

# Dimensions of Accessibility

## Corsi di danza per giovani con disabilità visiva

Noora Västinen

Le attività di gruppo sono ambienti di lavoro importanti per persone di tutte le età. Quando coinvolte in un'attività, le persone hanno l'opportunità di apprendere - oltre alle abilità specifiche di quell'attività, la destrezza e il piacere delle arti - anche abilità sociali diverse. Per i disabili o le persone che per qualche motivo hanno bisogno di supporti speciali, può essere impegnativo partecipare a causa di vari fattori che mettono in pericolo la sensazione di esser parte di qualcosa e le abilità apprese.

Sono un'esperta di arte applicata e inclusiva, sono una ballerina e un'insegnante di danza inclusiva che usa i metodi dell'improvvisazione e della Dance Ability.

Organizzare attività di danza per gruppi speciali richiede dedizione metodica e massima attenzione a ogni minimo dettaglio. Gran parte della pianificazione e dei problemi legati alla sicurezza consiste nel riflettere sull'accessibilità. Secondo il programma regionale Pirkanmaa sul welfare culturale del 2017, "l'accessibilità è tener conto delle diverse esigenze di persone diverse e promuovere l'uguaglianza quando si programmano e forniscono servizi. L'accessibilità deriva ad es. da percorsi privi di ostacoli, dal diffondere comprensione e rimuovere ogni fattore fisico, sociale ed economico che impedisca la partecipazione. Una buona accessibilità permette a chiunque di partecipare e godere delle attività culturali."

### Come creare uno spazio più sicuro?

Quando una persona sta pensando di buttarsi in un nuovo hobby, ciò che può raffreddare l'entusiasmo è un po' di nervosismo e la questione sicurezza. Anche l'insegnante pensa alla sicurezza, e ci aggiunge la prospettiva della responsabilità.

La sicurezza è un tema che può essere affrontato da molti punti di vista. Da un lato, si può vedere come la sicurezza dello spazio; dall'altro, si può interpretare come esperienza personale, o una combinazione delle due cose (Niemelä, 2000). Si parla di sicurezza anche come aspetto dell'ambiente di lavoro fisico, delle azioni e del comportamento visibile delle persone che lo vivono, ma anche come esperienza della persona e la sua consapevolezza a riguardo. Facendo riferimento ai pensieri di Niemelä sullo spazio sicuro, individuo lo spazio sicuro - nel contesto di un corso di danza - utilizzando le seguenti tre categorie tra loro interconnesse:

- Spazio fisico - accessibilità dello spazio
- Spazio sociale - atmosfera - accettazione e comprensione
- Spazio privato individuale - crescere la fiducia in se stessi e nelle proprie abilità

Il prerequisito per un workshop di danza o per programmare e tenere corsi di danza è che gli insegnanti abbiano abbastanza informazioni sui partecipanti. Avere informazioni sufficienti aiuta

gli istruttori, ad esempio, ad esaminare i fattori legati alla sicurezza e il bisogno di supporto dei partecipanti riuscendo ad adattare nel migliore dei modi spazio e materiali per la lezione.

Nella mia esperienza, l'istruttore o l'insegnante di gruppi speciali può facilmente sentirsi sotto pressione per dover sapere tutto e saper fare la cosa giusta in ogni situazione che si possa presentare. Allo stesso tempo, credo che l'apertura e il fatto di porre domande dirette e rispettose non sia mai un insulto: piuttosto capita l'inverso, le domande aprono alla possibilità di apprendimento reciproco e al dialogo.

L'insegnante non deve ritrovarsi a ipotizzare possibili diagnosi o limiti dei partecipanti. È più importante focalizzarsi su ciò che ci mette in relazione e quali tipi di esercizi si possono fare insieme. Durante la programmazione, gli insegnanti possono concentrarsi anche su come applicare i diversi esercizi a un gruppo particolare.

## Spazio fisico

Stabilire la sicurezza di uno spazio fisico inizia accertandosi che lo spazio sia accessibile: in altre parole, pensare a come si entra nello spazio e come ci si muove al suo interno. Ad esempio, come si aprono le porte, sono pesanti o si aprono con rilevatori di movimento? Ci sono scale o gradini lungo il percorso: eventualmente sono disponibili ascensori o rampe? A che altezza si trovano i pulsanti dell'ascensore? Quanto spazio c'è rispetto al numero dei partecipanti a un corso di danza e gli eventuali supporti di tecnologia assistiva? Quanto sono grandi i servizi igienici? Lo spazio rimbomba? Si può ridurre l'eco? Ci sono mobili che ingombrano lo spazio? Ci sono spigoli vivi o oggetti su cui si potrebbe inciampare e farsi del male? Come si potrebbero evitare questi incidenti? E questi sono solo alcuni esempi. Il servizio *Culture for All* ha raccolto un pacchetto informativo completo sull'accessibilità per tutti gli operatori e i produttori in ambito culturale.

Creare un senso di sicurezza insieme ai partecipanti con disabilità visiva è fondamentale già all'inizio della lezione familiarizzando con lo spazio. Si parte dall'ingresso, poi ci si sposta da un'estremità all'altra contando i passi per farsi un'idea delle dimensioni dello spazio e facendo notare dove si trova il centro. Allo stesso tempo, l'insegnante descrive l'aspetto dello spazio indicando dove si trovano eventuali mobili o altri ostacoli. Si può anche visualizzare lo spazio toccando le varie superfici delle pareti e dando loro un nome, ad esempio parete della finestra, parete della sbarra e parete d'ingresso.

È una buona idea creare una struttura chiara fin dall'inizio del corso o della giornata di workshop che poi prosegue in modo simile per tutta la stagione. Con i gruppi speciali, la necessità di strutture chiare e routine ripetute è molto più sentita. Quando i partecipanti sanno all'incirca cosa succede, quando succede e quanto dura, diventa più facile per loro concentrarsi e rilassarsi per gli esercizi.

## Spazio sociale - atmosfera - accettazione e comprensione

In uno spazio di danza fisico, come una sala da ballo, ci sono pareti, soffitto e pavimento e facilmente una sbarra, un impianto PA, un pianoforte e luci di vario tipo. Percepriamo tutto questo con i nostri sensi e tutto è già stato costruito. Ritengo che, come per lo spazio fisico, sia indispensabile costruire anche lo spazio sociale, ma questo è qualcosa cui ciascuno di noi, ogni partecipante, può contribuire. Lo spazio fisico è più permanente. Lo spazio sociale è in continuo mutamento a seconda di chi partecipa, delle emozioni di quel giorno, della provenienza di ciascuno di noi e dal tipo di giornata o settimana che abbiamo alle spalle. Costruire insieme lo spazio sociale ci porta più in contatto con noi stessi, l'uno con l'altro e con la danza che sta per iniziare.

Un giovane partecipante ipovedente a uno dei miei corsi di danza ha riportato quanto l'immagine positiva del proprio corpo e il coraggio sociale pesino sulla decisione di prendere parte a un'attività di gruppo. Altri fattori a favore erano la sensazione di sicurezza sociale nel gruppo e, ad esempio, il grado di confidenza con gli insegnanti o altri partecipanti: "Forse diventerebbe più facile partecipare a corsi di danza generale se sul sito dell'organizzazione ci fossero un paio di frasi incoraggianti che dicano che tutti i tipi di corpi sono benvenuti e che gli insegnanti sono preparati a trattare le esigenze di gruppi speciali in questo e in quel modo."

## Cerchio di inizio

Dopo aver preso confidenza con lo spazio, iniziamo formando un cerchio. Nei miei corsi di danza, comincio sempre la sessione con il cerchio, con tutti i miei gruppi. Per me, il cerchio come figura è il simbolo dell'uguaglianza perché nessuno sta davanti o dietro qualcun altro e tutti hanno la possibilità di essere visti o sentiti. Il cerchio è un posto in cui si forma la fiducia all'interno del gruppo ed è un posto in cui tutti hanno il tempo e lo spazio di condividere cose su se stessi. Invito sempre i partecipanti a condividere se c'è qualcosa di importante che gli altri partecipanti dovrebbero sapere quando ballano e si muovono con loro: ad esempio, ci sono parti del corpo infiammate o sensibili a cui sarebbe bene fare attenzione? Ci sono parti che non gradiscono siano toccate? Com'è il loro equilibrio quando si muovono o qualunque altra cosa rilevante.

I partecipanti possono anche condividere come si sentono: stanchi, pieni di energia, nervosi ecc. Nel ruolo di insegnante, poi, posso incoraggiare le persone ad accettare tutte le loro sensazioni ricordando che nessuno è tenuto a provare qualcosa per qualcun altro. Questo tipo di incoraggiamento crea un'atmosfera di accettazione e sta alla base della fiducia e di un senso di liberazione. Se un partecipante ha bisogno di ausili per muoversi, ad es. una carrozzina, è bene palesare e mostrare come si muove la carrozzina e come il partecipante vorrebbe che gli altri si muovessero insieme a lui/lei e con la carrozzina.

Quando si lavora con gruppi speciali, invito anche gli assistenti dei partecipanti ad entrare nel cerchio cogliendo l'occasione di presentarsi. Anche se poi gli assistenti non si uniscono negli esercizi, credo sia importante per i partecipanti prendere nota di tutte le persone presenti nella stanza.

## Il significato dell'assistente nella partecipazione a un'attività di gruppo

Uno dei punti fondamentali per le persone con disabilità o bisogni speciali che partecipano ad attività di gruppo è il numero di assistenti e il modo in cui essi possono offrire supporto nelle interazioni da un punto di vista fisico e sociale.

Gli assistenti possono essere sia gli assistenti personali dei partecipanti sia assistenti generici. Anche se il partecipante ha bisogno solo di un aiuto fisico o di un appoggio ad es. per muoversi, la presenza e l'aiuto di un assistente influisce automaticamente anche sullo spazio sociale. Ritengo quindi importante che, se coinvolto, l'assistente personale sia consapevole del proprio ruolo durante la parte guidata dell'esercizio: partecipa all'esercizio, osserva in disparte o si trova in un'altra stanza ma resta comunque disponibile per il partecipante?

In alcuni casi, l'attività o la passività dei partecipanti è fortemente influenzata dal fatto che gli assistenti personali siano o meno dei familiari. Un membro della famiglia, la mamma ad es., può creare un senso di sicurezza come assistente personale, ma allo stesso tempo la madre, a livello conscio o inconscio, può essere iperprotettiva limitando così l'attività del figlio. Il genitore pensa e fa troppo per il proprio figlio e il figlio, anche se adulto, non riesce a esercitare una capacità decisionale autonoma né a esprimere la propria creatività.

## Spazio interiore individuale - Crescere la fiducia in se stessi e nelle proprie abilità

Quando la sala da ballo - lo spazio fisico - è stato misurato e presentato e all'interno del gruppo si è creata un'atmosfera rilassata e accogliente - lo spazio sociale -, è facile che stress e nervosismo inutili spariscano e l'energia venga indirizzata allo sviluppo di abilità, al gioco, alla creatività e all'esplorazione di mondi e risorse interiori dei partecipanti stessi.

Una persona giovane con disabilità visiva nel mio corso di danza mi ha parlato di quanto la fiducia e lo stato rilassato della mente la rendessero in grado di avvertire e studiare la propria sensibilità e i propri confini, trovando connessione con gli altri: "Quando c'è questo tipo di fiducia, non c'è nessuna paura di fare qualcosa di "sbagliato". L'interazione con gli altri non sempre richiede parole o contatto visivo. Si possono trovare forte connessione e comprensione attraverso il movimento e il contatto fisico. Ho avuto esperienze di ascolto molto intense dei movimenti del corpo degli altri e di ascolto di me stesso, rapportandomi agli altri come pari, quando condizioni, abilità corporee e altri fattori esterni diventavano prive di significato."

Fonti

[https://www.tampere.fi/tiedostot/p/gS5Dfh9gp/pirkanmaan\\_kulttuurihyvinvointisuunnitelma.pdf](https://www.tampere.fi/tiedostot/p/gS5Dfh9gp/pirkanmaan_kulttuurihyvinvointisuunnitelma.pdf)

[http://www.kulttuuriakaikille.fi/saavutettavuus\\_tietopaketit\\_ja\\_opaat](http://www.kulttuuriakaikille.fi/saavutettavuus_tietopaketit_ja_opaat)

Niemelä, P. 2000. Turvallisuuden käsite ja tarkastelukehikko. In P. Niemelä & A. Lahikainen (ed.) *Inhimillinen turvallisuus*. Tampere: Vastapaino, 1–37.

**Esercizio 1:** Si può definire uno spazio sicuro sotto tre aspetti: spazio fisico, spazio sociale e spazio interiore della persona. Esplora il tuo spazio fisico sicuro. Studia lo spazio in cui ti trovi con le diverse parti del corpo, da solo o con il gruppo. Vai in un angolo e grida, verifica l'acustica: cosa senti in punti diversi? Lo spazio è freddo o caldo? Le superfici sono morbide, ruvide o lisce? Qual è il posto più sicuro in questo spazio?

**Esercizio 2:** L'articolo riporta il feedback di un partecipante: "Forse diventerebbe più facile partecipare a corsi di danza generale se il sito dell'organizzazione riportasse un paio di frasi incoraggianti sul fatto che tutti i tipi di corpi sono benvenuti e che gli insegnanti sono preparati per affrontare esigenze speciali in questo e in quel modo." Studia le scelte delle parole e il linguaggio usato nella comunicazione della tua attività con occhio critico. In che modo, attraverso la comunicazione, potresti creare uno spazio in cui tutti si sentano accolti?

**Esercizio 3:** Immagina una situazione dove sei un nuovo partecipante in un'attività di gruppo in cui ci sono persone con vari gradi di disabilità visiva e persone che ci vedono. Il tuo compito è presentarti descrivendo te stesso e il tuo aspetto all'intero gruppo. Ad esempio, evita di citare la tua età, la professione o il tuo livello di istruzione. Descriviti nel modo più concreto e tangibile possibile.