

Daide Palermiti

La Dramatherapy: teatro del benessere

Studio Kappa
Via Duca d'Aosta 14
14100 Asti
Settembre 2019
5 €

Studio Kappa

**La Dramatherapy:
teatro del benessere**

Indice

Introduzione.....	5
1. Un'arteterapia come veicolo formativo:	
le origini della <i>Dramatherapy</i>	11
2. Le fonti disciplinari ispirazione della <i>Dramatherapy</i>	15
3. I principi fondanti della <i>Dramatherapy</i>	25
3.1 Il primo principio fondante: il gioco.....	25
3.2 Il secondo principio fondante: la narrazione.	29
3.3 Il terzo principio fondante: il ruolo.	31
3.4 Il quarto principio fondante: il corpo.....	35
4. Intrecci: orientamenti, filosofie pedagogiche e <i>Dramatherapy</i>	41
4.1 Prima cornice pedagogica: la pedagogia attiva	42
4.2 Seconda cornice pedagogica: la pedagogia non direttiva	49
4.3 Terza cornice pedagogica: la pedagogia narrativa.....	52
4.4 Quarta cornice pedagogica: la pedagogia del corpo.....	56
Conclusioni	63
Bibliografia	65

Introduzione

La *Dramatherapy* nel contesto della formazione e consulenza organizzativo/aziendale è pressoché sconosciuta.

Questo è determinato da una serie di fattori:

- ❁ La sua poca diffusione in Italia in qualità di Arteterapia;
- ❁ L'associazione ancora troppo stringente del termine "terapia" al concetto di "malattia da guarire";
- ❁ la formazione/aggiornamento principalmente dipendente al dover essere "funzione dei risultati" piuttosto che "empowerment dei processi".

La questione del termine terapia in realtà è prontamente risolvibile dal momento che bisogna prendere in considerazione il fatto che esistono svariate tipologie di terapie: farmacologiche, chirurgiche, mediche, psicoterapiche.

Oltre questo c'è da dire che il significato etimologico rimanda oltre che alla dimensione della guarigione anche a quella della cura più nello specifico del prendersi cura.

La *Dramatherapy* infatti si colloca nello scenario della salutogenesi cioè l'area in cui vengono studiati ed individuati i fattori che favoriscono la salute.

Il paradigma però più conosciuto è quello della patogenesi ovvero la disciplina scientifica che indaga, studia e individua i fattori che minacciano la salute e innescano l'insorgenza della malattia.

Naturalmente come spesso accade è il connubio armonico delle due dimensioni che in senso olistico protegge la salute dell'essere umano.

In ogni caso la *Dramatherapy* si occupa del rafforzamento dei fattori proattivi della salute relativi alle competenze relazionali, creative, emotive, affettive, comunicative ed espressive.

Questo nell'ottica di una ampia visione della salute che come afferma l'Organizzazione Mondiale della Salute è:

«uno stato dinamico di completo benessere fisico, mentale, sociale e spirituale, non mera assenza di malattia.»

Al fine di favorire, sostenere e sviluppare la salute sotto questa ottica globale e interdisciplinare nascono e si diffondono le Artiterapie tra le quali appunto viene annoverata la *Dramatherapy*.

Le Artiterapie sono una famiglia di discipline che nascono nell'arco di un ventennio, tra gli anni '40 e gli anni '60 del '900.

In ordine di apparizione e fondazione ci sono:

-  *Dramatherapy*: 1940-1964 in Inghilterra e Stati Uniti;
-  Arteterapia: tra il 1941 e il 1947 negli Stati Uniti;
-  Danzaterapia: tra il 1942 e il 1950 negli Stati Uniti e in Germania;
-  Musicoterapia: 1959 negli Stati Uniti.

Nascono e si sviluppano al fine della cura e della riabilitazione psico-fisico-emotiva di persone con vari gradi e tipologie di disagi. Si tratta di interventi nell'ottica del prendersi cura del benessere della persona e dunque l'accezione del termine terapia va nella direzione dell'alleviare e ridurre i sintomi e il livello di disagio del paziente.

Nel mondo contemporaneo, a partire dall'inizio del XXI secolo in particolare, le Artiterapie consolidatesi anche come promotrici di percorsi professionalizzanti e/o Universitari hanno ampliato notevolmente il loro raggio d'azione in armonia con i cambiamenti degli stili di vita delle persone.

Utilizzate non soltanto nei confronti di chi è portatore di un disagio e/o una patologia acclarata ma anche come forma di educazione e formazione al benessere personale e relazionale di chiunque voglia, per così dire, mantenere in forma la mente, il cuore e il corpo.

Infatti la globalizzazione, internet e i social-media hanno profondamente mutato le abitudini, gli stili di pensiero, le relazioni, il mondo del lavoro delle persone a tal punto che è emersa sempre di più come necessità fondamentale il concentrarsi sulla qualità della vita.

Dunque sempre più forte si è radicato il bisogno di far fronte allo stress determinato da un aumento vertiginoso della quantità e velocità delle informazioni circolanti che a loro volta danno vita ad altrettanto copiose difficoltà a gestire la propria quotidianità.

La forte competizione e il dover rispondere a sempre più alte domande di rendimento lavorativo oltre al dover essere

costantemente aggiornati e reattivi di fronte alle novità e alle urgenze/emergenze fa sì che il burn-out sia situazione ormai pressoché inevitabile. Secondo l'Organizzazione Mondiale della Salute la depressione e l'ansia sono in cima alla classifica delle patologie più riscontrate.

Il luogo di lavoro diventa crocevia determinante per quanto riguarda la salute delle persone.

Sempre secondo il W.H.O. (*World Health Organization*) la salute mentale è “uno stato di benessere in cui ogni individuo possa realizzare il suo potenziale, affrontare il normale stress della vita, lavorare in maniera produttiva e fruttuosa e apportare un contributo alla propria comunità”.

“Il posto di lavoro viene sempre più considerato come un luogo d'intervento chiave per il miglioramento e la promozione della salute mentale e fisica nelle popolazioni adulte. Revisioni sistematiche suggeriscono che i datori di lavoro che promuovono azioni quali un maggiore livello di controllo, la riorganizzazione dei compiti e una diminuzione della domanda, possono influire positivamente sulla salute mentale riducendo le condizioni di stress, ansia e depressione, e aumentando l'autostima, la soddisfazione sul lavoro e la produttività.”¹

In questo scenario la *Dramatherapy* si inserisce a pieno titolo in qualità di Arteterapia che utilizza il Teatro in tutte le sue componenti: drammaturgia, azione scenica e narrazione simbolica per sostenere, sviluppare e rafforzare il benessere delle persone.

¹https://www.dors.it/documentazione/testo/201707/DeterminantiSociali_072017.pdf

Per benessere si intende un concetto di natura olistica che fa riferimento a tutte le aree che coinvolgono la vita delle persone: cognitiva, emotiva, corporea, relazionale, creativa, spirituale.

Si tratta di potenziare le competenze intrapersonali, ovvero il conoscere sé stessi, e le competenze interpersonali, cioè il conoscere gli altri mediante un'abilità relazionale ed empatica in grado di creare legami e rapporti costruttivi e significativi.

La *Dramatherapy* è un'Arte creativa che si concentra sulle parti positive e i talenti delle persone andando ad alleggerire e ridurre le fatiche e i disagi intervenendo sull'ampliamento dei punti di vista dei soggetti, ridando slancio vitale all'assertività, alla gioia di vivere e di agire nel proprio contesto di vita.

La *Dramatherapy* offre il proprio meglio in una dimensione di gruppo dove può intervenire per ristrutturare il clima sociale, la comunicazione interpersonale, la gestione emotiva dei rapporti e dei ruoli, dove può generare affiatamento di gruppo, fiducia e senso di responsabilità verso sé stessi e il team di cui si fa parte. Inoltre può ridare energia alla creatività, all'immaginazione e innovazione siano esse legate ai processi o ai prodotti/risultati o ancora meglio su entrambi.

Può contribuire a sviluppare spirito critico, capacità di iniziativa, volontà di apprendere e di generare positività intorno a sé.

Molte ricerche attestano che le organizzazioni che implementano programmi a lungo termine sul benessere e la salute dei lavoratori generano maggiore valore produttivo, ottengono migliori performance e minor assenteismo.

Costruiscono un luogo di lavoro in cui è possibile agire con entusiasmo, serenità e senso di responsabilità, insomma un luogo dove le persone stanno bene con sé stesse e con gli altri e riescono a dare il meglio di sé.

In un mondo contemporaneo in cui il cooperare è determinante per la riuscita di qualsiasi progetto di vita è vitale occuparsi del benessere delle persone come azione principale e insostituibile.

La *Dramatherapy* può dare il proprio contributo perché dotata di alcune caratteristiche che fanno parte del patrimonio antropologico, culturale, psicologico e sociale dell'essere umano.

Le pagine che seguono descrivono e presentano la *Dramatherapy* e tali sue caratteristiche.

1. Un'arteterapia come veicolo formativo: le origini della *Dramatherapy*

A differenza di molte altre discipline la *Dramatherapy* non ha un unico fondatore ma si nutre di un insieme di contributi da parte di svariati autori.

Il primo di questi che utilizzò il termine *Dramatherapy* fu Peter Slade nel 1939 in una conferenza alla *British Medical Association*. Secondo Slade *“Il dramma è la base della vita. Il dramma spontaneo è piuttosto diverso dal teatro come forma artistica, anche se entrambi condividono lo sviluppo della personalità profonda e la gioia della realizzazione. Il primo dovrebbe costantemente essere utilizzato in tutte le scuole, insieme con una forma di teatro come educazione alla socialità attraverso il gioco di ruolo.”*²

Un altro autore che ha contribuito in maniera determinante allo sviluppo della *Dramatherapy* è stato Robert Grainger il quale oltre che drammaterapeuta era anche teologo, sociologo e psicologo. *“Un impulso decisivo alla sistematizzazione del modello artistico in Dramatherapy è*

² Pitruzzella S., *Mettersi in scena – Dramatherapy, creatività e intersoggettività*, Milano, F. Angeli, 2014, pag. 178.

*stato dato da Robert Grainger, (...), che fonda il potenziale terapeutico della Dramatherapy nel suo essere teatro, e costruisce un modello complesso che spiega il valore curativo del teatro attraverso paradigmi filosofici e psicologici, e il mondo delle relazioni attraverso il teatro”.*³

Anche Robert Landy è uno dei pionieri maggiormente significativi nel panorama della *Dramatherapy* essendo il più importante drammaterapeuta americano.

Autore del testo fondamentale *Dramatherapy* - concetti, teorie e pratica il suo più conosciuto contributo è stato “... *il suo role method, che individua nei ruoli le particelle elementari della persona, vedendo quindi principalmente nella Dramatherapy un metodo per intervenire nella ristrutturazione e nell’arricchimento del repertorio dei ruoli del paziente.*”⁴

Infine ricordiamo per il suo basilare lavoro Sue Jennings. Uno dei suoi contributi più significativi è stato il Paradigma EPR: “*E.P.R. (Embodiment-Projection-Role) è un paradigma dello sviluppo che disegna la progressione del gioco drammatico dalla nascita ai 7 anni. È basato su osservazioni prolungate di neonati e bambini e descrive una progressione parallela ad altri processi di sviluppo come quello fisico, cognitivo, emozionale e sociale.*

E.P.R. non è fondato su una precisa teoria psicologica, infatti può essere integrato in qualsiasi modello psicologico o terapeutico e nella pratica educativa.

³ Pitruzzella S., *Persona e soglia*, Roma, Armando Ed., 2003, pag.19.

⁴ Pitruzzella S., op. cit., 2003, p. 19

*E.P.R. rappresenta “lo sviluppo drammatico” dei bambini, che è la base per essere capace di entrare nel mondo dell’immaginazione e dei simboli, il mondo dei giochi drammatici e del dramma”.*⁵

Il fatto che la *Dramatherapy* non abbia avuto origine da un solo autore la rende una disciplina versatile, aperta, dinamica. Invita ciascun drammaterapeuta a ideare e formulare il proprio approccio originale e creativo.

È come se essa stessa coerentemente con la propria storia indicasse che il miglior modo di praticarla è quello contestuale, olistico, open source, creativo.

Non esiste una volta per tutte una procedura codificata in maniera granitica ma piuttosto esistono svariati punti di vista a cui accedere a seconda dell’utenza, del contesto, dello stile e della sensibilità di ogni singolo dramma terapeuta.

Naturalmente esistono denominatori comuni che nel tempo sono assurti in qualità di concetti, momenti e tecniche cardine dal momento che vi deve pur essere una base comune dalla quale partire ma nel contesto pratico ciascuno può inserire, ideare prassi, esercizi e giochi nella più totale libertà e licenza poetico-artistica. Anche dal punto di vista dell’ispirazione presa da altre discipline la *Dramatherapy* è debitrice di svariati contributi come verrà brevemente presentato nel prossimo capitolo.

⁵ Dispensa Centro Artiterapie di Lecco, *Scuola di formazioni in Dramatherapy*, Autore Jennings S., Traduzione a cura di Grassi E. e Pitruzzella S.

2. Le fonti disciplinari ispirazione della *Dramatherapy*

Come poc'anzi accennato la *Dramatherapy* si rifà a diverse fonti ispirative. Secondo Robert Landy nello specifico esse sono: il gioco, il rituale, lo psicodramma e sociodramma, la psicoanalisi, la psicologia evolutiva, l'interazionismo simbolico, il teatro e il teatro educativo.

Ai fini di questo lavoro di tesi saranno prese in considerazione 4 di queste fonti: il gioco, l'interazionismo simbolico di matrice sociologica, il teatro e il teatro educativo.

Afferma Landy sul gioco: *“Sebbene si sia diffusa una eterogenea gamma di teorie sul gioco, esiste una certa coerenza tra di esse. Il comune denominatore è la natura drammatica del gioco, in quanto il dramma è una dialettica tra il reale, la quotidianità e l'immaginazione. Il bambino, o l'adulto, che gioca esplora il contesto in cui vive tramite l'immaginazione. Il contesto del gioco è immaginativo e spontaneo, caratterizzato dalla qualità di trasformazione della realtà oggettiva in rappresentazioni soggettive. Courtney distingue tra gioco drammatico e gioco in genere, affermando che il primo è basato sull'interpretazione di un ruolo e*

sull'identificazione".⁶

Giocando dunque "ci si allena" a vivere, a trasformare la realtà per renderla più intellegibile a noi stessi, per renderla più sostenibile e anche più desiderabile. Ancora Landy riporta: *"Per Peter Slade, il gioco segna l'inizio di tutte le attività drammatiche del bambino. Slade distingue due tipi di gioco: gioco personale e gioco proiettivo. Il gioco personale è più attivo e fisico, caratterizzato dal movimento e dall'interpretazione di un ruolo. Il gioco proiettivo è diretto più verso l'interno cioè connesso all'esercizio dell'immaginazione del bambino. Per Slade, il gioco del bambino espleta molte funzioni: catarsi, auto-consapevolezza, interazione sociale e la scoperta del ritmo, del movimento e del linguaggio creativo".*⁷

Tra le funzioni ricordate da Slade a livello educativo colpisce in particolare l'auto-consapevolezza che rappresenta una delle qualità fondanti in educazione. Dunque il gioco rappresenta un veicolo privilegiato per educare avendo il considerevole vantaggio di essere uno dei linguaggi cardine dell'infanzia, un linguaggio naturale per il bambino che non richiede eccessivo sforzo, che produce piacere e soddisfazione, un linguaggio che il bambino non può fare a meno di utilizzare.

Crescendo purtroppo molto spesso questo linguaggio viene smarrito, dimenticato, accantonato anche se vi è un'eccezione piuttosto interessante: *"La concezione di Freud che il gioco del bambino è comparabile all'attività creativa*

⁶ Landy R.J., *Dramatherapy – Concetti, teorie e pratica*, Roma, Edizioni universitarie romane, 2015, pp. 89-90.

⁷ Landy R.J., *Ibidem*, 2015, pp. 90-91

dell'artista è stata riproposta da molti psicologi ed educatori (...). Come l'artista all'opera, colui che gioca tramuta la realtà in nuove forme tramite un atto dell'immaginazione e tramite un'azione fisica nel mondo. Come l'artista, egli usa gli strumenti del gioco per costruire un ordine dalla confusione e dall'ambiguità. (...) il bambino che gioca, come l'artista, nella sua attività acquisisce un grado di padronanza e controllo sulla realtà, spesso percepita come dominante".⁸

La comparazione bambino-artista è assai interessante dal momento che se la si considera vera o almeno verosimile in qualche modo si attiva un'ulteriore comparazione ossia gioco e arte sono o possono essere coadiuvanti e ingredienti fondamentali dell'educazione. In fondo l'artista pare essere un essere umano adulto che non ha smarrito la capacità di giocare, di immaginare, di trasformare la realtà.

L'arte dunque così come il gioco da infanti ci aiuta a ci sostiene nel difficile compito di rendere la realtà più sopportabile, meno dominante, più armonica rispetto alla nostra sensibilità e alle nostre esigenze. Il gioco drammatico quindi possiede in sé il nucleo per padroneggiare meglio sé stessi, per fronteggiare con maggiore serenità le richieste e le prove che la vita ci regala o purtroppo talvolta ci impone. In ogni caso il gioco diventa elemento fondante l'equilibrio e il benessere psico-fisico dell'essere umano.

Proprio a riguardo dell'equilibrio dell'essere umano una fonte fondamentale in tal senso è l'altro. Incontrare, conoscere, comunicare, socializzare, interagire con gli altri è

⁸ Landy R.J., *Ibidem*, 2015, pp. 91-92.

vitale per l'essere umano.

La solitudine eccessiva, l'esclusione diventano strumenti molto potenti che portano l'individuo a perdere di vista sé stesso e le proprie qualità gettandolo in uno stato di depressione e apatia difficilmente sopportabili.

Dunque diventa necessario per il proprio benessere aver sviluppato una capacità sociale che permette così di introdurre l'interazionismo simbolico.

Autore cardine è George Herbert Mead. Elemento centrale di questo approccio teorico facente capo alla cultura sociologica è la nascita del sé. Il sé si forma grazie alle interazioni con gli altri.

Sulla base del modo con cui gli altri si comportano e agiscono con noi si formerà il nostro senso del sé. Da quel momento cominceremo ad interpretare il nostro primo e vero ruolo: noi stessi.

Caratteristica fondamentale del sé è che è composto da altre due entità: l'io e il me. L'io è l'interpretazione individuale della società all'interno della personalità individuale, mentre il me riguarda l'interiorizzazione degli atteggiamenti degli altri. L'io è la parte più indipendente, il me la parte più sociale. Il sé dunque ha il compito di organizzare, equilibrare, fare dialogare armonicamente queste sue due componenti o meglio il tipo e la qualità del dialogo delle due parti determinerà la vita del sé.

Il sé dunque si sviluppa mediante l'interpretazione di un ruolo e questa assunzione di ruolo avviene necessariamente

all'interno di un contesto sociale. Inizialmente il contesto è la famiglia dove avviene l'impulso alla costruzione del sé più incisiva.

Più in là un altro passaggio fondamentale nella costruzione del sé avviene quando il bambino incontra i giochi con regole. Qui impara ad accordare sé stesso a quanto l'altro generalizzato (la società = regole) gli chiede. Quindi: *“Nella teoria di Mead, c'è una nozione dialettica, non solo tra l'io e il me ma anche tra il sé come oggetto e il sé come soggetto. Questo concetto è equivalente a quello della rappresentazione drammatica come dialettica tra l'immaginazione e la realtà, il regno del soggettivo e dell'oggettivo. (...) È viaggiando nel regno dell'immaginario e del doppio che il cliente della dramma terapia può essere portato a capire il mondo oggettivo della quotidianità. Più precisamente, quando il cliente sarà capace di interrelate l'immaginario e il reale, si sposterà verso meccanismi più sani ed integrati. Questo concetto implica che meccanismi non sani sono dovuti ad uno squilibrio tra la vita dell'immaginazione e quella della quotidianità (...). Tramite il processo di interpretazione di ruoli, questo equilibrio può essere ripristinato”*.⁹

Un altro teorico interazionista importante come fonte per la dramma terapia è Charles Cooley autore della teoria del sé specchio secondo la quale molto semplicemente ciascuna persona significativa del proprio ambiente sociale diventa uno specchio in cui si riflette la propria immagine. *“Così, tramite l'interazione sociale l'individuo vede sé stesso riflesso nell'altro*

⁹ Landy R.J., op. cit. 2015, pp. 106-107.

e con ciò si cala nel ruolo dell'altro".¹⁰

Infine vi è ancora un autore che richiama concetti importanti ai fini dramma terapeutici: Martin Buber.

All'interno dell'ambito educativo egli viene ascritto all'interno delle pedagogie del dialogo. Buber sosteneva che può esistere un Io soltanto se contemporaneamente esiste un Tu. Con ciò voleva dire che nel momento in cui non riconosciamo nell'Altro un valore tanto quanto noi stessi non potrà mai esistere un reale e vero dialogo. Quando questo accade il binomio muta trasformandosi da Io-Tu in Io-Esso.

L'altro da soggetto diventa oggetto. Invece nel momento in cui prevale la nostra capacità empatica e relazionale grazie alla quale riusciamo a "metterci nei panni" del nostro interlocutore ecco che inizia a comparire una relazione tra due pari; scompare il disequilibrio e la comprensione autentica fa la sua comparsa in scena.

Per quanto riguarda la fonte teatrale Landy individua 3 autori che possono interessare particolarmente al discorso dramma terapeutico. Si tratta di Konstantin Stanislavskij, di Bertolt Brecht e Antonin Artaud.

Stanislavskij ideò un metodo capace di fare immedesimare in maniera estremamente profonda gli attori nei personaggi. Questo metodo era basato sul concetto di memoria emotiva: *"Usando questo approccio, un attore richiama alla memoria un'esperienza passata della propria vita che provoca un'emozione simile a quella associata*

¹⁰ Landy R.J., op. cit. 2015, pp. 107.

all'azione del suo personaggio. Nel trasferire una passata emozione nel presente e nel rappresentare l'emozione come sé stesse nascendo per la prima volta, l'attore crea un momento paradossale in cui vive il presente tramite il passato, vive la vita di un altro tramite sé stesso".¹¹

Questo metodo di lavoro artistico risulta assai convincente a livello estetico ma forse un po' rischioso e di difficile gestione a livello emotivo proprio per il continuo accedere a contenuti personali da trasferire sulla scena.

Risulta interessante per la dramma terapia dal momento che la gestione equilibrata delle proprie emozioni è uno dei possibili obiettivi che essa si propone e attraverso l'utilizzo di intermediari artistico-teatrali quali oggetti, maschere, marionette, pupazzi e così via è possibile costruire un percorso che consenta all'utente di cercare e trovare una giusta distanza emotiva per comprendere meglio il proprio stato emotivo e così imparare a gestirlo con migliore efficacia.

Citando il concetto di distanza è possibile introdurre il secondo autore Bertolt Brecht. Al contrario di Stanislavskij Brecht pensava che il teatro avesse una funzione socio-politica di risveglio della coscienza critica, etica e morale. Allora l'attore doveva quasi "scompare" lasciando spazio e visibilità ai contenuti senza attirare l'attenzione dello spettatore verso l'interpretazione dell'attore stesso: *"Nella sua famosa teoria dello straniamento, Brecht ipotizzava che se l'attore presenta contenuti sociali piuttosto che psicologici in modo distante e stilizzato, preoccupandosi di ricordare allo spettatore che si*

¹¹ Landy R.J., op. cit. 2015, pp. 109.

trova in un teatro e non nel mondo reale, allora lo spettatore avrà a possibilità di pensare ai contenuti, vedere le ingiustizie ed essere spinto all'azione nel mondo. L'effetto di straniamento è fondato sulla separazione di pensiero ed azione".¹²

Questo approccio in dramma terapia è assai fertile proprio perché molto spesso l'utente ha bisogno di distanziarsi dal conflitto o dalle proprie forti emozioni per poter ritrovare un equilibrio sereno ed armonico.

Dunque spostando l'attenzione su contenuti generalizzati ad una tipologia sociale oppure utilizzando storie-metafora è possibile per così dire "aggirare creativamente" l'ostacolo sia per vederlo con maggiore lucidità che per depotenziarne gli effetti su noi stessi.

Antonin Artaud invece andò in una direzione ancora diversa proponendo il suo "Teatro della crudeltà": *"L'attore del teatro della crudeltà assume il ruolo di uno sciamano; la sua performance diventa un viaggio rituale, una comunione con il mondo sovranaturale. Lo spettatore coinvolgendosi sempre più, assume il ruolo del celebrante che non è soltanto stordito dall'intensità della performance magica ma partecipa tramite una purificazione della propria ipocrisia spirituale".¹³*

L'opera di Artaud basata sull'attenzione verso il rituale, il suono, il movimento, il mito e l'improvvisazione spontanea riveste particolare importanza per la *Dramatherapy*.

Ciò perchè utilizza il cosiddetto linguaggio pre-espressivo

¹² Landy R.J., op. cit. 2015, pp. 110.

¹³ Landy R.J., op. cit. 2015, pp. 112.

dove il testo non domina più la scena può essere assai fertile ed efficace per rompere alcuni schemi culturali prestabiliti liberando la persona da opprimenti modalità che imbrigliano la creatività, la fantasia e l'immaginazione impedendo di potersi guardare o anche solo sognare con occhi diversi.

La trasformazione spesso richiede la visita di luoghi esotici accompagnati da una buona "guida turistica" in questo caso il drammaterapeuta.

L'ultima fonte interdisciplinare da cui trae spunto la *Dramatherapy* è il teatro educativo.

È proprio lo stesso Landy in suo scritto a descrivere la *Dramatherapy* come facente parte dell'ampio settore del teatro educativo.

Anche Richard Courtney ha studiato per molti anni le implicazioni del dramma e del teatro a fini di apprendimento scoprendo inoltre che esso è basilare nella vita umana anche nell'ambito del gioco, del lavoro, del pensiero e della cura.

Proprio Courtney ipotizzò l'esistenza di 6 stadi evolutivi ampliando i 4 stadi evolutivi dell'individuo tramite il dramma proposti da Slade.

Dalla nascita fino all'età adulta l'essere umano passa dall'interpretazione del ruolo attraverso la madre, all'interpretazione di un ruolo vero e proprio, al racconto spontaneo di storie con relative drammatizzazioni improvvisate, alla realizzazione di una rappresentazione teatrale formalizzata fino agli approfondimenti delle tecniche quali ad esempio l'improvvisazione e il teatro vero e proprio

come attività professionale o perlomeno continuativa.

Risulta di particolare interesse la proposta di continuum dell'attività drammatica che lo stesso Landy fa: si parte dal gioco senso-motorio, per poi approdare al gioco teatrale, dal quale si arriva all'applicazione vera e propria del teatro sotto la guida di un adulto attraversando poi le dimensioni dell'improvvisazione e dell'interpretazione, spostandosi ulteriormente verso la drammatizzazione estesa per terminare alla vera e propria performance teatrale. *“Questo modello si collega bene alla dramma terapia per il suo modo di considerare come misura di un normale sviluppo umano l'impegno riposto nei processi drammatici. Dal punto di vista del drammaterapeuta, il comportamento patologico potrebbe essere interpretato come un blocco in un punto del modello. Iniziando da questo punto, il drammaterapeuta potrebbe scegliere attività appropriate per permettere al cliente di muoversi facilmente su tutti i punti del continuum drammatico”*.¹⁴

¹⁴ Landy R.J., op. cit. 2015, pp. 123.

3. I principi fondanti della *Dramatherapy*

In quanto disciplina a sé stante la *Dramatherapy* si nutre di alcuni principi fondanti, elementi imprescindibili che fanno parte della natura drammaterapeutica, la definiscono, la costituiscono andando a formare le fondamenta su cui la stessa disciplina si regge. Senza essi non si può parlare di *Dramatherapy*. Vengono riconosciuti come tali il gioco, la narrazione, il ruolo, e il corpo.

3.1 Il primo principio fondante: il gioco

Il gioco è un concetto polisemico, racchiude in sé molti significati a seconda della prospettiva con cui lo si osserva. Secondo Karl Groos eminente studioso tedesco che ha dedicato molto spazio al gioco nelle sue ricerche quest'ultimo *"(...) può essere considerato innanzitutto al livello di un continuo sperimentare condotto sul proprio corpo, tanto è vero che il primo obiettivo da parte delle creature è dominare il proprio corpo, e ciò si realizza attraverso i mezzi del gioco dello*

sperimentare e del movimento".¹⁵

Per Groos il gioco è un'attività preparatoria alla vita più che una mera imitazione. Inoltre secondo lo stesso autore il gioco è nato con il corpo grazie e a causa dello sperimentare che avviene necessariamente attraverso il medium corporeo. Inoltre egli afferma che il progresso evolutivo dell'intelligenza è ampiamente favorito e stimolato dal gioco grazie per l'appunto alla sperimentazione dello stesso con e attraverso il corpo.

Dunque siamo di fronte ad un concetto fondante l'essere umano che rigetta alcune convinzioni del passato che consideravano il gioco esclusivamente funzionale allo scarico e allo "smaltimento" dell'energia in surplus tipica del periodo infantile.

Ma il primo autore in assoluto a cogliere le qualità del ludico dove nessuno prima di allora le aveva individuate fu lo storico olandese Johan Huizinga: *"Egli individua una cifra ludica in pressoché ogni forma culturale: il linguaggio, la poesia, il mito, la religione, il diritto, la guerra, la filosofia, l'arte, lo sport; le sue conclusioni, insomma, indicano che la cultura nasce e si afferma sub specie ludi, quindi come gioco giocato, sottolineando così la sua stretta connessione tra gioco e cultura."*¹⁶

Un altro autore fondamentale per le sue ricerche sul gioco è il francese Roger Caillois il quale elabora un sistema di classificazione del gioco. Gli estremi di tale classificazione sono *paidia e ludus*. Il percorso si svolge dalla prima al secondo

¹⁵ Groos K., *The play of animals. A study of animal life and instinct*, Chapman and Hall, London, 1898, citato in Milani L., *A corpo libero*, Mondadori Università, Milano, 2010, p. 43

¹⁶ Milani L, *A corpo libero*, Milano, Mondadori, 2010, p. 46.

andando dalla turbolenza alla regola. Afferma Caillois: *“All’origine del gioco c’è una libertà prima, originaria, che è esigenza di distensione e insieme distrazione e fantasia. Questa libertà è il motore indispensabile del gioco e rimane all’origine delle sue forme più complesse e più rigorosamente organizzate. Una simile potenza primaria, che si chiama paidia, si incontra con il gusto della difficoltà gratuita, che propongo di chiamare ludus, per dare origine ai vari giochi cui si può attribuire senza esagerazione una funzione civilizzatrice. Essi illustrano, infatti, i valori morali e intellettuali di una cultura. Contribuiscono inoltre a puntualizzarli e svilupparli.”*¹⁷

Le dimensioni proposte da Caillois sono: *Agon* (Competizione), *Ilinx* (Caso), *Mimicry* (Maschera) e *Alea* (Vertigine).

Ai fini della dramma terapia la dimensione di interesse è naturalmente *Mimicry* che a seconda del grado di strutturazione va dalle imitazioni infantili, ai travestimenti, alle maschere per giungere al teatro e allo spettacolo.

Questo dimostra a pieno titolo l’origine del gioco in qualità di principio fondante la dramma terapia. *Mimicry* dunque si può associare al concetto di gioco-drammatico. Gioco e dramma hanno in comune il creare appositamente uno spazio metaforico ben definito all’interno del quale agire, in cui è possibile inventare nuove realtà fittizie, rette da regole a volte simili alla realtà stessa e talvolta del tutto diverse.

Ai fini specifici della dramma terapia Sue Jennings ha elaborato a partire dalla suddivisione di Slade in gioco

¹⁷ Caillois R., *I giochi e gli uomini. La maschera e la vertigine*, Bompiani, Milano, 1981, citato in Milani, 2010, p. 46-47.

proiettivo e gioco personale un modello chiamato Paradigma EPR. *“Nella prima fase, quella dell’Embodiment (grosso modo corrispondente allo stadio senso motorio di Piaget), la fisicità è predominante. Il bambino esprime la sua esperienza del mondo, quindi primariamente del rapporto con la madre, attraverso il movimento, il tono corporeo e i sensi. Il corpo drammatizza la relazione: il corpo del bambino asseconda la madre che lo culla, ma può anche instaurare una lotta e resisterle. Nella fase Projection il bambino utilizza gli oggetti esterni nella costruzione del suo mondo simbolico, attribuendo ad essi significati metaforici connessi con i suoi processi affettivi e cognitivi. (...) la terza fase - R (Role) - è quella in cui il gioco si fa teatro: il bambino può impersonare l’altro, che può essere reale o fantastico, pur rimanendo sé stesso. Sperimenta il paradosso drammatico (...) essere e non essere nello stesso tempo (...). Il facciamo finta crea una cornice teatrale condivisa - in assenza di pubblico - le cui regole possono essere rinegoziate in qualsiasi momento.”*¹⁸

Come si evince da questo modello fin dalla nascita è insito nell’essere umano una natura ludica che ha a che fare con lo sperimentare sé stessi nel mondo cercando all’interno del “caos” degli stimoli alcune linee di continuità per trovare limiti, regole, per padroneggiare ciò che gli altri e l’ambiente propone e con cui necessariamente veniamo chiamati ad interagire.

¹⁸ Pitruzzella S., op. cit, 2003, p.89.

3.2 Il secondo principio fondante: la narrazione

Per un inquadramento generale ed approfondito Ricoeur è lo studioso che offre lo scenario migliore. Per il filosofo francese In principio è il racconto nel senso che solo la natura rappresenta un'entità non narrativa. Appena compare l'uomo compare contemporaneamente la parola e il linguaggio ed ecco dunque manifestarsi la narrazione il racconto.

Secondo quanto affermato da Ricoeur il pensiero narrativo possiede alcune peculiarità ossia non è fondativo, né paradigmatico ma è sintagmatico ed intensionale; in altre parole non è costitutivo di alcuna legge né assioma ma è basato piuttosto su frasi collegate tra loro da un intreccio, da uno sviluppo all'interno del quale non vi sono operazioni di denotazioni, ma piuttosto connotazioni.

È un pensiero descrittivo e non regolativo ed è dunque un pensiero dotato di una propria intelligenza, l'intelligenza narrativa.

Altro fattore importante è la temporalità: il racconto è fondato sul tempo, su un prima e su un dopo, su una successione e retroazione di eventi, accadimenti che in ogni caso sono sviluppati all'interno di una cornice temporale. Addirittura il filosofo francese afferma che solo grazie al racconto è possibile cogliere la dimensione del tempo.

Inoltre la narrazione si distingue marcatamente dalla spiegazione. Quest'ultima di norma viene utilizzata dal pensiero logico-scientifico per poter dare risposte precise a domande formulate. La spiegazione rimanda ad un certo tipo di disequilibrio relazionale tra colui che spiega perché è colui che sa e conosce la verità e colui che ascolta che non sa e

dunque viene edotto in merito all'argomento.

Anche nella narrazione chi racconta sa e conosce i contenuti della storia ma la differenza fondamentale risiede nel fatto che l'unità di misura della relazione in questo caso è rappresentata dalla verosimiglianza e non dalla verità.

In altre parole chi ascolta una spiegazione sa di non sapere e si trova dunque in una posizione per così dire di "inferiorità" culturale (seppure momentanea), mentre chi ascolta un racconto si trova in una posizione maggiormente paritaria ed attiva dal momento che il narratore non ha fini strumentali (voglio farti capire ed imparare questo) ma solo fini partecipativi (voglio raccontarti una storia) in cui gli aspetti empatici, emotivi e relazionali rivestono di gran lunga un'importanza maggiore.

Inoltre la narrazione utilizza un linguaggio molto più vicino, fino a farlo coincidere con quello quotidiano, mentre la spiegazione di norma tende ad utilizzare un linguaggio tecnico dunque di risultanza maggiormente formale e fredda.

Il pensatore francese aggiunge inoltre un dato capitale: la narrazione ha carattere universale. Non esiste gruppo umano senza racconto. In altre parole non esiste un essere umano senza una storia.

La *Dramatherapy* mette l'utente nelle condizioni di agire liberamente e creativamente nei confronti della dimensione narrativa. Questo perché uno dei cardini del paradigma drammaterapeutico è la sospensione del giudizio, è il creare un ambiente ed una atmosfera dove la dimensione dell'accoglienza incondizionata rappresenta una prassi

fondante il percorso stesso. Non importa come racconti, l'importante è che tu senta ad un certo punto l'importanza del raccontarsi determinata e coadiuvata da un altro elemento basilare: la metafora.

L'approccio dunque risulta delicato ed estremamente rispettoso dell'intimità dell'utente che accolto, accettato per ciò che è, inserito in un contesto dove vi è la sacralità della giusta distanza emozionale si sente messo nelle condizioni ideali per aprire il proprio immaginario e creare le proprie storie, ben consapevole che incontrerà altre storie e dunque immerso nel grande Logos del gruppo può arricchire il suo linguaggio, può comprenderlo più a fondo con leggerezza e armonia.

3.3 Il terzo principio fondante: il ruolo

Per quanto concerne il successivo principio fondante della dramma terapia, il ruolo, l'autore che meglio lo ha studiato ed approfondito è senza dubbio il già ampiamente citato Robert Landy.

Egli ha elaborato una classificazione tassonomica dei ruoli esaminando centinaia di opere e scoprendo che esistono ruoli ricorrenti. Dunque ha individuato alcuni tipi universali, li ha organizzati in 6 domini: somatico, cognitivo, affettivo, sociale, spirituale ed estetico creando così uno strumento assai proficuo ed efficace al quale attingere per ideare percorsi dramma terapeutici.

Ma che cosa è il ruolo? Landy così risponde: *“Il ruolo è il contenitore di tutti i pensieri e i sentimenti che abbiamo di noi stessi e degli altri, nei nostri mondi sociale e immaginari. (...) il ruolo è un’unità di base della personalità contenente specifiche qualità che forniscono unicità e coerenza a quella unità. Ad ogni modo il ruolo è l’aspetto più indivisibile della personalità. Rappresenta una parte della persona piuttosto che l’intera personalità. Detiene determinate qualità e fornisce determinati propositi nella vita di tutte le persone.”*¹⁹

Ma questo non è sufficiente, per comprendere a fondo il ruolo esso ha bisogno di una serie di attributi che vanno a specificarlo e quindi a meglio definirlo. Essi sono: il tipo di ruolo, la qualità del ruolo, la funzione del ruolo, lo stile del ruolo e il sistema dei ruoli. Brevemente vediamoli uno per uno. *“La tipologia di ruoli è una tipologia, un sistema per categorizzare certe caratteristiche di personalità. Poiché siamo incapaci di cogliere la totalità degli altri, tendiamo ad inserirli in tipologie, limitando così la loro complessità e agevolando la nostra comprensione. (...) Il tipo di ruolo, quindi, è un’entità universalmente riconosciuta costituita da determinate qualità che la caratterizzano.”*²⁰

Riguardo la qualità del ruolo c’è da dire che ogni ruolo è caratterizzato dall’unicità. Ogni ruolo ha particolari attributi che lo qualificano e lo specificano rispetto a tutti gli altri. Ruoli semplici hanno un solo attributo, man mano che i ruoli diventano maggiormente complessi aumentano di conseguenza gli attributi ad essi associati.

¹⁹ Landy R.J., op. cit., 2015, p. 128.

²⁰ Landy R.J., op. cit., 2015, p. 129.

Riguardo la funzione ogni ruolo è concepito per raggiungere uno scopo, ogni ruolo universalmente possiede una traiettoria narrativa precisa che deve andare a confluire verso un determinato tipo di dimensione finalistica.

Per quanto concerne lo stile esso ha a che fare con la dimensione estetica con risvolti psicologici. Più realisticamente il ruolo viene interpretato maggiore sarà il coinvolgimento emotivo dell'attore, dall'altro lato nel momento in cui si tratta di interpretare un ruolo in maniera astratta l'attore aumenta la propria distanza emotivo-estetica. Infine troviamo il sistema dei ruoli di cui Landy afferma: *“Il sistema dei ruoli si riferisce alla totalità dei ruoli individuali. (...) Teoricamente, un sistema di ruoli si sviluppa quando le persone acquisiscono ruoli dai loro ambienti sociali e generano nuovi ruoli costruendo diverse versioni della loro identità. (...) all'interno del sistema molti ruoli tendono ad essere abbinati alle loro controparti [vittima-persecutore n.d.a.] (...) Il sistema di ruoli ideale è quello dove ogni ruolo e la sua controparte sono in equilibrio (...) il sistema dei ruoli è formato da 84 ruoli iscritti nei sei domini della tassonomia. (...) In generale il sistema dei ruoli è una mappa della personalità.”*²¹

Per quanto concerne la dimensione del ruolo ci sono ancora due concetti da menzionare che rappresentano grande importanza: l'assunzione del ruolo e l'interpretazione del ruolo.

Assumere un ruolo significa interiorizzare le qualità del ruolo stesso, significa riuscire a vedersi come altro da sé. Si è allo stesso tempo sé stessi e non sé stessi. Ci sono vari

²¹ Landy R.J., op. cit., 2015, p. 131-132.

passaggi che riguardano l'assunzione di ruolo, da un punto di vista più esterno e superficiale ad uno più interno e profondo.

Il primo passaggio avviene tramite l'imitazione, determinata da un'attenta osservazione e riproduzione di quanto osservato, seguita dall'identificazione dove il confine tra sé e l'altro tende a scomparire e si pensa e agisce con la convinzione di essere altro da sé. Questa situazione è rischiosa perché è necessario essere in grado di uscire dall'identificazione e dare nuovamente spazio al proprio sé.

Proseguendo incontriamo la proiezione dove accade che immaginiamo che l'altro si senta come noi o ancora meglio che l'altro è come noi. In positivo è una dimensione molto efficace anche perché l'arte attoriale è intrinsecamente proiettiva in quanto l'attore si proietta appunto nel corpo, nella mente e nell'anima del personaggio.

Arriviamo così al concetto di transfert ossia il trasferire il passato nel presente. Secondo Landy *“Tramite il transfert, l'individuo trasforma il ruolo reale di un altro in un ruolo simbolico. In effetti viene ricreata la realtà in accordo con la visione soggettiva del mondo. Oggetti neutrali esterni vengono caricati dell'esperienza passata (...) Il transfert, come la proiezione, ha nella dramma terapia una funzione sia negativa che positiva. Nel suo aspetto più negativo il transfert difende l'individuo, impedendogli di riconoscere i conflitti presenti derivati dalle passate relazioni. (...) A livello più positivo, il transfert permette al terapeuta di osservare la drammatizzazione di un momento passato della vita del cliente. Tramite la sua partecipazione simbolica al dramma, oppure stabilendo confini tra il passato e il presente, una*

realtà e l'altra, il terapeuta porta il cliente a riconoscere entrambi gli aspetti del transfert, entrambi i poli della rappresentazione. (...) La sana visione del mondo in termini drammatici è segnata da un equilibrio di transfert."²²

3.4 Il quarto principio fondante: il corpo

Per comprendere a fondo quanto esso sia fondamentale per ciascun essere umano ecco le parole del pedagogista Ivano Gamelli, professore del corso di Pedagogia del corpo nei corsi di laurea in Scienze dell'educazione e in Scienze della formazione primaria presso il Dipartimento di Scienze per la Formazione "Riccardo Massa" dell'Università degli Studi di Milano-Bicocca: *"La forma che in ognuno di noi ha assunto il rapporto con le proprie emozioni discende dal tipo di dialogo corporeo instaurato dai genitori fin dai primi giorni di vita. Riferendosi a tale dialogo, Stern ha addirittura postulato l'esistenza di un alfabeto emotivo primario, da lui chiamato degli affetti vitali: un alfabeto modulato sull'esperienza cinetica di tutte le percezioni della vita fetale e metaforicamente associabili a sensazioni quali lo scorrere, il fluttuare, l'esplosione, il gonfiarsi ecc. Il carattere di ciascuno di noi dipenderebbe da come queste qualità dinamiche (...) sono state introiettate, dal modo in cui siamo stati coccolati, cullati, accuditi nella prima infanzia da qualcuno che nel frattempo si*

²² Landy R.J., op. cit., 2015, p. 135-136.

*muoveva nello spazio, condizione che accresce ulteriormente gli stimoli tattili, uditivi, visivi e cinestesici. Una piena sintonizzazione corporea produce degli importanti risultati a livello dei processi di apprendimento.*²³

Come si evince chiaramente da questo passaggio il corpo risulta un sensibilissimo ricevitore di stimoli ed al contempo un altrettanto potente donatore, irradiatore.

Noi dalla nascita siamo prima di ogni altra cosa il nostro corpo, veicolo supremo di ogni sensazione, percezione che dal mondo circostante arriva a noi. Il nostro corpo accoglie, annusa, mastica e gusta ciò che riceve, immagazzina dati, mette in memoria, perché esso ha una sua memoria ben sviluppata e sulla base dell'esperienza decide come è meglio muoversi nel mondo.

Purtroppo riguardo l'educazione corporea, seppure viviamo nel XXI secolo, vi sono ancora molte e profonde lacune. Ci si affida all'istinto, allo spontaneismo ed alle consuetudini tradizionalmente consolidate senza rendersi conto che molte delle azioni corporee non solo sono fuori luogo e fuori tempo ma soprattutto sono malsane per uno sviluppo armonico della personalità del bambino.

Molti bambini non sanno abbracciare, non sono a proprio agio con le carezze, le affettuosità semplicemente perché a loro volta hanno sperimentato un dialogo corporeo con la propria famiglia lacunoso, superficiale, frettoloso se non addirittura assente o emotivamente distaccato.

²³ Gamelli I., *Pedagogia del corpo*, Meltemi, Roma, 2001, p.19.

L'educazione è del tutto concentrata verso la dimensione mentale mentre il corpo è proprio il caso di dirlo pare meramente un'appendice mentale o al più un oggetto da lustrare e da abbellire senza però curarne l'interiorità.

All'interno della dimensione teatrale è a partire dal lavoro del pedagogo russo Stanislavskij che viene focalizzata l'attenzione sull'azione fisica dell'attore. Attraverso la metodologia inerente alla memoria emotiva è possibile rivivere nel e attraverso il corpo quelle emozioni e sensazioni che permettono all'attore di empatizzare con il personaggio e compiere azioni realistiche prima e reali in seguito. Reali perché il corpo agisce sulla base di impulsi fisici.

La domanda non è più: cosa pensa il personaggio? Bensì: cosa fa il personaggio? O meglio come farebbe una certa azione fisica in una determinata situazione emotiva?

Per memoria emotiva si intende una tecnica con la quale il pedagogo russo proponeva una identificazione tra l'attore e il personaggio. Sostanzialmente l'attore doveva richiamare alla memoria un'esperienza della propria vita personale che provocasse una emozione simile a quella che doveva provare il personaggio da interpretare nella piece. In questo modo l'attore viveva in scena un'emozione presente, viva tramite il passato.

Il lavoro di Stanislavskij è stato in seguito proseguito dal regista e pedagogo polacco Grotowski che ha ideato un vero e proprio sistema di training fisico al fine di liberare il corpo dell'attore di tutti i movimenti superflui e artificiali determinati da anni di condizionamento educativo.

A tal proposito è bene ricordare che la pratica educativa

può certamente contribuire in maniera determinante a liberare energie, talenti, doti, predisposizioni ma in maniera altrettanto incisiva e invasiva, può bloccare, irrigidire e condizionare l'evoluzione e la crescita psicofisica dell'essere umano.

Le teorie comportamentiste lo hanno dimostrato inequivocabilmente affermando che fornendo ripetutamente un certo stimolo si può influenzare e condizionare profondamente il comportamento umano.

L'educazione tradizionalmente intesa e praticata presenta un impianto comportamentista dal momento che l'adulto nella maggioranza dei casi non fa altro se non dire al bambino cosa può o non può fare, cosa deve o non deve fare. L'educatore soprattutto quello primario (genitore) ha una funzione regolativa la quale funzione risulta essere fondamentale per un sano ed equilibrato sviluppo; questa funzione purtroppo non viene esercitata in maniera proficua a causa delle scarse conoscenze in merito e da una consuetudine che vuole che essa venga esercitata senza spirito critico e reale consapevolezza delle conseguenze emotive nei confronti del bambino stesso.

Tutto ciò porta invariabilmente a far sì che rimangano scolpite dentro di noi e nel nostro corpo una serie di blocchi che vanno a costituire quella che lo psicanalista tedesco Wilhelm Reich chiamava "corazza emozionale e muscolare": *"Con il termine di corazza, si indica l'ancoraggio bio-psicologico della repressione emozionale, o più semplicemente, come indica il termine stesso, lo scudo sia fisico che mentale dietro il quale la personalità (da persona, maschera) si nasconde per proteggere l'individuo. La corazza ha la tendenza*

a fossilizzarsi e a non evolversi seguendo lo sviluppo dell'individuo durante il corso della propria vita. È in questa fase che la corazza cessa di svolgere il suo ruolo primario di difesa e si trasforma in una mera "zavorra" che limita la libertà e la felicità dell'individuo. Esattamente come Freud (ed in accordo con le moderne teorie sulla plasticità cerebrale) Reich ritiene che la corazza inizi a formarsi già nella prima infanzia, come risposta del bambino ai limiti che gli vengono posti. Possiamo considerarlo come un meccanismo di adattamento all'ambiente. A differenza delle successive teorie comportamentali, per Reich questo adattamento non è superficiale ma profondo."²⁴

Il lavoro di Grotowski dunque aveva risvolti pedagogici, anche se il fine ultimo era artistico. Per giungere ad un'eccellenza dal punto di vista drammatico era necessario allora liberare il corpo. Tutto ciò alla ricerca del vero e genuino impulso fisico, al fine di far sì che l'attore potesse reagire immediatamente, simultaneamente rispetto allo stimolo. Ridurre al minimo il tempo di reazione fisica che intercorre tra il pensiero e il gesto, questo era il percorso proposto da Grotowski. Lo scopo era rimuovere blocchi psicofisici che in termini psico-teatrali sono conosciuti con il nome di maschera.

Per gettare la maschera allora è necessario compiere un training apposito per riscoprire quegli impulsi e quelle reazioni spontanee che durante la primissima infanzia rappresentavano il linguaggio privilegiato del bambino.

Il corpo in *Dramatherapy* viene lasciato esprimere senza

²⁴ https://it.wikipedia.org/wiki/Wilhelm_Reich

remore o giudizi, si cerca con delicatezza, rispettando i tempi e i modi di ciascun utente, di accompagnarlo in un viaggio verso la riscoperta del piacere di alcuni gesti, movimenti, azioni che da adulti “non ci permettiamo più” perché il condizionamento ha fatto così tanta strada che i giudici più severi siamo proprio noi stessi.

Per far questo la *Dramatherapy* fa un ampio e approfondito uso di giochi-esercizi miranti a creare un’atmosfera accogliente, armonica e non giudicante, atmosfera che è determinante per l’intero proseguo del percorso. Concedendosi il “lusso” di giocare si può riscoprire il proprio corpo. Riscoprendo il proprio corpo si possono risentire alcune emozioni, sensazioni e percezioni che permetteranno all’utente di potersi prendere cura di sé sperimentando finalmente un equilibrio corpo-mente che rappresenta uno degli scopi principe della *Dramatherapy*.

4. Intrecci: orientamenti, filosofie pedagogiche e *Dramatherapy*

Se la *Dramatherapy* è l'arte terapia attraverso la quale ci si prende cura dell'altro utilizzando il paradigma drammatico, la pedagogia si può definire come l'arte mediante cui ci si prende cura dell'educazione e formazione dell'essere umano.

La radice "ar" della parola arte ha il senso e significato principale di andare, mettere in moto, muoversi verso qualcuno o qualcosa. La pedagogia, in effetti, cerca di attivare nell'educando le sue facoltà, talenti e doti, si muove verso di lui con l'intento di instaurare una relazione grazie alla quale poterlo condurre al fine di fargli scoprire sé stesso.

Questo dunque il primo intreccio aggiungendo che per arte s'intende anche maestria nel compiere una certa attività da cui si evince che è necessario raggiungere livelli molto profondi di conoscenza interiore oltre che tecnica per aver l'ardire di condurre e accompagnare qualcuno durante il suo cammino educativo e formativo.

Si tratta di un'arte estremamente delicata dal momento che si assume la responsabilità di intervenire nella vita delle persone tenendo presente in maniera sensibile che

inevitabilmente e necessariamente si compie opera di influenzare l'educando e quindi opera di indirizzarlo verso una direzione piuttosto che un'altra.

Le pedagogie o forse più propriamente le filosofie pedagogiche a parere di chi scrive più appropriate a tal fine sono: la pedagogia attiva (attivismo pedagogico), la pedagogia non direttiva di Carl Rogers, la pedagogia narrativa e infine la pedagogia del corpo.

Esse presentano alcune caratteristiche e peculiarità che si armonizzano con la filosofia drammaterapeutica e presentandole brevemente si cercherà di fare emergere tali qualità e sfaccettature.

4.1 Prima cornice pedagogica: la pedagogia attiva

La pedagogia attiva nasce agli inizi del '900 come risposta alla pratica educativa tradizionale basata sul mettere al centro del processo educativo l'adulto, il maestro, l'educatore.

La via trasmissiva era rigidamente delineata ed era rappresentata dall'autorità della figura adulta. L'educando non doveva far altro che ascoltare, obbedire e agire secondo i dettami che gli erano imposti. L'educazione attiva volle rivoluzionare completamente tale impostazione mettendo al centro del processo educativo il fanciullo.

Si trattava dunque di un cambiamento paradigmatico epocale perché l'educazione attiva andava prima di ogni altra cosa a valorizzare un momento dello sviluppo umano che prima di allora era meramente considerato come semplice passaggio: l'infanzia. *“Il punto di svolta fu, in effetti, rappresentato da un diverso modo di intendere l'infanzia dell'uomo, a lungo segnata, da un lato, da una forte precarietà (...) e dall'altro da precoci forme di adultismo. Anche negli ambienti della borghesia (...) il figlio e la sua educazione per molti secoli non furono visti in funzione del benessere del minore, ma piuttosto, per un verso, come un semplice processo di riproduzione dei codici di comportamento etici e sociali e, per l'altro, come investimento produttivo in vista del successo in età adulta. Se l'infanzia non era percepita come un valore in sé, tanto valeva che durasse il meno possibile: il compito dell'educatore era perciò quello di assicurare il passaggio alla vita adulta nel modo più efficace e rapido.”*²⁵

L'educazione attiva invece andò nella direzione opposta affermando che l'infanzia doveva essere valorizzata in sé come momento fondamentale nella vita del fanciullo per permettergli di maturare secondo i tempi evolutivi naturali: *“Si diffuse in tal modo la convinzione che soltanto quando si fossero sperimentate nella loro pienezza l'età infantile e quella della fanciullezza, si poteva esaminare il problema del passaggio ad uno stadio ulteriore e il mezzo migliore con cui effettuare tale passaggio”*.²⁶

Mutava anche il ruolo dell'educatore che passa

²⁵ Chiosso G., *Novecento pedagogico*, La Scuola, Brescia, 1997, p. 53-54.

²⁶ Ibidem, 1997, p. 54.

dall'essere un istruttore ad essere un allenatore che ha l'obiettivo di far sì che il bambino sperimentasse pienamente l'esercizio dell'età infantile e quella della fanciullezza.

La pedagogia attiva si costituì intorno a quattro nuclei tematici:

- ✿ I tempi dell'educazione erano basati sugli studi della psicologia evolutiva: *“Questi dati suggerivano che per educare in modo efficace bisognava appellarsi alle risorse del fanciullo e rispondere ai suoi interessi più profondi, rispettandone l'intrinseca natura ed i suoi ritmi di sviluppo.”*²⁷
- ✿ L'importanza degli interessi-bisogni del bambino. Era necessario quindi predisporre piani di studio personalizzati a tal fine. Accordare l'educazione agli interessi significava rendere lo sforzo per imparare non più fine a sé stesso ma per l'appunto armonico con i bisogni dell'educando.
- ✿ Un rapporto più stretto e reale tra scuola e vita. Questo significava superare la barriera esistente tra esperienza scolastica ed esperienza quotidiana. Significava stimolare la capacità di cercare, scoprire e vivere le connessioni tra pensiero ed azione.
- ✿ Considerazione dell'intelligenza non più soltanto in termini della riflessione teorico-astratta ma anche in termini operativi e pratici. Significava considerare l'azione e l'esperienza fattori educativi fondamentali per lo sviluppo armonico dell'educando.

Uno dei più eminenti esponenti di questa nuova cultura

²⁷ Ibidem, 1997, p. 55.

pedagogica è stato John Dewey definito il più importante filosofo dell'educazione dell'intero XX secolo.

Egli considera l'educazione il processo attraverso il quale i giovani diventeranno membri attivi della società. In Dewey dunque sono indissolubilmente legate le dimensioni psicologiche-individuali e quelle sociologiche-comunitarie.

L'educazione non può essere una pratica slegata dalla vita reale per cui deve tendere alla formazione di individui in grado di collaborare tra loro, di partecipare attivamente alla vita della comunità e di assumersi le proprie responsabilità sociali.

L'educazione dunque deve avere un carattere esperienziale, infatti per Dewey la concezione della conoscenza si sintetizza alla perfezione nel principio del "*learning by doing*", imparare facendo, allo scopo di far sì che all'allievo venga trasmesso il messaggio che può costruire egli stesso la propria conoscenza senza che gli venga imposto da qualcuno di esterno da sé.

La *Dramatherapy* si intreccia in maniera coerente con l'attivismo pedagogico giacché mira anch'essa a rendere l'utente protagonista attivo della sua vita fornendogli le occasioni per fare emergere le proprie doti creative, riflessive, espressive, meta-cognitive; accompagnandolo e non imponendo nulla all'interno del percorso ma creando un ambiente stimolante, accogliente e soprattutto costituito da sospensione del giudizio e dal rispetto totale dei tempi e dei modi di ciascuno nell'agire qualsiasi proposta. Inoltre è una disciplina basata sull'azione, sul fare con e attraverso il corpo e dopo riflettere ed imparare dunque dall'esperienza.

È legata necessariamente alla vita reale dell'utente dal momento che suo obiettivo è fornire elementi supportivi per migliorare la vita delle persone mediante tecniche ludiche, artistiche, immaginative, espressive. Essa cura con la medesima attenzione e dedizione sia la dimensione individuale che quella comunitaria.

I percorsi dramma terapeutici in generale si svolgono con un gruppo di persone ma è possibile anche ideare setting individuali. In ogni caso all'interno di un incontro drammaterapeutico ciascuno viene chiamato ed invitato a far emergere il proprio stile individuale, elemento questo che arricchisce il gruppo perché mette in evidenza come uno stesso tema può essere affrontato e svolto in svariate modalità diverse accrescendo dunque l'ampiezza dello sguardo, e diventando così contenitore pro-attivo per il pensiero creativo e divergente.

Infine l'intreccio più importante perché centrale: il gioco come apprendimento.

Come in precedenza affermato il gioco rappresenta un principio fondante della *Dramatherapy* in particolare quello che viene definito mimicry ossia gioco di mimesi e trasformazione.

Esso ha un ruolo importante anche all'interno della dimensione dell'educazione e dell'apprendimento secondo la prospettiva pedagogica attiva: *“La tradizionale separazione fra gioco e apprendimento è un'operazione artificiosa e tipicamente scolastica, sorretta da una rappresentazione riduttiva ed erronea del gioco visto come svago, distrazione da attività più serie ed impegnative, come opposto al lavoro, In*

*realtà il gioco, e quello di ruolo in particolare, ha un altissimo potenziale educativo, in termini di acquisizione di conoscenze, abilità e competenze, di sviluppo dell'identità, delle relazioni sociali e di interiorizzazione di regole e valori. Infine dimostra di essere un inesauribile promotore della motivazione all'apprendimento, aspetto di vitale importanza per il benessere e il successo scolastico degli studenti (e degli insegnanti)."*²⁸

Il pregiudizio scolastico che accompagna il gioco purtroppo è profondo nella cultura educativa anche nonostante gli studi della psicologia evolutiva che dimostrano che esso è una maniera preziosa e privilegiata per il bambino per esercitarsi, consolidare e creare abilità e competenze in tutte le aree dello sviluppo dell'essere umano: cognitiva, linguistica, comunicativa, sociale, motoria ed emotivo-affettiva: *"Questo grazie al potenziale auto motivante dell'esperienza ludica, che porta il bambino, fin da piccolissimo, a ripetere schemi comportamentali fino al raggiungimento del livello di padronanza, con concentrazione e piacere insieme (...)."*²⁹

Facendo riferimento nello specifico al gioco mimicry o gioco di finzione esso ha mostrato di stimolare e sostenere lo sviluppo del pensiero, la creatività, la narrazione, la meta comunicazione e lo sviluppo sociale. In particolare rispetto quest'ultimo: *"Assumere dei ruoli implica decentramento, empatia, e i relativi savoir faire per accordarsi, vivere e risolvere gli inevitabili conflitti, quindi mediare. Tutte*

²⁸ Nigris E., Negri S. C., Zuccoli F., *Esperienza e didattica*, Roma, Carocci, 2011, p. 250.

²⁹ Ibidem, 2011, p. 253.

competenze fondamentali per la vita sociale e civile. (...) Il ruolo è un oggetto complesso che presenta diverse definizioni a seconda della disciplina che se ne è occupata. (...) Goffman, un sociologo che ha elaborato una visione teatrale della vita sociale, vede il ruolo come un composto dinamico delle parti, cioè dei comportamenti routinari, che l'individuo agisce negli incontri quotidiani con gli altri. La vita è una sorta di rappresentazione scenica in cui gli attori, a seconda della situazione che si presenta, agiscono il proprio ruolo interagendo con i ruoli altrui e costruendo in questo modo la propria identità.”³⁰

Dal punto di vista psicologico il riferimento è Jacob Moreno l'ideatore dello Psicodramma il quale riguardo al ruolo afferma: *“È la forma operativa che l'individuo assume nel momento specifico in cui egli reagisce ad una situazione specifica nella quale sono implicati altre persone e oggetti (...) la forma è creata dalle esperienze passate e dai modelli culturali della società in cui la persona vive, ed è sostanziata dalle caratteristiche specifiche delle capacità produttive della persona stessa. Ogni ruolo contiene una fusione di elementi sia privati che collettivi.”³¹*

Come si evince da questi passaggi il concetto di ruolo è fondamentale all'interno della società a fini di integrazione sociale, di comprensione socio-culturale e di educazione all'identità. Conoscere sé stessi significa scoprire quanti più

³⁰ Nigris, Negri, Zuccoli, op. cit, 2011, p. 254.

³¹ Moreno J. L., *Il concetto di ruolo: un ponte fra la psichiatria e la sociologia*, in American Journal of Psychiatry, 118, Dicembre 1961, p. 520 citato in Nigris, Negri, Zuccoli, op. cit, 2011, p. 255.

ruoli abbiamo la capacità di ricoprire e più la gamma è ampia maggiore sarà la ricaduta positiva a livello cognitivo, socio-affettivo e di benessere psico-fisico.

Apprendere la capacità di assumere più ruoli infatti vuol dire avere la concreta possibilità di sentirsi a proprio agio in un numero elevato e diverso di situazioni e dunque permette all'individuo di avere maggiori e migliori prospettive soprattutto in riferimento alla società contemporanea basata sull'interconnessione, la mobilità, la precarietà e la liquidità utilizzando il termine coniato da Zygmunt Bauman nel suo incisivo e illuminante saggio "Modernità liquida".

All'interno del paradigma dramma terapeutico il ruolo assume valenza basilare, è una delle particelle fondanti il dramma, l'azione scenica; è l'elemento che forse più di ogni altro permette di scoprirsi mettendo una maschera, paradosso essenziale che descrive appieno la complessità dell'essere umano. In conclusione dunque la *Dramatherapy* possiede in sé stessa molti caratteri affini e connessi con la pedagogia attiva in particolare l'obiettivo di accompagnare l'individuo e/o il gruppo a costruire i propri saperi.

4.2 Seconda cornice pedagogica: la pedagogia non direttiva

La seconda filosofia pedagogica che si prenderà in esame è la pedagogia non direttiva di Carl Rogers.

Psicoterapeuta americano diventato famoso grazie al suo saggio “La terapia centrata sul cliente”, Rogers pur essendo strettamente uno studioso di Psicologia ha poi ampliato il proprio raggio di azione occupandosi anche di tematiche educative a partire dal suo approccio psicoterapeutico.

Egli è convinto del fatto che l’essere umano sia costituito da un insieme di potenzialità positive che l’educazione non deve far altro che far emergere e la terapia eventualmente ripristinare e curare nel caso siano intervenuti fattori di disagio o di blocco.

Secondo Rogers compito principale dei *caregiver* è quello di sostenere l’individuo nell’opera di rafforzare i suoi propri aspetti positivi. Per fare questo è necessario instaurare una reale relazione di aiuto. Quest’ultima si compie quando: *“chi ha la responsabilità terapeutica o educativa cerca di favorire nell’altro la crescita, lo sviluppo, la maturità, un miglior funzionamento e una più salda capacità di affrontare la vita. Per essere efficace essa ha bisogno di svolgersi in un clima di accettazione incondizionata dell’altro, (...) di relazione empatica (mediante cui si verifica la reciproca condivisione), di autenticità e di congruenza e cioè senza maschere, facciate, doppie verità e cioè in una parola, in un contesto non direttivo. La fiducia nel potenziale dell’altro, in particolare, rappresenta la base fondamentale per qualsiasi relazione interpersonale costruttiva in campo sia terapeutico sia educativo.”*³²

Questa descrizione pare aderire in maniera completa alla metodologia e modalità relazionale del dramma terapeuta. La

³² Chiosso G., op. cit., 1997, p. 317.

sospensione del giudizio fa parte della più ampia dimensione dell'accettazione incondizionata che risulta essere la cornice imprescindibile all'interno della quale il dramma terapeuta può instaurare una relazione empatica e vera con le persone.

La *Dramatherapy* è fondata sul gioco (non competitivo) e risulta impensabile svolgere una tale attività all'interno di un clima rigido, freddo, distaccato o addirittura giudicante e valutante. Per definizione è possibile giocare solo se "si sta al gioco" nel senso di avere e porre in essere una certa disposizione caratterizzata da serenità d'animo, ironia, iniziativa, partecipazione attiva, propositività, accettazione del rischio e dell'eventuale "errore", convivialità, fiducia nell'altro da sé.

Dunque compito primario del dramma terapeuta è propriamente creare un clima in cui sia possibile per i partecipanti sentirsi a proprio agio e quindi decidere di potersi fidare e infine aprirsi all'esperienza permettendo che faccia il suo corso senza attivare barriere, sabotaggi, comportamenti oppositivi o chiusure relazionali.

Essendo quindi basata su attività ludico-espressive la dramma terapia fa tesoro della lezione di Rogers creando un luogo sicuro dove permettere all'utente di gettare maschere e di scoprirsi perché è lo stesso conduttore che per primo si mostra, si apre, dà avvio all'attività, partecipa attivamente e si mette in gioco. Per tutti questi motivi la dramma terapia possiede anche in questo caso peculiarità educative secondo quanto ispirato dalla pedagogia non direttiva rogersiana.

4.3 Terza cornice pedagogica: la pedagogia narrativa

Continuando nell'itinerario che vuole intrecciare educazione e *Dramatherapy* incontriamo la pedagogia narrativa.

La pedagogia narrativa è un orientamento pedagogico di recente strutturazione che fa riferimento ad una serie di autori la cui opera ne ha fecondato la nascita, la formazione e lo sviluppo.

Tra di essi vanno menzionati senza dubbio Jerome Bruner, Paul Ricoeur, Howard Gardner, Duccio Demetrio, Riccardo Massa, Andrea Canevaro, Andrea Smorti, Danilo Dolci, Mario Lodi e Franco Lorenzoni.

La pedagogia narrativa nasce intorno alla convinzione che è fondamentale preservare la capacità relazionale ed empatica dell'essere umano. In una società altamente frammentata, dove gli stimoli si moltiplicano e il tempo a disposizione pare sempre ridursi pare molto importante intervenire educativamente per stimolare e sostenere capacità quali l'ascolto empatico, il dialogo reciproco e il dare giusto significato alle esperienze vissute.

Dal punto di vista pedagogico l'istituzione scuola dovrebbe fornire le basi per poter costruire significati. In altre parole si può affermare che imparare è apprendere, apprendere è comprendere e comprendere è costruire significati. Il sostegno e lo sviluppo del pensiero narrativo attraverso attività inerenti a questo favorisce, stimola e facilita la costruzione di significati. Inoltre la dimensione narrativa va a stimolare la costruzione di un sé connesso alla cultura, alla storia, alla tradizione.

A tal proposito si parla propriamente delle Grandi Narrazioni di una comunità. Senza di esse ci si scopre isolati, sradicati, disequilibrati alla ricerca di una spiegazione che non è mai del tutto convincente e definitiva una volta per tutte. Le narrazioni stimolano la riflessione sugli eventi della vita incluse le spiegazioni perché quest'ultime quando raccontate ed interpretate possono far comparire prospettive ed orizzonti inaspettati mettendo in luce parti che solo fino ad un istante prima erano immerse nell'oscurità.

D'altronde non tutto si può spiegare ma sicuramente tutto si può raccontare.

Come accennato in precedenza non esiste gruppo umano senza racconto. In altre parole non esiste un essere umano senza una storia. Dunque la non-narratività è solo attribuita alla natura senza l'uomo. Come ricorda Roland Barthes semiologo e linguista francese:

“La narrazione è presente nel mito, la leggenda, la fiaba, il racconto, la novella, l'epica, la storia, la tragedia, il dramma, la commedia, il mimo, la pittura, nei mosaici, nel cinema, nei fumetti, nelle notizie, nella conversazione, in tutti i luoghi e in tutte le società [...]. Indipendentemente da una suddivisione in buona o cattiva letteratura, la narrazione è internazionale, transtorica, transculturale: essa è semplicemente lì, come la vita stessa.”³³

Il filosofo Ricoeur si spinge ancora oltre affermando inoltre che non solo il racconto ha una dimensione temporale

³³ Barthes R., *Introduction to the structural analysis of narratives*, Fontana, London 1977, p. 79.

e storica ma che è addirittura il racconto stesso a "fare", a generare la storia.

In tal senso si evince che senza il racconto la storia sarebbe ridotta ad una pura successione asettica di eventi messi in ordine cronologico. Il racconto genera la storia e le dona anche l'anima ossia la dimensione umana, umanizzando così anche il tempo della narrazione. Tra la narrazione e il tempo vi è una cornice virtuosa: da un lato il fattore temporale contribuisce alla significazione e collocazione della storia, dall'altro il dispiegarsi narrativo da umanità al tempo che così si trasforma da *kronos*, con accezione quantitativa, in *kairos* con accezione qualitativa.

È a questo proposito che si parla di intelligenza narrativa nel senso che il racconto è una struttura che mette in forma l'esperienza, la rende comprensibile ed accessibile agli altri e per far questo il narratore compie un processo di sintesi attraverso l'utilizzo della propria intelligenza linguistica, della propria creatività e del proprio senso etico ed estetico.

"Intelligenza narrativa significa piuttosto intelligenza ermeneutica, cioè costruzione di entità significative, organizzazione semantica, operazione cognitiva, azione strutturante, configurazione interpretativa. È attraverso l'intelligenza narrativa che l'uomo può organizzare il caos, unificare il molteplice, dare una trama al magma dei personaggi e degli avvenimenti. Il racconto, infatti, introduce all'interno della realtà la «grammatica del tempo»: da questo innesto dell'intelligenza narrativa nel flusso eterogeneo e ateleologico

degli avvenimenti nasce propriamente la storia."³⁴

La *Dramatherapy* in tal senso contribuisce a recuperare, stimolare e sostenere la capacità narrativa, intesa sia come racconto di sé che come ideazione drammaturgico-teatrale. Attraverso gli stimoli più disparati si cerca di creare le condizioni affinché l'utente possa dare significato all'esperienza. Cercare e trovare le parole è un percorso in cui si cerca metaforicamente di ritrovare sé stessi, anche con un'operazione di ri-significazione utile a rivedere in maniera simbolico-creativa quanto esperito.

L'arte creativa permette di esplorare nuovi modi di raccontare gli eventi, destrutturando il proprio modo di dare ordine alla realtà circostante. Non dimentichiamo che la *Dramatherapy* si svolge sempre sottoforma di laboratorio dunque lo sperimentare è intrinseco al percorso stesso. Allenarsi a trovare nuovi sensi od anche soltanto a guardare con sguardo nuovo o rinnovato aiuta a rafforzare la fiducia in sé stessi. Il messaggio è che vi sono molti e plurali modalità per dare senso alla nostra vita, non resta che affidarsi alla creatività per poterlo provare.

Raccontare a un gruppo di persone aiuta inoltre ad autodeterminarsi, a centrarsi maggiormente perché in quel momento ci si sente al centro dell'attenzione, ci si sente presi sul serio, ci si sente compresi e visti. Da questo scambio reciproco all'interno del gruppo drammaterapeutico è

³⁴ Nanni A., *La pedagogia narrativa: da dove viene e dove va*, citato in Luoni I., *Itinerari di Pedagogia narrativa*, Percorsi e materiali didattici per il triennio della sperimentazione socio-psico-pedagogica, 2004 – www.liceimanzoni.it.

possibile trarne stimolo per affrontare il mondo con la consapevolezza di possedere solidi strumenti dialettici acquisendo così vantaggi considerevoli dal punto di vista dell'autostima, dell'equilibrio sé-mondo, della fiducia negli altri perché si percepisce che vi è sempre un modo per poter comunicare con un altro essere umano: il racconto.

Per tutti questi motivi la *Dramatherapy* offre un significativo contributo educativo in quanto luogo e occasione privilegiata dove poter vivere l'esperienza socio-artistica della narrazione.

4.4 Quarta cornice pedagogica: la pedagogia del corpo

L'ultima pedagogia che verrà presa in considerazione quale interconnessione con la *Dramatherapy* è la pedagogia del corpo.

È soltanto con il '900 grazie a due filosofi quali Husserl e Merleau-Ponty che al corpo viene finalmente riconosciuto un valore in quanto tale. Noi siamo il nostro corpo, non è possibile, come facilmente sperimentabile da chiunque in ogni momento, slegarci, allontanarci fisicamente dal nostro corpo.

Fantasticamente e metaforicamente certamente sì ma noi siamo contenuti dal nostro corpo. Per molti secoli si è data preminenza alla mente quale veicolo-strumento privilegiato grazie al quale dirigere e condurre le nostre vite. Il corpo è apparso sempre come un'appendice senza alcuna intelligenza

o dote se non relativa alla dimensione prettamente estetica.

Grazie alla fenomenologia il corpo diventa il centro della persona senza il quale non è possibile alcuna esperienza. Percezione e sensazione allora assumono ben altra valenza perché fonti inesauribili di stimoli che attraverso il corpo potranno essere tradotti in dati di esperienza, nozioni, informazioni che andranno a formare, arricchire e valorizzare l'intelligenza in senso olistico.

Noi ci muoviamo nel mondo recependo continuamente input che vengono in prima istanza processati dal nostro corpo per poi essere approfonditi, ordinati, assemblati e utilizzati dalla nostra mente. A partire da questo allora si può parlare di pedagogia del corpo nel senso di "form'azione" al sentire, al percepire.

Dunque è possibile riflettere sul concetto di corporeità: *"corporeità come concetto dinamico, pluridimensionale e certamente storico/culturale. (...) Vogliamo tentare di definire la corporeità come traccia/fine/fulcro di una educazione del corpo, con il corpo e per il corpo. La corporeità costituisce il risultato personale di una complessa interazione intersoggettiva di co-costruzione di senso e di una dinamica che vede interagire diversi fattori in termini complessi e non sempre simmetrici."*³⁵ I fattori qui citati sono l'identità, il contesto e la cultura. Il nostro corpo definisce anche chi siamo, ci identifica in maniera inequivocabile. Non esiste alcun essere umano completamente identico ad un altro essere umano in tutto il pianeta, dunque l'identità corporea è anche unicità individuale.

³⁵ Milani L., op. cit., 2010, p. 9.

Naturalmente però la nostra identità corporea si sviluppa all'interno di un altro involucro ossia il contesto spazio-temporale, culturale e relazionale entro cui noi ci muoviamo e viviamo. Questo contesto indirizza fortemente le nostre azioni, quindi il nostro corpo è influenzato dal luogo e dal tempo in cui agisce.

Alcune azioni, alcuni comportamenti sono permessi e tradizionalmente trasmessi grazie o a causa della cultura di base all'interno della quale nasciamo. Determinati gesti ed azioni si possono vedere solo a determinate latitudini, dunque il corpo obbedisce ad alcune leggi che effettivamente lo limitano. Potenzialmente alla nascita il corpo è pronto a ricevere ogni stimolo possibile e immaginabile ma solo alcuni di questi stimoli giungeranno ad esso proprio perché determinati dalla cultura di sfondo, dalle consuetudini, costumi, abitudini e tradizioni presenti in un dato luogo in un dato tempo.

Esistono inoltre altri 3 fattori utili alla riflessione per una pedagogia del corpo.

Essi sono la coscienza, la relazione e il valore.

La coscienza significa il saper ascoltare, sentire e percepire quanto il nostro corpo ci dice, cercando di affinare sempre più la traduzione del suo linguaggio. La relazione sta ad indicare il fatto che necessariamente la coscienza del corpo si costruisce nell'incontro con altri corpi; senza questa relazione la sensibilità corporea in qualche modo risulta menomata, ridotta e poco sviluppata arrecando un notevole impoverimento. Infine il valore rappresenta appunto l'importanza che è necessario attribuire

alla corporeità proprio perché portatrice di senso e significato nella vita dell'essere umano. *“La pedagogia del corpo, quindi, attraverso la costruzione di un'educazione del corpo, con il corpo e per il corpo, concentra la sua attenzione sull'immissione della persona in un processo che alimenti la sua capacità di costruirsi come persona stessa a partire dal proprio corpo come possibilità data a da venire, come ciò che sono e potrò essere in rapporto alla mia coscienza di essere corpo, di relazionarmi attraverso il corpo e di assumerlo quale valore, quindi come fine e mai come mezzo della mia realizzazione umana.”*³⁶

Il fine ultimo a questo proposito che indirizza e conduce le azioni dell'educazione del corpo è il benessere.

Nella nuova definizione di benessere data dall'Organizzazione Mondiale della Sanità il benessere risulta essere inteso come lo sviluppo e la realizzazione del pieno potenziale dell'essere umano in tutte le sue sfere di vita.

Si è arrivati dunque alla concezione del benessere quale diritto della persona, il diritto dunque a sentirsi pienamente soddisfatta del suo essere al mondo, del suo relazionarsi con il mondo e del suo “lavorare” per il mondo. Qui dunque troviamo le dimensioni non solo personali ma anche relazionali ed etico-esistenziali.

La *Dramatherapy* in qualità di arte terapia fondata sul termine dramma, che etimologicamente significa azione risulta dunque essere indissolubilmente legata alla questione corporea.

Il corpo in *Dramatherapy* assume svariati significati e

³⁶ Milani L., op. cit., 2010, p. 11.

funzioni: simbolo, metafora, contenuto e contenente, veicolo, ricettore di stimoli senso-percettivi, narratore. Fondandosi inoltre sul teatro e la mimesi è evidente che il corpo è il veicolo privilegiato del percorso drammaterapeutico non tanto dal punto di vista estetico ma per meglio dire estatico. In altre parole non è importante la bellezza del gesto in sé ma la profondità con cui viene vissuto.

Non si tratta di abbellire ma di sentire quanto e come il corpo agisce. Il processo teatrale è un percorso di trasformazione di sé dove contemporaneamente si vive il paradosso dell'essere e del non essere.

Interpretando un ruolo e più specificatamente un personaggio ad un certo punto è auspicabile abbandonarsi ad esso, "mollare" la presa su sé stessi e farsi rapire appunto estaticamente dalla storia da raccontare e da interpretare dimenticando il proprio essere e lasciando tutto il campo al fare, all'agire. Ecco che il corpo può dunque sentirsi liberato e vivere senza condizionamenti eccessivi.

Questo è un gioco è la frase-concetto che permette di lasciarsi andare, di giocare sul serio mentre si finge.

Cavalcando questo contesto paradossale è possibile che avvenga la terapia cioè una guarigione "mediante il simbolo e la metafora teatrale"; guarigione intesa come il riuscire a prendere le giuste distanze dai propri riferimenti culturali e storico-sociali. Noi siamo stati riempiti di concetti, insegnamenti, idee che ci hanno influenzato. Hanno influenzato la nostra mente ma anche il nostro corpo che molto spesso si è irrigidito, si è strutturato in un determinato modo senza

concedersi la libertà di potersi sperimentare liberamente.

Quando il corpo può prendere, secondo sicurezza, il sopravvento ci può essere la percezione di un profondo senso di benessere che permette di prendere coscienza delle ulteriori potenzialità in nostro possesso e una volta dismessi i panni del personaggio possiamo scoprire che quelle qualità ci appartengono ed è proprio il nostro corpo a mostrarlo avendo immagazzinato quelle azioni simboliche trattenute dunque nella sua memoria. Il corpo dunque in *Dramatherapy* viene ampiamente educato mediante la sua valorizzazione come fonte inesauribile di significato, senso e simbolo.

Conclusioni

Jerzy Grotowski uno dei più importanti registi, pedagoghi e ricercatori teatrali del xx secolo ha affermato che il teatro nella sua essenza ultima è semplicemente “ciò che avviene tra attore e spettatore”.

La domanda che sorge è allora: cosa avviene tra attore e spettatore? Una comunicazione al fine di instaurare una relazione. La vita umana è imperniata sulla relazione, essa è costitutivamente fondante l'essere umano.

Le incomprensioni, gli attriti, i conflitti relazionali se non vengono trasformati in occasioni di crescita inficiano il raggiungimento del benessere e della realizzazione delle persone.

Per questo è necessario e vitale prendersi cura delle proprie competenze interpersonali perché è solo attraverso il loro grado di armonia e reciprocità con l'ambiente che potremo condurre vite soddisfacenti e appaganti.

Potremo raggiungere i nostri obiettivi e aiutare gli altri nel raggiungere i propri. Potremo cioè creare un senso di comunanza tale che ogni difficile e ardua questione potrà essere risolta.

La *Dramatherapy* offre un modo per allenare e sviluppare al massimo proprio queste competenze che sono così tanto basilari nel nostro vivere in qualunque dimensione della quotidianità.

Fondata sul gioco, sul ruolo, sulla narrazione e sul corpo essa rappresenta un veicolo privilegiato per prendersi cura di tutti gli aspetti della nostra salute: cognitivi, emotivi, corporei e spirituali.

Lo fa attraverso un approccio e un metodo delicato e leggero ma molto efficace, significativo e profondo perché utilizza i linguaggi privilegiati dell'essere umano.

È un prendersi cura ed un valorizzare i propri talenti, le proprie doti espressive, creative e comunicative arricchendo la visione delle questioni che ci troviamo di fronte.

È una filosofia pratica che sviluppa la capacità di azioni costruttive, che incide sulla nostra *formae mentis* ampliandola con creatività, immaginazione e spirito di iniziativa.

La *Dramatherapy* crea la possibilità di far dialogare armonicamente il nostro sapere con il nostro saper fare e saper essere nella certezza che è la ricchezza delle relazioni il vero valore aggiunto.

Bibliografia

Barthes R., *Introduction to the structural analysis of narratives*, Fontana, London 1977.

Caillois R., *I giochi e gli uomini. La maschera e la vertigine*, Bompiani, Milano, 1981.

Chiosso G., *Novecento pedagogico*, La Scuola, Brescia, 1997.

Gamelli I., *Pedagogia del corpo*, Meltemi, Roma, 2001.

Groos K., *The play of animals. A study of animal life and instinct*, Chapman and Hall, London, 1898.

Jennings S., *Dispensa Centro Artiterapie di Lecco, Scuola di formazioni in Drammaterapia*, Traduzione a cura di Grassi E. e Pitruzzella S.

Landy R.J., *Drammaterapia – Concetti, teorie e pratica*, Roma, Edizioni universitarie romane, 2015.

Milani L., *A corpo libero*, Mondadori Università, Milano, 2010.

Moreno J. L., *Il concetto di ruolo: un ponte fra la psichiatria e la sociologia*, in *American Journal of Psychiatry*, 118, 1961.

Nanni A., *La pedagogia narrativa: da dove viene e dove va*, citato in Luoni Isa, *Itinerari di Pedagogia narrativa, Percorsi e materiali didattici per il triennio della sperimentazione socio-psico-pedagogica*, 2004 – www.liceimanzoni.it.

Nigris E., Negri S. C., Zuccoli F., *Esperienza e didattica*, Roma, Carocci, 2011.

Pitruzzella S., *Mettersi in scena – Drammaterapia, creatività e intersoggettività*, Milano, F. Angeli, 2014.

Pitruzzella S., *Persona e soglia*, Roma, Armando Ed., 2003.

<https://www.dors.it>

https://www.wikipedia.it/Wilhelm_Reich



Davide Palermi

Benessere aziendale, lavoro di squadra e cultura organizzativa

Esperto di processi formativi, educativi e relazionali mediante tecniche attive, espressive e teatrali. Svolge la propria azione professionale conducendo gruppi di lavoro in organizzazioni e aziende con l'obiettivo della massimizzazione del loro potenziale. Il focus del suo intervento è aumentare, rafforzare e potenziare l'azione organizzativa e aziendale attraverso l'empowerment dei propri lavoratori e collaboratori. I suoi interventi perseguono i seguenti risultati: valorizzazione delle risorse umane; aumento della motivazione dei lavoratori; miglioramento e rafforzamento dei rapporti interpersonali tra dirigenti e operatori; accrescimento del senso di appartenenza aziendale; miglioramento e aumento del grado di soddisfazione dei dipendenti; potenziamento della diffusione della cultura della partecipazione; miglioramento della comunicazione aziendale interna. Interviene per favorire e potenziare i processi di trasformazione di un gruppo in un team affiatato, coeso e focalizzato verso la realizzazione di obiettivi condivisi. Sviluppa e rafforza le capacità e abilità di mediazione, di negoziazione, di pensiero critico e creativo. Si occupa dello sviluppo e rafforzamento del "ben-essere" alimentando, sostenendo e potenziando le competenze collaborative, comunicative e relazionali nell'ottica di un teamwork efficiente ed efficace. I suoi interventi mirano a fortificare e valorizzare l'autostima, l'autoefficacia e lo spirito di iniziativa dei componenti dei team di lavoro.