



EDUCAZIONE NATURALE ED ESPERIENZIALE

Percorso di approfondimento sull'outdoor education

LA BIOFILIA E IL GIARDINO DOLCEMENTE ACCIDENTATO

Formatore: Christian Mancini – Zeroseiup

*“Le radici affondate nel suolo,
i rami che proteggono i giochi degli scoiattoli,
i rivi e il cinguettio degli uccelli; l'ombra per gli animali e gli uomini;
il capo in pieno cielo.
Conosci un modo di esistere più saggio e foriero di buone azioni?”
Yourcenar*

Avere un giardino significa lavorare con l'addomesticazione del selvatico, che segue le leggi del selvatico ma coi nostri interventi viene riportato tre passi indietro. Le normative di sicurezza per gli ambienti pubblici non sono intese come vincolanti nel senso di proibire di giocare o avere belle esperienze; sono normative che cercano di **creare delle possibilità**, non di creare divieti. Molto dipende dalla prospettiva da cui si guardano le cose: proviamo a leggere le normative come ciò che ci dà possibilità, non come ciò che ci sta togliendo libertà.

Giardino come spazio naturale però progettato e antropizzato, che ha necessità di una relazione di cura mirata e regolare. “Dolcemente accidentato” significa un atteggiamento di facilitazione, significa **accompagnare** allo sviluppo e non determinare o sostituirci: trasformare quello che abbiamo chiamato “insegnamento” in un accompagnamento, perché l'apprendimento è un qualcosa che nasce da dentro verso fuori, se abbiamo dei facilitatori che ci accompagnano. L'apprendimento così è autodiretto e bisogna imparare a fidarsi di questi processi. Accidentato perché l'apprendimento va avanti per tentativi e ripetizioni; il lavoro della relazione di cura con i bambini è quello di essere facilitatori di esperienze, ossia dobbiamo accompagnare i bambini nella loro zona di scoperta, cioè nel loro processo di incontrare l'ignoto. L'ignoto per noi educatori è difficile da accettare ma la zona di comfort del lavoro educativo è la zona di rischio dei bambini cosicché noi dobbiamo sentirci a nostro agio ad accompagnare i bambini nel loro percorso accidentato che comprende l'ignoto, l'imprevedibilità delle cose, qualche incidente.

Quando nasciamo non siamo particolarmente mobili ma con l'età aumenta l'autonomia nel movimento, questo significa che lentamente possiamo cominciare a manipolare l'ambiente e ciò ci spinge a voler raggiungere mete più lontane: da qui aumenta anche la velocità, aumenta l'intensità del gioco e una strategia di movimento che viene prima del correre e del saltare: l'arrampicata, ci accompagna da 0 a 12 anni come strategia fondamentale di movimento.

Movimento è anche apprendimento, l'apprendimento è un movimento continuo, l'intelligenza è caratterizzata dal processo del **movimento** e della **trasformazione**. Nell'infanzia i processi di apprendimento passano attraverso il corpo; il successo accademico futuro di una persona risiede nella quantità e qualità di esperienze corporee fatte nell'infanzia. L'arrampicata è una strategia di movimento innata, infatti se si guarda da una certa età in su si vede che il rapporto tra il peso del proprio corpo e la quantità di forza a disposizione è a favore della forza e del movimento. C'è una logica biologica per cui i bambini di questa età possono fare cose con il corpo che in noi creano paura, ma occorre capire se la paura è interiore o se si sta parlando di un effettivo pericolo: ciò va valutato ogni volta, perché altrimenti invece di facilitare all'apprendimento diventiamo difficil提高atori. La non facilitazione è un processo nostro, cosicché ogni volta che sentiamo il timore e richiamiamo un bambino bisogna capire se il timore appartiene a me o se è davvero necessario entrare nella situazione e lavorare con una comunicazione che non sia piena di divieti; infatti, il divieto è un qualcosa che non funziona con l'attenzione, in quanto il divieto accende il riflettore proprio su ciò che non si dovrebbe fare. La comunicazione corretta è quella che apre ad opzioni, non quella che chiude a strategie (non dire "non cadere!" ma "dove metti il piede per restare lì?"). Le domande sono **domande aperte**.

La pavimentazione antitrauma può essere fatta di materiali naturali o artificiali; la maggior parte delle pavimentazioni è fatta di materiali sintetici (riciclo di pneumatici, soles di scarpe...). Si chiama pavimentazione antitrauma perché deve accogliere non la caduta di quando si inciampa ma deve accogliere la caduta da una certa altezza. In un parco pubblico si può saltare fino da 3 metri e sotto si può mettere una pavimentazione che accolga l'energia del salto. Laddove c'è terra naturale o prato, per saltare fino a un metro di altezza non c'è bisogno di pavimentazione antitrauma. I materiali naturali che si possono utilizzare come antitrauma per salti da massimo 3mt sono: corteccia sminuzzata, trucioli di legno, sabbia, ghiaia...

I materiali come i tronchi, devono essere di una certa grandezza se sono pensati per sopportare certe sollecitazioni: il materiale posato deve avere una resistenza tanto più in proporzione a quanto sarà sollecitato.

Che scelta è utilizzare materiali naturali? È una scelta pedagogica, è una scelta valoriale (per trasmettere già un messaggio educativo e biofilico); scegliere materiali naturali e allontanarsi da materiali di plastica significa prendere una posizione per riavvicinare le persone che useranno quello spazio al contatto con gli elementi naturali e con il ciclo vitale: niente si crea, tutto si trasforma. Siamo davanti al cambiamento di un paradigma educativo in cui dobbiamo creare identità e senso di appartenenza verso l'**ecologia**, verso gli ambienti naturali perché altrimenti andremo incontro ad una crisi ecologica. Dobbiamo creare uno spazio in grado di riportare **biofilia** nel contesto educativo, quindi fare scelte educative che siano più vicine al vivente. Vita attrae sempre vita: quando si scelgono materiali naturali nel servizio educativo, questi diventeranno la base per attrarre altri esseri viventi. Ogni forma di vita è una forma di intelligenza; **spazi intelligenti** sono fatti da essere viventi e se ci auguriamo il successo accademico dei nostri bambini allora dobbiamo far vivere loro spazi intelligenti, ossia abitati da esseri viventi. L'immersione in un ambiente vivo significa l'immersione in uno spazio intelligente, e questo ha bisogno di relazione: comincio a comprendere lo spazio, a curarlo. Erich Fromm, negli anni '60, utilizza per primo il termine biofilia in campo umanistico e definisce che i bambini imparano la cura per se stessi curando altri esseri viventi.

Per quanto il corpo sia abituato a stare in spazi naturali, l'ambiente influisce molto sul nostro stato d'animo; ad esempio, proviamo un'attrazione particolare verso i margini e le divisioni: infatti, questi sono spazi di incontro in cui c'è una grande quantità di energia da esplorare.

In psicologia, è stato studiato l'approccio evolutivo all'ambiente. Questo si divide in:

Prospect-refuge theory: nel corso dell'evoluzione la nostra specie ha sviluppato delle preferenze spiccate nell'averne un'ampia prospettiva di vista sull'ambiente circostante e al contempo trovarsi nella condizione di non essere visto facilmente.

Le preferenze riguardano:

- Stare ai margini di un ambiente;
- Spazi con soffitti e coperture;
- Avere le spalle protette;
- Abbracciare tutto lo spazio con lo sguardo;
- Spazi che trasmettono un senso di sicurezza/nascondiglio.

Savannah Hypothesis: la scelta del luogo in cui vivere e in cui spostarsi è stato un aspetto critico per la sopravvivenza nel corso dell'evoluzione, sia in termini di cibo che della difesa dai predatori. La savana, che ha visto l'origine dell'uomo in quanto specie, rappresenta il prototipo dell'ambiente ideale, e anche un paesaggio primario radicato nella psiche collettiva, un archetipo naturale che deve avere:

- Vista panoramica ampia e chiara;
- Presenza di piante, animali e funghi commestibili;
- Presenza di rilievi topografici che permettano la sorveglianza;
- Presenza di un corso d'acqua o di un lago;
- Caverne o strapiombi come ripari notturni.

Molte ricerche individuano la savana come bioma preferito, senza differenze culturali significative. I risultati hanno messo in evidenza una maggiore predilezione per gli ambienti savannah-like, limitata però alla fascia d'età più bassa. Gli autori hanno perciò ipotizzato che l'effetto savana sia preponderante nell'infanzia ed in seguito venga mitigato dalle inclinazioni individuali e dalle appartenenze culturali.

In sintesi, l'approccio evolutivo teorizza:

- Preferenze universali: presenza degli elementi di base (acqua, cibo, protezione, alberi...);
- Preferenze culturali: caratteristiche del paesaggio (clima e coltivazioni);
- Preferenze individuali: personali e in relazione all'età e alle condizioni di vita.

Un ambiente con queste caratteristiche viene definito **rest and digest** (resta e digerisci): è un ambiente dove ci si può concentrare su qualcosa e dove ci si può sentire sicuri. In questo caso si tratta di uno spazio che promuove rilassamento, e quindi educazione; altri spazi, invece, possono promuovere vigilanza e prontezza: la predisposizione dello spazio crea una predisposizione comportamentale.

Prontezza interiore significa che il corpo sta in una reazione di allerta, è molto percettivo, reagisce sui movimenti, sui cambi colore, l'attenzione si orienta maggiormente al movimento, ai suoni e

colori forti, così una persona può risultare più allertata in un dato ambiente; viceversa altri tipi di ambiente, più coerenti e rilassanti, fanno sì che anche il corpo entri in uno stato di tranquillità. Questi comportamenti si riscontrano in due teorie aderenti alla psicologia ambientale: le teorie di **prospettiva e rifugio**; un ambiente, senza essere direttivo (senza segnaletiche e normative) può trasmettere uno stato non di prontezza interiore e vigilanza ma rilassamento e flusso di attenzione verso il singolo gioco e il singolo stimolo. Ad esempio una persona che vuole rilassarsi si metterà a sedere sotto un albero, con un sostegno dietro la schiena, la copertura delle foglie sulla testa, all'ombra, con una prospettiva visiva ampia...Nel momento in cui siamo in un ambiente con modalità *rest and digest*, "resta e digerisci", l'attivazione interiore si può rilassare e l'attenzione può focalizzarsi su qualcosa senza essere sempre distratti (risposta del corpo a un dato ambiente o a un dato setting interiore). Un ambiente, quindi, può promuovere rilassamento o prontezza.

L'attenzione è un qualcosa che viene richiamato spesso nei sistemi scolastici e nei contesti educativi ("fai attenzione!", "presta attenzione!"): abbiamo aspettative molto alte sull'attenzione ma questa non è solo concentrazione su un'attività o uno stimolo, è un qualcosa di più complesso che guida i processi di apprendimento partendo da un'attitudine che a livello biologico abbiamo sottoforma di vigilanza. Le persone che sono molto propense ad avere attenzione periferica e si attivano subito su un suono, su un movimento lontano, su qualsiasi movimento esterno e si sentono attratte ed incuriosite, millenni di anni fa sarebbero state molto avvantaggiate perché avrebbero potuto scoprire risorse, fare perlustrazioni...sicuramente non erano quelle che costruivano nel villaggio corde e capanne, concentrate su un solo stimolo. Ci sono persone con un'attitudine alla concentrazione più facilitate a concentrarsi e ad usare l'attenzione per un unico scopo (performance riguardo ad un obiettivo scelto); altre persone che invece hanno un'attenzione molto più periferica, che sono molto più sensibili agli stimoli esterni. Ciò che oggi viene indagato come disturbo dell'attenzione, nella maggioranza dei casi è una difficoltà ad entrare nel setting e nell'ambiente con uno stile di apprendimento diverso da quello richiesto, poichè **ognuno ha il proprio modo di apprendere**: chi è più stimolato dal canale visivo, chi più dal canale uditivo, chi ha più bisogno di muoversi. Di base non si può dire che se un bambino è facilitato a stare fermo e a seguire il flusso di gioco è più attento di un altro che è continuamente in movimento: sono predisposizioni differenti ma entrambe hanno pari dignità di apprendimento; i nostri sistemi di formazione e istruzione privilegiano di più coloro che riescono ad escludere gli stimoli attorno a sé per essere richiamati su un qualcosa di più strutturato. Esistendo vari sistemi di attenzione, non possiamo dire che solo chi si concentra è intelligente; anche chi spazia e raccoglie informazioni molto velocemente lo è. **Dall'allestimento dello spazio dipende l'attenzione**, come si muove e come si crea la predisposizione comportamentale: dobbiamo sapere se un nostro spazio crea agitazione o se crea voglia di sedersi, se crea voglia di correre e scoprire o se crea voglia di contemplare e di stare su qualcosa di preciso. Questi sono aspetti che lo spazio decide prima ancora che la persona ne sia consapevole.

Un ambiente con un alto grado di complessità (tanti colori, tante forme, tanti materiali, tante superfici, tante temperature...) diventa un ambiente dispersivo e un'attrazione verso tutto ma per breve tempo, così i bambini correrebbero in ogni direzione con poco senso. Anche le interazioni tra loro sarebbero molto dispersive perché la nostra attenzione è attirata anche dall'udito: questo è un ambiente ipercomplesso. Il punto decisivo è il rapporto tra lo spazio (grande/piccolo) e gli elementi (tanti/pochi) che lì ci sono. Se ci sono troppi elementi diversi, l'ambiente diventa troppo complesso e crea agitazione. A livello ecologico, l'intelligenza è collegata alla capacità di adattarsi;

l'ambiente deve stimolare i comportamenti in base a come cambia ad esempio il meteo; l'ideale sarebbe avere un ambiente che, in base alle condizioni esterne, cambia l'esperienza percettiva (e quindi l'esperienza comportamentale).

Complessità: quantità di elementi su una certa superficie. Diversità e ricchezza degli elementi nel territorio; quando ci sono tanti elementi l'uno vicino all'altro, non si riesce a capire qual è l'invito di quell'ambiente: in questo caso lo spazio non è un alleato, non parla per sé quindi l'adulto dovrà dirigere le esperienze.

Coerenza: la presenza di elementi facilmente riconoscibili che richiamano delle attività e che siano appartenenti l'uno all'altro (qualità degli elementi presenti su una superficie). La coerenza in un ambiente crea armonia ed organicità: nel senso di bellezza in termini biofilici, gli ambienti più organici creano in noi il desiderio di soffermarci in quel luogo, per scoprirlo o rilassarci.

Leggibilità: quando in un ambiente ci sono punti di riferimento riconoscibili. Nell'incontro con qualcosa di diverso rispetto a ciò cui siamo abituati, spesso c'è leggibilità pari a zero e ciò crea agitazione. È una variabile che dà dei punti di riferimento comportamentali.

Mistero: uno spazio dove lo sguardo può subito riconoscere quasi tutte le possibilità di scoperta dell'ambiente, risulta poco misterioso, ossia suscita una noia inconsapevole che fa ricadere nei comportamenti assodati cioè sposta l'attenzione sugli altri e su quello che fanno. Ciò succede quando un ambiente non riesce ad agganciare la curiosità. Il mistero vi è soprattutto ai margini del giardino, sul confine tra due spazi. Per questo in uno spazio educativo all'aperto è molto interessante costruire piccole barriere visive.

Uno spazio crea interesse quando ha questi aspetti. Così si crea il senso di evasione, ossia quello stato d'animo che porta fuori dal consueto ambiente che solitamente si frequenta; così, l'attenzione può spaziare e viene stimolata l'attenzione involontaria. Si crea una comunicazione con l'ambiente, che però non sta ponendo in modo direttivo un invito ma semplicemente girovagando nello spazio ci si lascia attrarre da quello che c'è. In questo modo si lavora su una sensazione di **rigenerazione** quando riusciamo ad uscire da un contesto diverso sia a livello visivo ma anche di richiesta comportamentale. La rigenerazione si crea quando le richieste comportamentali che si fanno ai bambini non sono troppo strutturate e normate e quando gli elementi presenti in un ambiente vanno a stimolare l'**attenzione involontaria**, ossia quando c'è un dialogo inconscio tra ambiente ed "io".

Inoltre, un ambiente deve anche avere le caratteristiche dell'**estensione** e della **fascinazione** (curiosità): la curiosità è la promotrice dell'apprendimento; così deve esistere un meccanismo che mantiene e alimenta la curiosità, ma se siamo stressati diventiamo meno curiosi.

Ogni persona ha un personale **approccio in natura**, infatti ne esistono di diversi tipi: sensoriale, giocoso, empatico, avventuroso, contemplativo, scientifico, creativo; ecco che i materiali naturali permettono la libera espressione di sé. Tutti questi approcci dovrebbero essere a disposizione in uno spazio; il giardino è a prescindere percettivo, pertanto parlare di percorsi sensoriali è un po' limitante; a parte il sensoriale, gli altri approcci hanno bisogno di "postazioni" all'interno del giardino.

All'inizio dell'anno scolastico, quindi, per prima cosa bisogna osservare i bambini mentre sono fuori per capire cosa li attrae e qual è il loro stile di apprendimento (reagiscono agli stimoli visivi o a quelli uditivi? O magari hanno bisogno di muoversi tanto perché hanno un'attenzione periferica;

altri possono essere più contemplativi con l'attenzione focalizzata su un elemento alla volta). Poi durante l'anno bisogna essere disposti a riprogettare lo spazio esterno, perché se si coinvolgono i bambini viene fuori una lettura dello spazio in base alle loro preferenze.

Il legislatore consente di riempire gli spazi educativi all'aperto con materiali naturali ma occorre documentare da dove questi materiali arrivano; il problema non è di natura assicurativa se nel progetto educativo e pedagogico viene esplicitato che si utilizzano materiali naturali sciolti, che non sono giocattoli a livello di legge (nessun materiale naturale lo è). Il problema sorge quando si raccolgono materiali provenienti da riserve protette: è per questo che quando li utilizziamo negli spazi educativi dobbiamo rendere conto del luogo da cui arrivano. L'invito, quindi, è quello di entrare in comunicazione con cooperative che si occupano di gestione e manutenzione del verde e, attraverso il proprio Comune, capire chi ha accesso a grandi quantità di materiale (ciò permette anche di controllare tutto il processo e avere garanzia di qualità).

Di seguito vengono proposti atteggiamenti dell'essere umano centrali a livello evolutivo, che sono stati sempre fatti con un determinato scopo e che sono anche stati utili nel corso dell'evoluzione.

LANCIARE

Lanciare una cosa è il prolungamento di noi stessi e del nostro impatto sull'ambiente: io finisco dove finisce il mio corpo o dove arriva il mio raggio di azione?

Lanciare permette di acquisire molte competenze: consapevolezza di sé in uno spazio, il proprio raggio d'azione, l'impatto che si ha sulle cose, conoscenza dei materiali, esplorazione empirica ed analitica, la mira, il controllo, causa/effetto, coordinazione, profondità, distanza (la stima di una distanza è il prodotto della nostra esperienza nello spazio; pertanto, se abbiamo difficoltà a stimare 50mt, è perché non abbiamo saltato e lanciato abbastanza). Lanciare richiede, però, uno spazio protetto perché l'impatto non deve andare a danno di altri; di base, quando c'è la volontà di lanciare c'è anche bisogno di un **bersaglio**. Lanciare risiede ancora dentro di noi perché è un'attività ad alto successo evolutivo: dire che non si può lanciare è contrario a quell'aspetto evolutivo che ci ha permesso di avere successo; serve uno spazio definito per poter lanciare.

CORRERE

Correre non è sfogarsi o scaricare tensioni. Il bello della corsa è anche la capacità di frenare: ha a che fare non solo con la distanza ma anche con la conoscenza del terreno. Correre è un atto volontario di concentrazione totale perché bisogna comprendere in pochi secondi dove mettere i piedi, tenendo conto della velocità e della qualità del terreno. L'attenzione volontaria va a focus su pochi metri davanti a sé e fa un lavoro di riconoscimento dei materiali e dell'impatto che il piede avrà su quel materiale. Riconoscere varie tipologie di caratteristiche di una superficie e saper stimare personalmente la propria competenza.

ROTOLARE

Un bambino che si rotola a terra non sente solo il terreno ma anche la propriocezione accesa: sente l'impatto dell'ambiente su di sé; la propriocezione è sentirsi da dentro. Rotolare è la naturale fine della normale sequenza correre/saltare/rotolare. Nel rotolare c'è la naturale capacità di attutire il salto.

I bambini non fanno differenza tra meteo buono o meteo brutto ma tra sofferenza e piacere. Noi adulti potremmo cominciare a valutare che esiste solo **meteo pericoloso**: in questo caso non esiste nemmeno abbigliamento giusto o sbagliato, perché con meteo pericoloso anche

l'abbigliamento giusto non è la salvezza. Un meteo pericoloso può essere l'eccessiva temperatura, così come una tempesta, ecc. Bel tempo o brutto tempo sono costrutti socioculturali, però se i bambini sono vestiti bene e non soffrono il freddo e l'umido, potrebbero giocare per ore sotto la pioggia: occorre un setting di non sofferenza. Anche per gli adulti l'abbigliamento è fondamentale: essere per primi noi a nostro agio e non patire gli agenti atmosferici significa non trasmettere messaggi fuorvianti ai bambini.

ARRAMPICARE

Competenza di percepire il proprio peso, aggrapparsi, vedere la propria forza...raggiungere un obiettivo, scavalcare e arrivare a sono importanti processi psichici. L'arrampicata è la strategia di movimento più antica che conosciamo. Se non ce la sentiamo di accompagnare un bambino che vuole arrampicarsi, è importante esprimergli il nostro disagio ma dargli l'alternativa di poterlo fare un altro giorno con un'altra insegnante.

NASCONDERSI

A livello di propriocezione, quando ci si nasconde si pone tutta l'attenzione sul proprio battito del cuore, sul respiro, sul corpo, sull'autocontrollo ed autoregolazione, che sono qualità di propriocezione fondamentali. Nascondersi è anche sentire il rumore che si fa mentre ci si muove, ma soprattutto permette di fare esperienze di alcune cose su cui solitamente ci sono dei pregiudizi di paura e se ne fa un'esperienza piacevole. Nascondersi è una dinamica evolutiva che porta con sé protezione ma è anche un'esperienza di autoregolazione e propriocezione.

GIOCO DI COSTRUZIONE

Mettiamo tante energie per pulire il giardino da ciò che nel tempo si ammucchia a terra (foglie cadute, erba tagliata...) ma così facendo quanto materiale togliamo al gioco dei bambini?

Ci sono due modalità di acquisire conoscenza: **sentire** e **pensare**. Due modi per trasformare un'esperienza di conoscenza: o la sento, la intuisco, la percepisco e aiuto i bambini a percepire ancora nel momento in cui costruiscono qualcosa, sto con loro in una situazione per amplificare o dispiegare una qualità. L'altro modo per acquisire conoscenza è attraverso il pensiero, ugualmente dignitoso (i concetti astratti); è una relazione di tensione tra sentire e pensare. I bambini sono più tesi alla percezione perché la capacità di sviluppare concetti astratti in futuro passa attraverso la percezione. È possibile rivalutare uno spazio in base alla funzionalità relativa a queste dinamiche comportamentali?

ESPLORARE

Ha a che fare con la qualità del mistero; bisogna progettare degli spazi che possano garantire l'esplorazione. Esplorazione è anche creare dei piccoli ambienti di prospettiva e rifugio dove i bambini si nascondono ed esplorano qualcosa, uscendo dalla nostra visuale.

La maggior parte degli incidenti che capitano ai bambini si verifica perché non hanno esperienza del corpo nello spazio; il loro comportamento viene spesso così tanto guidato che negli anni iniziano a sviluppare una carenza di percezione di se stessi nello spazio: non conoscono le distanze, i materiali, ecc. Dobbiamo avere fiducia che i bambini, cresciuti strettamente a contatto con gli ambienti esterni, svilupperanno la capacità di reagire anche all'ultimo secondo, evitando incidenti. Questo fa parte di una duplice dinamica: andare verso l'ignoto ma contemporaneamente

sviluppare l'istinto di autoconservazione. Non si può imparare evitando di rischiare qualcosa; nell'esperienza concreta serve il rischio corporeo, altrimenti si può sviluppare un concetto senza rendermi conto che per il mio corpo quella cosa è troppo alta.

RACCOGLIERE

Se in uno spazio non c'è materiale da raccogliere, anche il gioco di costruzione sarà abbastanza limitato. L'invito è quello di valutare a quale criterio uno spazio debba rispondere: al bisogno di sicurezza, ordine e controllo? O ai criteri che rispondono al bisogno di successo comportamentale?

Uno spazio, per provocare piacere, interesse e crescita deve collegarsi alle dinamiche comportamentali di successo, non ha bisogno di un altro sistema di credenze.

Lavoriamo su diversi aspetti: perché i bambini scelgono sempre quello spazio esterno, perché intervengono con parole o frasi che non c'entrano con quello che dice l'insegnante.

Due sono gli aspetti principali legati alla parola "attenzione":

- il primo è un aspetto **performante**, serve per raggiungere un obiettivo. Si usa anche dire "fai attenzione" per raggiungere uno scopo;
- il secondo è **relazionale**, prestare cura a una o più persone. È rivolta in particolare ai bambini che ne hanno molto bisogno. Donare attenzione è donare nutrimento. L'attenzione è uno stato d'animo, è uno stare in una situazione con attenzione. È uno stato d'animo che nel corso della giornata varia più volte.

Il livello di agio o disagio mentre si presta attenzione ad una cosa si nota anche dalla postura: avvicinamento allo schermo, il corpo si muove di più perché ci si innervolisce. Questo capita quando si fa una cosa nuova. Mentre quando si fa una cosa già sperimentata tante volte i neuroni sono abituati a farlo e l'esercizio procede fluido.

Qual è una qualità dell'attenzione quando viene messa alla prova da un esterno:

- è un atto di **volontà**, non la possiamo costringere;
- richiede **impegno**;
- richiede **energia**, la nostra energia si esaurisce piano piano.

Cosa succede quando finisce l'energia che non ha più a che vedere con la volontà: rifiuto, nervosismo, frustrazione, demotivazione, stanchezza, sentirsi incompresi, sintomi corporei.

L'apprendimento è autocorrettivo con il tempo, soprattutto nell'infanzia. Nell'età adulta subentrano voci interiori che a volte bloccano, sviano l'apprendimento.

L'attenzione è autoregolativa. Se chiediamo a una persona di prestare attenzione su una cosa la persona può farlo per avere dei vantaggi. Altre persone fanno più fatica, l'attenzione dice che non ce la faccio e cerca con lo sguardo altre cose: fare una controproposta, guardare da un'altra parte, fare qualcos'altro.

Se vediamo che i bambini non accettano di proseguire a stare attenti vuole dire che fanno un atto di coraggio. È la competenza di dire no, di stare con se stessi.

Il divieto suscita l'interesse di capire cosa succede se si evade il divieto. Accende l'attenzione.

Se dici "non pensare all'elefante rosa" ci pensi subito.

L'attenzione è manipolabile (vedi pubblicità che sfrutta questo).

A volte, lavorare sull'attenzione volontaria può risultare difficile, poiché a scuola i bambini possono far vedere di impegnarsi su una richiesta, ma con la testa stanno pensando a tutt'altro.

1 Prima forma: la percezione della stanza è quella che usiamo di più,

2 la propriocezione è quella che rivolgiamo verso di noi.

3 Vedere noi stessi da fuori e si chiama lui – lei (noi parliamo con noi stessi, facciamo dialoghi interiori).

4 la visione dall'alto ci aiuta a guardare al nostro operato, le nostre azioni, senza giudizio in un primo momento. Poi prendiamo decisioni. È importante per crescere.

I bambini piccoli ci comunicano con il corpo che non hanno più capacità attentive, in termini di norma comportamentale: ad esempio si muovono velocemente, si agitano, ecc.

Anche in uno spazio cementato possiamo creare un contesto per fare crescere le capacità di attenzione: ad esempio, un muro può diventare una parete verde.

Un pezzo di bosco ci offre: mistero, complessità, coerenza, bellezza, leggibilità ma anche uno spazio in città, se ben progettato, ci può dare questo senso.

Anni 90, teoria della "rigenerazione dell'attenzione": un bambino può volere prestare attenzione, ma non ci riesce.

Gli elementi naturali creano fascino e stupore, quindi attenzione. Non sono necessari scivolo e altalena (tipici dei parchi), ma in questi luoghi il processo di normativa comportamentale è lo stesso. Al contrario l'incontro libero e diretto innesca un processo di attenzione differente. È necessario introdurre nello spazio esterno elementi vivi che hanno bisogno di cura, sia da parte dei bambini che degli adulti. La cura si deve fare all'interno dell'orario di lavoro: stare a contatto con il verde ha un effetto positivo sul proprio organismo. All'esterno i bambini devono potersi muovere con una normativa comportamentale differente dagli spazi chiusi.

Esempio di spazio 0-6: diviso per età e capacità di movimento. Erba soffice di 3 mt, siepi di mirtillo per i più piccoli per gattonare. Siepe in vasi carpino bianco (h 60-80 cm) con all'interno la montagnola, la sabbiera, pedana di legno che asciuga velocemente. Fuori dalla siepe, spazio aperto per movimento che richiede libertà: salti, corsa, palla, paretina di arrampicata. Questo per non creare contrapposizione di esperienze non compatibili. Già dalla lettura dello spazio, bambini e adulti capiscono cosa fare in quel luogo.

Le cooperative che si occupano del verde possono fornire tanti materiali con certificato di provenienza, è bene anche fare riferimento al proprio territorio.

Qualsiasi cosa che compriamo deve avere la certificazione di sicurezza, mentre il materiale naturale non deve avere la certificazione, ma deve essere più basso di 1 metro; il legno va scortecciato, levigato sugli angoli in modo che non ci siano spigoli, trattato con anti fungo. Si può fare il tepee con materiale naturale. Il tepee deve rispondere a normativa. Il pratino non crea mistero e per questo i bambini si interessano ai margini, ossia ai confini.

Normativa 1176 (1 – 2008) 1176 – 7 contiene indicazioni per attrezzature esterne, prevede che ci debba essere stabilità dei materiali, sassi, legni altro devono essere fissati. Mai viti che fuoriescono.

La robinia spessa, senza spine, dura molto e non ha bisogno di manutenzione.

Meglio non avere le stesse cose che ci sono nei parchi. Con la terra e i materiali naturali i bambini possono agire gli stessi movimenti, rotolare, oscillare...

Se le strutture non hanno marchio 1176 non possono essere utilizzate nelle scuole. Il marchio CE va bene per il gioco privato e non possono essere inserite nelle scuole.

Normativa 1177 parla di altezze, materiali anti trauma..

Manutenzione e ispezioni. Tutte le attrezzature comprate vanno ispezionate e poi va fatta la manutenzione necessaria.

I bambini all'inizio vanno in esplorazione e poi iniziano a prestare attenzione a certi elementi.

Percorso sensoriale, il suo bello è la ricerca del materiale insieme ai bambini.

La sabbia si può utilizzare come pavimentazione anti trauma. Il servizio può risparmiare la sabbiera e i bambini giocano con la sabbia.

La sabbiera invece deve rispondere a una normativa ad esempio apri e chiudi.

Separatori: paletti piantati con salice fissato in maniera orizzontale. I separatori sono fondamentali per gestire lo spazio.

Legno scavato in modo da formare delle piccole conche dove i bambini giocano alla cucina, e così via.

Creare nascondigli: capanne, tra le siepi, tra i legni.

*I referenti del corso
Paolo Catellani e Sara Fava*