Fin dal corso Milano 1 noi abbiamo dato le cassette perché venissero **trascritte**, ma allora ogni allievo riceveva solo una giornata da sbobinare. Nel tempo sono stati trascritti tutti i corsi e i testi si sono fatti sempre più completi e ben redatti grazie ad alcuni allievi che coordinavano con generosità il lavoro dei compagni. Se all'inizio gli allievi avevano difficoltà a organizzarsi e facevano resistenza, poi capivano l'importanza di avere il **manuale del corso** e apprezzavano l'opportunità di rifare e di trascrivere tutte le lezioni e anche le discussioni. Da qualche anno ogni iscritto riceve due DVD l'anno con tutte le registrazioni. Chiedo comunque loro di continuare a trascrivere per creare il loro prezioso manuale. So che in molti corsi questo non viene richiesto, ma c'è una ragione pedagogica alla base della mia richiesta. La trascrizione è un momento di cooperazione e di generosità; è un modo di arginare la passività di chi vuol ricevere tutto già sbobinato; è un'attività che richiede organizzazione nella revisione del materiale e che alla fine darà molta **sicurezza**. Suggerisco agli allievi di tenere anche il **proprio diario** delle sensazioni, dei pensieri ed eventualmente anche dei sogni, così che ognuno possa arricchire la registrazione oggettiva del corso con il proprio vissuto e le proprie associazioni. Nei corsi Milano 6 e Milano 7 alcuni partecipanti hanno creato anche un secondo manuale che raccoglie, anno per anno, tutte le IF insegnate.

Il **programma** del corso è sempre meglio organizzato. I formatori della mia generazione sono cresciuti insieme ai loro allievi, hanno raffinato la loro capacità di insegnare e di comunicare, hanno

scambiato idee e pratica con i colleghi trainer, si sono aggiornati e hanno elaborato nuovi modelli per facilitare la comprensione e la pratica del metodo. Nei miei corsi continuo a seguire il programma dei primi due anni di Amherst, ma organizzo le lezioni con un diverso ordine, inserendo tra l'altro moltissime lezioni di Alexander Yanai, Esalen, San Francisco oltre a mie personali rielaborazioni. Collego da subito la pratica delle CAM con l'esplorazione in IF, senza aspettare il terzo anno. Quando è possibile, creo delle mini CAM per facilitare la comprensione dell'IF. Nel tempo ho scoperto che le lezioni di Amherst possono essere collegate tra loro in modo diverso e hanno sempre un senso. Mi piace anche proseguire con due serie di CAM in parallelo, intercalando le lezioni: l'una aiuta l'altra. Questa è la ricchezza del materiale che abbiamo a disposizione. Chi non ha fatto Amherst, a volte ne ha insegnato le lezioni senza la passione della mia generazione. Ora tutto il materiale video di Amherst è disponibile agli insegnanti e consiglio di farlo e di studiarlo.

Durante il primo anno si inizia a creare un **vocabolario comune** tra gli allievi e la scuola. Per vocabolario non intendo solo un accordo circa le indicazioni rispetto alla persona o allo spazio (in su, in giù, davanti e dietro), ma un modo comune e neutro di parlare di ciò che si osserva dell'altro, di ciò che si sente mentre lo si tocca e di ciò che si sente mentre si è toccati. A questo scopo creo delle esercitazioni in coppie, in triadi o in piccoli gruppi e anche dei momenti più giocosi. L'attenzione al linguaggio per me va molto oltre alla semplice espressione verbale, si traduce in attenzione verso l'altro senza giudizi e quindi senza preconcetti. La ricerca della **neutralità** va avanti per tutto il corso, in modo tale che chi inizia il percorso parlando di trattamenti (e sono parecchi), riesca alla fine a non pensare che ci sono - e quindi sperabilmente a non fare - lezioni per lavorare con le spalle o lezioni per il bacino.

Le lezioni, che all'inizio vanno vissute come **esperienza sensoriale** e concreta, successivamente vengono mostrate sullo **scheletro**, vengono osservate nelle **diverse interpretazioni** degli allievi e **analizzate** tra compagni. Si comincia a parlare di strategie, di temi di esplorazione, di modelli e di diversi apprendimenti. Si inizia a insegnare tra compagni con gradualità, inizialmente in coppie e successivamente da soli. Gli allievi fanno **pratica di conduzione** di gruppo con una traccia fornita dall'insegnante, poi con delle lezioni di base prese dai testi o dal corso stesso. Si facilita così la comprensione dei principi e della pratica del Metodo a diversi livelli: sensoriale, cognitivo e sociale, cioè di interazione attraverso il gruppo. La pratica di insegnamento inizia quindi presto e le **supervisioni** del secondo anno continuano anche negli anni successivi. L'autorizzazione a insegnare le CAM a partire dal terzo anno è per l'allievo un incoraggiamento a praticare, per poter poi arricchire il propria preparazione attraverso gli ulteriori feed back dei formatori. Negli anni passati ho anche proposto agli insegnanti diplomati alcuni **post training sull'arte di insegnare le CAM**, perché ritengo molto utile ripensare al proprio modo di insegnare e ricalibrarlo dopo alcuni anni di lavoro.

Durante il corso è importante organizzare un **tirocinio** per gli allievi. Non è facile, ma tutte le scuole professionali richiedono questa pratica, che manca troppo spesso nelle formazioni Feldenkrais. Ecco qualche esperienza che abbiamo fatto noi: nel corso Milano 4 ho affidato una delle classi regolari del mio Centro ad alcune allieve che hanno preparato insieme le lezioni e si sono alternate nella conduzione durante tutto l'anno. Alla conclusione dell'anno le allieve hanno espresso una maggior sicurezza nel programmare le lezioni e hanno avuto conferma della loro preparazione. La successiva esperienza di tirocinio, con gli allievi di Milano 5, è stata fatta in una Residenza per anziani, dove l'ASL Città di Milano aveva chiesto un mio intervento. Abbiamo quindi organizzato due gruppi di lavoro in cui i tirocinanti venivano accompagnati da due colleghe che lavoravano regolarmente con me. Le due colleghe, nella prima parte dell'incontro, conducevano una CAM con gli anziani autosufficienti, e nella seconda ora gli allievi tirocinanti lavoravano con i singoli partecipanti per aiutarli nella pratica della stessa CAM. Non è stato facile, perché l'Ente che aveva richiesto l'intervento dell'ASL, poi non collaborava a sufficienza con noi, ma è stato molto interessante e formativo per gli allievi in formazione. Organizzare un tirocinio richiede un **lavoro supplementare** per il direttore pedagogico: colloqui con l'istituzione e con i partecipanti,

preparazione degli allievi nella scelta delle lezioni da proporre, verifica del lavoro svolto, ma certamente ne vale la pena.

Vista la difficoltà di organizzare tirocini per tutti gli iscritti, molti dei quali vivono in città diverse, **da Milano 5 in poi**, ho invitato tutti gli allievi del terzo anno a creare i loro **progetti di insegnamento**, con la mia disponibilità a seguirli nella ideazione e nella programmazione delle lezioni. All'inizio c'è sempre una resistenza comprensibile: non è chiaro come fare un progetto d'insegnamento, è difficile da costruire, mancano i contatti per avviarlo e così via, ma alla fine ogni allievo ha scelto un tema e nel quarto anno si sono avviati dei lavori molto interessanti a partire o dall'interesse personale (chi sulla corsa, chi sulla danza ecc) o dall'occasione di lavorare con un gruppo specifico (colleghi di lavoro, gruppi di bambini, ecc). Sono state descritte queste esperienze con testi scritti, foto, video e disegni. Questo progetto è riuscito molto bene e so che poi è stato riproposto anche da altre scuole italiane.

Nelle formazioni Feldenkrais non abbiamo né esami finali né discussione di tesi, ma operiamo una costante **verifica del percorso** pedagogico con **supervisioni** all'insegnamento delle CAM durante il secondo anno e alle IF durante il quarto; dunque i progetti, con tutta la precedente programmazione e con i successivi elaborati che ne documentano l'esperienza, si sono rivelati un importante momento di scambio di idee e di informazioni tra compagni; sono stati una "prova accompagnata" di insegnamento, da cui partire una volta diplomati, e possono essere considerati l'**avvallo concreto**, ma anche simbolico, al diventare insegnanti Feldenkrais.

Per quanto riguarda l'**Integrazione Funzionale**, i primi passi iniziano da subito come semplici esplorazioni dell'organizzazione del compagno, come capacità di metterlo comodo così come si trova, di sostenerlo e di seguirlo nei suoi movimenti e di toccarlo con delicatezza e sensibilità. Sono anche orientati all'autorganizzazione, quindi molto collegati alle CAM. Via via, le esplorazioni si fanno più ampie e mettono in relazione le varie parti del corpo in un contesto dinamico e funzionale. La pratica in classe con persone estranee al corso inizia nel terzo anno ed è regolarmente seguita dagli insegnanti. Le **supervisioni** finali restano al quarto anno, anche se penso che potrebbero essere organizzate gradualmente a partire dal terzo, suddividendo la classe in sottogruppi che fanno attività diverse con gli assistenti.

I formatori. Seguo una regolare rotazione con i trainer ospiti. Alcuni di loro hanno insegnato costantemente in tutti i miei corsi e continuo a invitarli, ma in ogni formazione invito uno o più trainer nuovi, che spesso non sono mai stati in Italia, in modo da variare il programma con stili diversi, ma anche per offrire a tutti i diplomati e agli allievi dei corsi precedenti l'opportunità di aggiornarsi nella formazione successiva incontrando nuovi formatori. Supero sempre il minimo dei quattro diversi formatori richiesti dal TAB, non propongo un corso "familiare" nel quale insegnano soprattutto due colleghi fissi, con due soli ospiti. Sono molto presente durante tutto il corso, anche quando non insegno, per dare agli allievi la possibilità di colloqui individuali con me. In quasi tutte le formazioni ho invitato **esperti** di altre discipline, per tenere lezioni su tematiche diverse quali lo sviluppo del bambino dal punto di vista di un pediatra e, in un altro corso, di una neurologa/fisiatra, la quale è poi ritornata per parlare anche della locomozione. Sono venuti un fisico, una ricercatrice CNR che ci ha parlato dell'uso del linguaggio, un docente dell'università di La Jolla, California, che ha presentato il suo lavoro nelle scienze cognitive, una poetessa che ha fatto un intervento su creatività e linguaggio. Agli ospiti chiedo di parlare della loro ricerca e di rispondere alle domande degli allievi. Gli incontri sono sempre molto apprezzati e stimolanti.

Altro obiettivo che mi pongo nelle formazioni è far sì che si esplori una precisa qualità di verbalizzazione e una eventuale scrittura intorno al Metodo. **Trovare le parole** che non annoino, che non siano banali e scontate. Che non siano la semplice ripetizione di quello che hanno detto i trainer in classe. E' importante continuare a osservare se stessi con gentilezza, per comunicare bene agli altri un percorso che parte dalla propria passione, senza manipolare e senza voler convincere tutti della bontà del Metodo.

Ovviamente tutto questo non è garanzia sufficiente per **trovare un lavoro**: va coltivato anche un certo senso di **imprenditorialità** e va considerato un piccolo rischio personale nello scegliere una libera professione, non definita a sufficienza e per di più non ancora riconosciuta. Le nuove generazioni sono abituate alla precarietà e alla mobilità e non si spaventano, ma mi è stato riferito di timori da parte di alcuni genitori degli iscritti più giovani, che vorrebbero per i loro figli un corso che porti ad un posto di lavoro stabile e sicuro.

Un altro punto da tenere in considerazione è la **preparazione dei colleghi** che desiderano diventare assistenti. Il compito del direttore didattico è anche quello di selezionare e di accompagnare le persone che desiderano lavorare nelle formazioni. Ovviamente è richiesta la partecipazione alle sessioni con una certa regolarità e non tutti possono permettersi di dedicare tante giornate a questo percorso, né tutti possono essere accolti. Rifare la formazione, al di là della decisione di diventare assistenti, fa sperimentare, sentire e capire tutto il materiale in modo molto più approfondito. In tutti i corsi ho proposto ad alcune persone, per facilitarne la partecipazione, uno scambio di giornate di training con IF per gli allievi, oppure con altri contributi organizzativi. Le persone che hanno collaborato con la scuola hanno certamente imparato molto, ma raramente hanno fatto domanda per diventare assistenti. Le ragioni sono personali e possono essere diverse. Solo ultimamente e con soddisfazione, ho ricevuto la tesi di una collega che ha seguito tutto Milano 6 e che si è decisa al gran passo.

COSA SI MUOVE

Recentemente tutti i trainer e gli assistenti italiani hanno costituito il **gruppo TATI** per uno scambio e un confronto sulle formazioni e per un **dialogo** costruttivo con l'**AIIMF**. I punti da discutere sono parecchi: dobbiamo iniziare a parlarci e in vista dell'applicazione della legge 4/2013, è necessaria una definizione delle **competenze** della figura professionale "insegnante Feldenkrais" e probabilmente sarà anche necessario rivedere alcuni aspetti formali dei corsi di formazione. In particolare va adeguato il monte ore, che sembra essere inferiore a quello di altre scuole, e forse va anche ridefinito il programma, ovviamente senza stravolgerlo. Non va dimenticato che ciò che ci ha identificati in tutti gli anni passati e che ha dato **garanzia di grande serietà** ai nostri corsi, rispetto ai corsi formativi di altri metodi, è stata l' **internazionalità delle scuole**, che avevano tutte programmi simili e stavano tutte sotto la cupola dell'IFF e dei tre TAB. Ora si parla di inefficienza dei TAB e si ventilano scissioni dall'EuroTAB a partire dalla Germania. Questo è forse un percorso inevitabile - cambiano le leggi nazionali e le organizzazioni devono adattarsi - ma non vorrei vedere tutto il lavoro passato, cancellato da una regionalizzazione che porterebbe a livello nazionale/locale decisioni che finora sono state internazionali, come per esempio le decisioni finali sui Training e su chi diventerà formatore. A livello internazionale si sta già pensando alla **revisione** del troppo lungo e complesso **percorso per diventare Trainer**, ma soprattutto per i paesi con pochi diplomati non vedo come si possa fare a meno di un organismo sovranazionale per decisioni così importanti.

A questo si aggiunge il percorso per **diventare assistenti** nelle formazioni. Come ho detto sopra, ho accompagnato e seguito più di una persona in questo progetto e penso che sia necessario iniziare a conoscere il materiale di Amherst, di San Francisco e di AY oltre a quello del proprio corso di formazione. Gli assistenti non possono pensare di insegnare solo a partire dal manuale del proprio corso e quindi prima di scrivere la tesi dovrebbero partecipare il più possibile a una seconda formazione, entrare in relazione con gli allievi, dar loro regolari IF, osservarli nella loro crescita e condividere le loro osservazioni con i trainer e gli assistenti. Sarebbe loro utile seguire il direttore pedagogico per capire come si organizza un programma formativo, e partecipare alle riunioni dell'équipe. Così il passaggio verso il nuovo ruolo sarà graduale. E' difficile credere che una scuola per assistenti staccata dalle formazioni possa essere sufficiente. Il problema oggettivo è che ora ci sono assistenti che non hanno lavoro anche perché le formazioni sono più piccole. E la proporzione allievi/insegnanti richiede un numero minimo di assistenti. Si tratterà in futuro di inventare diverse modalità di collaborazione.

UNA PROPOSTA

Concludo ritornando alla mia proposta iniziale di **un'indagine** tra tutti i diplomati dei corsi italiani e la lancio alla commissione AIIMF che dovrà presto essere convocata e della quale faranno parte alcuni membri del TATI.

Cerchiamo di capire cosa è stata la formazione per chi vi si è iscritto, sia a livello pratico/professionale, sia a livello profondo e personale. Quali sono state le motivazioni nel momento dell'iscrizione; se e come sono cambiate durante i 4 anni. Quali aspetti del corso li hanno soddisfatti pienamente e quali no. Che cosa è mancato loro nel momento dell'inizio del lavoro, e nel caso abbiano continuato a fare il loro lavoro precedente, che cosa li ha arricchiti. Cerchiamo di capire se, come centri di formazione, siamo ancora all'avanguardia o se rischiamo di scivolare nella routine. Personalmente non ritengo affatto di scivolare in una routine di insegnamento, in ogni mia nuova formazione propongo nuove esperienze. Cerchiamo anche di capire se la necessità reale di adeguarci a future richieste per il riconoscimento nazionale non ci faccia orientare in direzioni che toglieranno specificità alla nostra esperienza, che è quella di non separare mai mente e corpo, esperienza individuale e movimenti della specie, apprendimento e piacere, arte e scienza, e molto altro ancora.

L'AIIMF potrebbe attivarsi per promuovere un'indagine conoscitiva, premessa e stimolo per qualsiasi dibattito e decisione ragionata, e le scuole potrebbero certamente impegnarsi a ricontattare gli allievi dei vecchi corsi per proporre un questionario che, se ben pensato e analizzato con l'aiuto di esperti, ci darà importanti indicazioni su quanti siamo veramente operativi e sull'efficacia del nostro insegnamento. Ci piacerebbe sentire molte opinioni.

© 2013 MARA DELLA PERGOLA direttrice pedagogica