

RELAZIONE PRELIMINARE

Progetto LINEE CONTINUE rivolto ad artisti e giovani adulti con disabilità del neurosviluppo, intellettiva e motoria.

Tappe osservate: Novara e Napoli

Psicologo osservatore: Valerio Lazazzara

Introduzione

Il progetto osservato propone un percorso di danza rivolto a giovani con diverse disabilità del neurosviluppo, intellettiva e motoria. Le prime due tappe, svolte a Novara e Napoli, hanno permesso di osservare in modo diretto le dinamiche relazionali e individuali attivate dal laboratorio. Il gruppo è composto da sei giovani danzatori guidati da tre coreografi, con Davide Valrosso come figura di riferimento principale e caregiver sul campo.

Osservazioni psicologiche preliminari

I partecipanti si sono mostrati altamente coinvolti, motivati e collaborativi. Le attività proposte hanno stimolato un ambiente di fiducia, apertura emotiva e piacere espressivo. Il laboratorio, pur non essendo strutturato come intervento terapeutico formale, ha attivato processi psicologici rilevanti: espressione di sé, regolazione emotiva, riconoscimento interpersonale, e costruzione di una propria identità all'interno del gruppo.

Fondamentale è risultato il ruolo di Davide Valrosso, che attraverso schemi ritualizzati, empatia e coerenza relazionale ha instaurato un'alleanza significativa con i ragazzi, fungendo da mediatore sicuro per l'esperienza.

I segnali di benessere psichico osservati – sorrisi, risate, distensione corporea, contatti spontanei – confermano l'efficacia dell'approccio.

Benefici neurofisiologici - evidenze neuroscientifiche

Le attività di danza coinvolgono diverse aree del cervello (motoria, prefrontale, limbica, cerebellare), favorendo:

- Miglioramento della neuroplasticità;
- Stimolazione di neurotrasmettitori del benessere (dopamina, serotonina, endorfine, ossitocina);
- Aumento dell'integrazione tra emisferi cerebrali;
- Regolazione dell'attività cerebrale osservabile tramite EEG (es. aumento onde alfa e theta, riduzione iperattività beta).

In soggetti con disabilità del neurosviluppo, questi effetti sono particolarmente significativi: migliorano la regolazione emotiva, la consapevolezza corporea e la capacità di interazione.

Dinamiche tra struttura, ritmo e libertà espressiva

Un elemento particolarmente rilevante emerso nell'osservazione riguarda il delicato equilibrio tra la ripetizione di schemi strutturati e la libertà di improvvisazione. I momenti in cui vengono proposti *rituali fissi e familiari*, spesso introdotti e guidati da Davide Valrosso, offrono ai partecipanti un senso di *sicurezza e contenimento*: la prevedibilità dell'azione riduce l'ansia, organizza l'esperienza e rafforza l'alleanza affettiva con il gruppo e con le figure guida.

Accanto a questi momenti, la danza propone spazi di *improvvisazione libera*, in cui ciascun partecipante può esplorare in autonomia il proprio corpo in relazione alla musica, allo spazio e agli altri. Questa libertà non genera dispersione, ma alimenta un profondo senso di *autoefficacia* e padronanza del sé, rendendo l'esperienza scenica un luogo di conferma e scoperta. Un ruolo centrale in questo processo è svolto dalla

musica, non solo come stimolo esterno, ma come struttura ritmica interna che i partecipanti imparano a riconoscere, interpretare e seguire. L'interazione tra movimento e musica stimola il fenomeno dell'entrainment, ossia la sincronizzazione del movimento corporeo con il ritmo musicale, un processo che promuove la coesione del gruppo e l'armonizzazione interna del corpo.

Questo fenomeno si collega alla sincronia personale, ovvero la capacità del corpo di adattarsi autonomamente al ritmo esterno, e alla sincronia interpersonale, dove i partecipanti sincronizzano i loro movimenti tra di loro, creando una connessione sociale più profonda.

La pratica della sincronia motoria non solo favorisce lo sviluppo di coordinazione motoria e abilità percettive, ma ha anche impatti positivi sulla regolazione emotiva, sull'attivazione dei circuiti del piacere nel cervello, e sull'intensificazione delle competenze sociali.

La musica agisce da catalizzatore per relazioni più fluide e per una comunicazione non verbale più efficace, soprattutto in contesti di disabilità, dove la connessione emotiva e sociale assume un valore terapeutico.

Imparare a muoversi in sincronia con la musica e con gli altri potenzia così le capacità attentive, percettive e motorie dei partecipanti, facilitando una connessione profonda tra corpo e ambiente, e sostenendo lo sviluppo di abilità relazionali e sociali in un contesto ricco di stimoli e possibilità.

Conclusioni

Le osservazioni raccolte nelle prime due tappe del progetto mettono in luce l'elevato potenziale trasformativo della danza come strumento di inclusione, espressione e benessere. Il laboratorio si è rivelato un contesto protetto ma dinamico, capace di stimolare sia le risorse personali che relazionali dei partecipanti, con riscontri positivi a livello psicologico e, verosimilmente, anche neurobiologico.