

“Homo ludens”: tutti in gioco

Paolo Crepaz

Ogni azione umana è un gioco

“Si può scoprire di più di una persona in un'ora di gioco che in un anno di conversazione” scriveva Platone.

Ed il pallone è l'emblema del gioco, al punto che Dorothee Solle, sociologa e teologa tedesca, così ha espresso, in maniera efficace, la ricerca della felicità: “Come spiegherei a un bambino che cosa è la felicità? Non glielo spiegherei: gli darei un pallone per farlo giocare”

“Sia che io giochi con un'altra persona o da solo, si verifica una reciproca interazione. Sono io il protagonista del gioco, ma il risultato del gioco mi sorprende. Nel gioco ricevo un nuovo me stesso.” spiegava Klaus Hemmerle, vescovo tedesco, fondatore con Chiara Lubich della Scuola Abbà, il centro studi del Movimento dei Focolari.

“Il gioco è la più alta forma di ricerca.” (Albert Einstein)

“L'uomo è interamente uomo soltanto quando gioca.” (Friederich Schiller)

“L'uomo non smette di giocare quando invecchia, ma invecchia quando smette di giocare” (G.B. Shaw)

“La vita è molto più che un gioco e giocare è un bel modo, divertente ed appassionante, per imparare a viverla sul serio.” hanno scritto, nel loro libro sulla filosofia del rugby dal titolo “Andare avanti, guardando indietro”, Mauro e Mirko Bergamasco

Il gioco è dunque contestualizzazione della nostra quotidianità. E ciascuno di noi ha modi diversi di interpretare la realtà, ciascuno di noi ha realtà immaginarie a cui fa riferimento, ciascuno di noi dà un peso diverso, a seconda della propria età, del proprio carattere, del proprio vissuto, a quanto gli accade.

Due esempi. Il primo: “Tre persone erano al lavoro in un cantiere edile. Avevano il medesimo compito, ma quando qualcuno chiese loro che lavoro facessero, le risposte furono diverse. “Spacco pietre” disse il primo; “Mi guadagno da vivere” affermo' il secondo. “Partecipo alla costruzione di una cattedrale” disse il terzo.” Così il pedagogista Peter Schultz.

Punti di vista. Come quelli del protagonista de *Il piccolo principe* che mostrava agli adulti il suo disegno chiedendo agli adulti se ne erano spaventati e che, alla risposta che non capivano perché dovevano essere spaventati da un cappello, spiegò che non si trattava di un cappello, disegnando per loro anche l'elefante ingoiato dal boa che aveva disegnato, commentando: “Bisogna sempre spiegargliele le cose, ai grandi”.

Due esempi per renderci conto di quanto possa essere vero ciò che afferma lo storico Johan Huizinga, già nel 1939, nella prefazione di *Homo ludens*, titolo del saggio a cui si ispira il nostro seminario: “Ogni azione umana appare un mero gioco. Colui al quale basta tale conclusione metafisica non deve leggere questo libro”. E chi la pensa così non ha bisogno di seguire questo seminario.

La natura del gioco

Ma che cos'è esattamente il gioco? Perché parliamo di “homo ludens” quando sta trionfando l’“Homo faber” o ancor più l’“homo economicus”? Perché ci incuriosisce parlare di una realtà per sua natura inutile, gratuita, fine a se stessa come è il gioco in un tempo

segnato dal mito dell'efficienza e del successo in cui i beni materiali sembrano avere il sopravvento su quelli relazionali? Perché le Nazioni Unite, nella "Carta dei diritti del bambino" siglata a New York il 20/11/1989 sanciscono che il gioco è un diritto riconosciuto e tutelato? Perché i biologi quando parlano di gioco lo definiscono un bisogno innato, fondamentale per l'evoluzione di corpo e psiche?

Huizinga scriveva: "Il gioco è più antico della cultura, perché il concetto di cultura, presuppone in ogni modo convivenza umana, e gli animali non hanno aspettato che gli uomini insegnassero loro a giocare. Il gioco è qualcosa di più che un fenomeno puramente fisiologico ed una reazione psichica fisiologicamente determinata. Il gioco come tale oltrepassa i limiti dell'attività puramente biologica: è una funzione che contiene un senso. Al gioco partecipa qualcosa che oltrepassa l'immediato istinto a mantenere la vita, e che mette un senso nell'azione del giocare. Ogni gioco significa qualche cosa. Se chiamiamo spirituale questo principio attivo che dà al gioco la sua essenza diciamo troppo; se lo chiamiamo istinto non diciamo nulla. Comunque lo si consideri, certamente si manifesta, con tale "intenzione" del gioco, un elemento immateriale nella sua essenza stessa."

Il gioco: è un bisogno innato, fa evolvere le capacità motorie, crea un clima disinibito e disteso, migliora l'immagine corporea, aumenta il senso di sicurezza e l'autostima, produce socializzazione ed adattamento, fa nascere e sviluppare l'uso della regola attraverso esperienze dirette, regola il comportamento in rapporto agli altri, facilita il compito dell'insegnante (che scopre stili e modelli di comportamento del bambino), permette una personale comunicazione, ristabilisce l'equilibrio affettivo, permette di sperimentare ruoli diversi.

Il valore biologico del gioco

L'uomo non è l'unico animale che gioca: i comportamenti di molti animali non sono determinati solo da bisogni primari, ma ne sono indipendenti e sono pure costosi dal punto di vista energetico (2- 3 % negli animali, fino al 15 % nell'uomo). I comportamenti ludici devono offrire dei vantaggi dal punto di vista biologico, altrimenti la selezione naturale li avrebbe eliminati.

Sono state formulate diverse teorie per tentare di spiegare l'utilità biologica del gioco: "valvola di sfogo" delle energie in eccesso (un controsenso); irrobustire per allenarsi alla vita adulta (in contraddizione col fatto che il gioco cala avvicinandosi all'età adulta – gli stimoli sono insufficienti a tale scopo); addestramento alle difficoltà (il gioco non è la copia rimpicciolita dei comportamenti adulti).

Il tempo dedicato al gioco è direttamente proporzionale alle dimensioni cerebrali dell'animale ed inversamente proporzionale alla sua specializzazione. Il cervello dei non – specializzati è povero di connessioni predeterminate: la strategia ottimale per sopravvivere in un ambiente è selezionare le connessioni (sinapsi) che garantiscono schemi motori e comportamenti efficaci per adattarsi ad esso, eliminando quelle superflue. La produzione e la selezione di sinapsi nervose è dunque lo scopo ultimo del gioco negli animali.

Il periodo dello sviluppo, dove l'attività ludica è più frequente ed intensa, è quello che coincide con una sovrapproduzione di sinapsi ed una selezione delle stesse, eliminando quelle non utilizzate e conservando per tutta la vita quelle utili: per il resto della vita la plasticità del sistema nervoso permette solo mantenimento e adattamenti fini. Le aree associative maturano tardi, dopo i 4 anni, mentre in gran parte delle specie animali le

sinapsi sono già attive alla nascita: l'uomo è esposto per molti anni all'influenza dell'ambiente. Secondo Desmond Morris, zoologo ed etologo inglese, gli animali meno specializzati in assoluto, definiti "opportunisti", sono le scimmie antropoidi e l'uomo in particolare. E, guarda caso, non esiste in natura un animale che dedichi tanto tempo al gioco come l'uomo, non esiste in natura un animale così immaturo alla nascita come l'uomo dal punto di vista neurologico (ad imporre la nascita sono le dimensioni del corpo e non la sua maturazione neurologica): questo aspetto apparentemente limitante si chiama neotenia.

L'uomo è l'imbranato cosmico, l'imbranato del creato: l'uomo, avendo un cervello "incompleto" ha bisogno di un supplemento di gioco. Il gioco è il mezzo più potente per far maturare ed adattare all'ambiente il cervello neotenico immaturo: attraverso il gioco, uno svantaggio immediato per l'individuo – la neotenia, che lo rende dipendente e fragile – diventa un vantaggio a lungo termine; grazie al gioco ha la possibilità di realizzare progressi incredibili nelle capacità individuali, impossibili in un cervello che ha schemi comportamentali innati. Il destino dell'uomo è quello del perpetuo allenamento: deve poter continuare a giocare se vuole sopravvivere.

Per fortuna, il senso della propria auto – efficacia, che il gioco sa stimolare, è fonte di piacere: fin dall'infanzia percepire gli effetti del proprio comportamento sugli eventi esterni, soprattutto se legame fra azione ed effetto risulta immediato, è fonte di piacere. Al piacere di esercitare la propria competenza si aggiunge più avanti il piacere di fare le cose in maniera autonoma: sperimentare il proprio controllo sulla realtà, la padronanza del corpo e delle emozioni, oltre che fonte di piacere è fonte di motivazione. Questo sistema motivazionale alla base dei comportamenti ludici, il piacere di sperimentarsi, garantisce il coinvolgimento nel gioco.

Ecco dunque sintetizzati i vertici del triangolo che ha contribuito alla sopravvivenza ed all'adattamento della nostra specie: a) ricerca di senso di auto-efficacia b) gioco c) sviluppo cerebrale.

Il senso di auto-efficacia, spiega Albert Bandura, psicologo canadese teorizzatore dell'apprendimento sociale, non è utile solo a spingere a giocare: esso influenza stati affettivi, motivazione e comportamento. Ad esempio è stato rilevato che pazienti infartuati, con alto senso di autoefficacia, sono più disponibili e recettivi a programma riabilitativo e tornano prima e meglio a normali occupazioni, indipendentemente dalla gravità del loro infarto.

Per concludere queste riflessioni sul versante biologico, è utile sottolineare che il linguaggio della motricità umana è un "universale multiculturale" ed ha accompagnato lo sviluppo dell'uomo. L'attività ludico – motoria è stata ed è prerogativa dell'essere umano ed ha sempre rappresentato un percorso di accrescimento e di apprendimento.

Il gioco e la corporeità

Il punto di vista della biologia apre lo sguardo sulla corporeità e sul suo valore. "L'uomo – ha scritto il Cardinal Danneels di Bruxelles - non è un frammento di "corporeità", abitato per un momento da una scintilla spirituale. Egli è innanzitutto spirito, persona unica e libera ed è tramite il corpo che il suo spirito si apre un cammino nella materia e nella storia. L'anima non viene ad abitare una casa preesistente, essa si "intesse" la sua "corporeità" a partire dalla materia. Così il corpo umano diventa l'esteriorizzazione

dell'anima. Una cosa del tutto diversa da un abito che si indossi.”

“Lo sport consiste nel delegare al corpo alcune delle più elevate virtù dell'animo.” scriveva Jean Giraudoux, scrittore francese.

Ma torniamo a Huizinga: “Tutte queste spiegazioni [sulla finalità per cui si gioca n.d.r.] hanno in comune, come punto di partenza, la supposizione che il gioco avvenga in funzione di un'altra cosa, che serva ad una data utilità biologica. Ci si chiede: perché ed a che fine si gioca? E le conseguenti risposte non si escludono affatto... L'intensità del gioco non è spiegata da nessuna analisi biologica. Eppure in quell'intensità, in quella facoltà di far delirare, sta la sua essenza, la sua qualità. La Natura, pare che ci dica la logica, avrebbe potuto dare alla sua prole tutte quelle funzioni utili di scarico di energia, di rilassamento, di preparazione, e di compenso, anche nella forma di esercizi e reazioni puramente meccanici. Invece no, ci dette il Gioco, con la sua tensione, la sua gioia, col suo “scherzo”. Quest'ultimo elemento, il “gusto” del gioco, resiste ad ogni analisi o interpretazione logica. Questa qualità irriducibile non è per la nostra sensibilità linguistica moderna, in nessuna parte espressa così perspicuamente come nell'inglese *fun*, che è assai recente nell'uso comune. Nella nostra coscienza il gioco si oppone alla serietà. [Ma] Appena noi dicessimo “il gioco non è serio” piuttosto che “il gioco non è serietà”, ecco che il contrasto viene già a mancare perché il gioco può essere benissimo serio. Quanto più cerchiamo di separare la forma gioco da altre forme di vita apparentemente affini, tanto più si rivela la sua irriducibile indipendenza.”

Interessanti sono due pensieri che indubbiamente danno conferma alla convinzione di Huizinga: “Il contrario di gioco non è ciò che è serio, ma ciò che è reale” scrisse Sigmund Freud, e “Giocare è la condizione fondamentale per essere serio.” attribuita ad Archimede. Eppure sui nostri campi da gioco, nei campetti d'oratorio come nei settori giovanili dei grandi club, vi sarà capitato di sentire, pronunciata dall'allenatore, la frase: “Siamo seri, impegnatevi: non stiamo mica giocando”.

I livelli del gioco

Roger Caillois, sociologo francese, si può considerare, sul tema del gioco, non solo un allievo culturale, ma è stato, indubbiamente lo studioso che meglio di ogni altro ha cercato e saputo dare, a oggi, un'interpretazione antropologica del fenomeno gioco.

Secondo Callois tre sono i livelli quando si parla di gioco. Il primo utilizza sei categorie per definire l'attività di gioco: libera (il giocatore non può essere obbligato), separata (circostrita nel tempo e nello spazio), incerta (svolgimento e risultato non possono essere determinati in anticipo), improduttiva (non crea né beni, né ricchezza, se non lo spostamento della posta in gioco tra la cerchia dei giocatori), regolata (sottoposta a convenzioni che sospendono le leggi ordinarie ed instaurano un ordine specifico che vale unicamente per quella realtà di gioco), fittizia (basata sulla consapevolezza di una diversa realtà, o irrealtà, rispetto alla vita ordinaria). Queste categorie valgono anche per lo sport purché sia praticato per gioco e non per professione (attività produttiva): se praticato per lavoro, per assurdo, non è determinante se all'atleta piaccia giocare o meno. Chi è nella condizione del gioco sono gli spettatori che scelgono di assistere a competizione per puro divertimento.

Il secondo livello per Callois fa riferimento alle 4 tipologie di giochi che egli descrive: agon, (competizione fra giocatori attraverso l'esercizio di determinate attività), alea (giochi

caratterizzati solo dalla fortuna), mimicry (giochi dove si vestono i panni di determinati ruoli), ilinx (dove si prova il piacere, l'ebbrezza della vertigine).

Lo sport, inteso come gioco intrinseco, permette di perseguire due obiettivi fondamentali (vitali per la personalità): lo sviluppo delle competenze di controllo psicomotorio ed emotivo dell'individuo (vittorie, medaglie e soldi vengono dopo).

Lo sport (con regole, eventi e strutture) può essere concepito come la creazione di un contesto rituale che favorisce l'apprendimento di nuove capacità e permette di sviluppare nuovi adattamenti nei confronti dell'ambiente.

Questi concetti riferiti al gioco sono trasferibili anche nello sport a condizione che esso rimanga praticato per gioco e non per professione. Lo sport è compreso essenzialmente nei giochi "agon", ossia nel gioco competitivo (ma non solo contro gli avversari, ma anche contro i proprio limiti e contro gli standard): alcuni sport sono in certa misura compresi anche nelle altre tre tipologie.

Per Callois, e siamo al terzo livello, il gioco non è solo identificabile con i principi di ordine e regola, ma prevede una molteplicità di espressioni che vanno dalla "turbolenza alla regola". Un concetto infatti emblematico dei benefici dello sport sulla crescita di un bambino è quello di "regola". Di esso gli adulti hanno un'interpretazione precisa: se l'esperienza ludica (e poi sportiva) infantile è oggetto di educazione il modello che gli adulti vorrebbero messo in atto è quello di vedere bambini che giocano in maniera ordinata, disciplinata, rispettosa delle regole e dei compagni (come a scuola, dove la componente "voto" cambia però le carte in tavola). Se il modello è disatteso gli adulti affermano: "oggi i bambini non sanno più giocare" dimenticando che le esperienze più intense che hanno vissuto sono quelle vissute in assenza degli adulti.

Un bambino è in grado di stare alle regole se avrà progressivamente e soggettivamente elaborato l'istanza della regola nei propri giochi liberi: il senso della regola viene prima del rispetto della regola, occorre cioè prima comprenderne la necessità, comprendere che la regola serve perché il gioco funzioni e per questo le regole devono essere poche, chiare e facilmente memorizzabili. Un esempio interessante: i rituali infantili del camminare (solo sulle strisce pedonali bianche, senza toccare le righe ecc.) sono basati su invenzioni spontanee e che non hanno una ragione pratica, ma il loro valore sta nella scelta e nel rispetto delle regole in forma autonoma (rifiutando ogni suggerimento esterno); è una prova ed una dimostrazione di autocontrollo e della capacità di dirigere la propria attività.

La spinta a fare un certo gioco nasce dal desiderio, che è la somma del piacere e della volontà, ma per farlo ha bisogno di capacità specifiche e si scontra con la realtà di una situazione (o di un oggetto): desideri, capacità e realtà sono le tre categorie grazie alle quali il bambino "impara a limitare le sue richieste interiori in armonia con ciò che lui stesso può fare e con ciò che è possibile fare nel mondo". Questo il pensiero di Bruno Bettelheim, psicanalista austriaco.

Alcune discipline si "giocano" (calcio, pallavolo, rugby...), altre si praticano, eppure le prime hanno regole come le altre: per le prime la dimensione ludica è dovuta al fatto che sono di squadra? No, perché si "gioca" a tennis. La ragione è che sono "giochi" quelli che si praticano con la palla: all'agon (competizione) si aggiunge, grazie alla palla, un elemento di aleatorietà (giochi di alea sono quelli in cui il successo è affidato al caso), ovvero la palla ha in sé qualcosa di aleatorio che non contraddice l'agon, ma vi porta un valore aggiunto sul

piano squisitamente ludico. Di qui, oltre alla spinta mediatica, il successo del calcio: la palla è un catalizzatore del gioco perché animare un oggetto conferisce all'agon un elemento di leggerezza che rende meno amara la sconfitta e minimizza i limiti imposti dalle proprie capacità.

Il valore educativo del gioco

Esistono dei giochi educativi? Se lo chiediamo agli insegnanti molti di essi riterranno tali solo quelli cooperativi, mentre quelli competitivi sono guardati con sospetto e diffidenza perché creano “valutazione e selezione”. In una cultura pedagogica caratterizzata da una certa ideologizzazione del principio di egualitarismo, la competizione appare una sorta di legittimazione di disuguaglianze (sociali e culturali) che la scuola è chiamata ad abbassare o a compensare, non a legittimare. Per questo l'attività fisica e lo sport faticano a trovare posto nella scuola: l'educazione fisica ha spazio marginale relegato al “mens sana in corpore sano” (massima di Giovenale peraltro interpretata fuori dal suo contesto) e tutto l'impianto pedagogico privilegia la sfera intellettuale e la trasmissione scolastica (non fisica) delle conoscenze. Al massimo l'attività fisica viene utilizzata nella modalità “ricreativa”, ovvero di sfogo, o nella modalità “ludiforme”, modalità che hanno certo una valenza didattica, ma mascherano, a volte, malamente la volontà di rendere allettante un percorso didattico sfruttando la forza seduttiva del gioco: il gioco va bene se didatticamente utile e funzionale agli apprendimenti scolastici. Ma non è obiettivo di questo seminario approfondire la valenza didattica dell'attività fisica e sportiva.

Un altro tema legato al gioco è quello del competere, del valore che si dà al vincere, nel gioco e nello sport. La massima di Pierre De Coubertin, inventore delle Olimpiadi moderne: “L'importante non è vincere, ma partecipare” è in genere male interpretata. Sfidarsi nel gioco e nello sport senza la tensione a dare il meglio non ha senso. Essa mette in realtà in evidenza che l'essenza della pratica sportiva è la “partecipazione”, non il vincere, la disponibilità a mettersi in gioco, prima ancora che raggiungere un successo assoluto. Quando un bambino (o un adulto) si avvicina ad un contesto di gioco la sua domanda non è: “Posso vincere?”, ma “Posso giocare?” Cum – petere, che etimologicamente significa “puntare insieme ad un obiettivo” è quanto chiede chi vuol giocare. Il valore della competizione si sviluppa a partire dal processo, dalla disponibilità cioè a mettersi in gioco, accettando a priori di vincere o di perdere. L'intenzionalità educativa nel gioco e nello sport è a carico di chi la promuove e la gestisce: nessun bambino si presenterà su un campo di gioco con l'espressione: “Vorrei essere inserito in un efficace percorso educativo che, attraverso una gratificante metodologia teorico – pratica, mi permetta di sviluppare le mie personali qualità fisiche, motorie e psicologiche, in un contesto relazionale”. Il contesto che troverà nella società sportiva non è sempre all'altezza: “Chi pensa di avere un figlio 'campione' è pregato di portarlo in altre società” è un cartello che poche squadre hanno il coraggio di affiggere.

Il gioco educa in quanto tale, non perché simula o allena situazioni della vita, ma perché è luogo di apprendimento, di conoscenza di sé, degli altri, dell'ambiente, perché insegna a risolvere situazioni, senza allenare specifiche competenze (quello lo fa la formazione, non il gioco): il gioco non è un lavoro che viene svolto in maniera ludica. Un concetto che sintetizza la valenza educativa che può avere un'esperienza di gioco è nelle parole di Confucio: “Dimmi e lo dimenticherò, mostrami e potrò ricordarmelo, coinvolgimi

e capirò”.

Per essere educativo, ovvero per far crescere corpo, psiche e spirito, la pratica sportiva deve possedere le specifiche caratteristiche del gioco, ovvero: coinvolgente, divertente, appassionante; capace di stimolare la ricerca di soluzioni (agon); alleggerito da elementi di casualità (alea); arricchito con situazioni di simulazione (mimetismo) e capace di generare euforia (ilinx) o con uno o più di questi elementi; regolata (o autoregolata), separata, protetta, circoscritta; libera, incerta, inutile, gratuita, improduttiva, fittizia, fine a se stessa, che dà valore al percorso oltre che alla meta.

Il gioco si realizza fra due poli: il ludus (abilità, tenacia, astuzia) e la paidia (divertimento, turbolenza, creatività).

Fra questi due poli abita il fascino dello gioco (e dello sport) che è in sintesi quello di far sognare la gente: il gioco, come lo sport è bellezza, è utopia.

E cos'è l'utopia e a cosa serve? E' Eduardo Galeano, grandissimo scrittore uruguayano, da poco scomparso, a darci un'efficace definizione di utopia: “L'utopia è là, all'orizzonte. Mi avvicino di due passi, lei si allontana di due passi. Faccio dieci passi e l'orizzonte si sposta di dieci passi. Per quanto cammini, mai la raggiungerò. A cosa serve l'utopia? Serve a questo: a camminare.” Buon gioco a tutti!