

Il tono: elementi che lo caratterizzano

M.C. FERRARO

La funzione tonica è un concetto di base della psicomotricità essendo il supporto fondamentale di tutti i movimenti ed è un mezzo di espressione delle emozioni e della personalità. Il tono cambia secondo l'inibizione, l'estroversione o l'instabilità che distinguono il soggetto.

Esso è anche veicolo della comunicazione non verbale, di ogni linguaggio corporeo. « Il tono è una tensione dei muscoli, per cui le posizioni relative delle diverse parti del corpo sono correttamente mantenute » (Rademaker). Questa funzione rappresenta il livello basale di contrazione minima del muscolo, dovuta al fatto che, in ogni momento, un certo numero di fibre al suo interno sono in attività e determinano un opportuno grado di tensione.

Il controllo del tono è garantito dalla funzionalità dei sistemi che partecipano al suo mantenimento: formazione reticolare, circuito gamma e fuso neuromuscolare, sistema extrapiramidale (vie rubro-nigro e reticolospinali, e parte della reticolare extrapiramidale) e motoneurone alfa; inoltre, dopo la nascita, il cervelletto, tramite le afferenze sensitive, vestibolari e corticali, riorganizza il tono in base ai bisogni della regolazione posturale.

Il tono muscolare non può essere pensato come statico, dal momento che, come fenomeno nervoso, è caratterizzato da una tensione permanente.

È attraverso questa attività che lo svolgimento dei gesti, il controllo, la regolazione e la precisione vengono rafforzati e il mantenimento dell'equilibrio è costantemente garantito. Infatti è grazie alla tensione dei muscoli estensori che contrastano la pesantezza (muscoli antigravitici) che l'uomo e l'animale hanno la possibilità di sollevarsi dal

suolo ed assumere la posizione eretta.

Lo stato di tono si valuta mettendo in evidenza la resistenza di un muscolo alla mobilitazione passiva. Si tratta di movimenti impostati dallo psicomotricista nel soggetto che si trova in posizione passiva. Una grande resistenza segna l'ipertonìa e una resistenza diminuita evidenzia una ipotonia. Il rilassamento tende ad abbassare il tono di base e in questa situazione il soggetto è condotto a scorgere le variazioni toniche sempre più fini del suo corpo, fino a raggiungere un completo rilassamento dell'insieme della muscolatura periferica.

Queste mobilizzazioni eccessive o insufficienti dipendono dalle stimolazioni sia dell'ambiente che del soggetto che le avverte. Quando il bambino è piccolo l'evoluzione tonica è in stretta relazione con l'ambiente. Lo studioso francese H. Wallon sostiene che « le emozioni hanno per tessuto e per sostegno il tono muscolare ».

Il rapporto che esiste tra tono e psichismo, tra movimento e pensiero è molto evidente in quelle manifestazioni che Ajuriaguerra ha chiamato « tonico-emozionali », così come, secondo Sherrington, ogni emozione ha la sua origine nella sfera posturale, in tutta l'attività tonica.

La relazione esistente tra l'attività tonica e l'ambiente è testimoniata, fin dalla nascita, da uno stato di ipertonìa e preponderanza della componente orale, digestiva e respiratoria. Il bambino manifesta il bisogno sotto forma di tensione in tutto il corpo, di grida, di serramento dei pugni, di sollevamento e raddrizzamento della testa.

Sono questi alcuni segnali di comunicazione con la madre ai quali essa risponde soddisfacendo o meno lo stato di necessità. La soddisfazione del bisogno determina

uno stato di ipotonia caratterizzato da una distensione globale. Le prime soddisfazioni, le prime frustrazioni evolvono quindi, in corrispondenza di attitudini toniche determinate. È difficile scindere questi vissuti tonici dall'insieme della personalità in formazione. Wallon dimostra, infatti, che in questo « dialogo tonico » la propria azione e quella dell'altro sono vissute come atteggiamenti interscambiabili che determinano una vera e propria corrente di scambio tonico-affettiva tra la madre e il bambino. La funzione tonica o, piuttosto, l'equilibrio psico-tonico si evidenzia, pertanto, in atteggiamenti, posture, mimiche che governano tutte le relazioni tra gli individui. Desideri, rifiuti... sono sempre vissuti sul piano tonico.

Tutte queste esperienze che il bambino prova giocano un ruolo fondamentale nella presa di coscienza di sé e della distinzione dell'io e dell'altro e lo spingeranno sempre di più nell'universo della comunicazione umana, organizzata non solo secondo le leggi del linguaggio verbale ma anche di quello corporeo.

La padronanza delle reazioni tonico-emozionali è elemento basilare di un comportamento equilibrato e di una riscoperta di un corpo frequentemente vissuto sotto la costrizione o l'impaccio. La riequilibrio del tono permetterà lo sviluppo della funzione transitiva del movimento e quindi, l'attività volontaria efficace e coordinata.