

Lo psicodramma come strumento osservativo e psicopedagogico

LE TESI

Maria Angela Montinari
Università del Salento

ABSTRACT

Psychodrama is a particular kind of dramatization technique used with therapeutic purposes.

It has origin with Jacob Levi Moreno who, in 1945, defined it by a science that explores the truth and represents it through dramatic methodologies. Moreno guessed that there are processes that let a person be a therapeutic agent for another one, and stressed the potentialities of the group, inside which the psychodrama unwinds and the meeting between individuals is characterised by good relations, or rather relations of reciprocity and comprehension, in which the subjects could activate and completely and freely express themselves.

Subsequently, the psychodrama has evolved in theories and methods of application extremely diverged between them, finding an arrangement in purely analytical field with the studies of Lebovici, Monod and Anzieu. The analytical psychodrama is a process of analysis of the subject in the group, to help it in the transition with the neurotic repetition to the possibility of representation, all of it across the symbolic game.

Actually, the psychodrama is taking shape like an applicable therapeutic tool in the most disparate fields as, for instance, in the treatment of psychotic patients, in double diagnosis and in neurodegenerative diseases.

Besides we talk about of pedagogical psychodrama like educational method inside the educational institutions.

Also Helga Dentale, who has invented the method Teatro in Gioco®, underlines as the theatrical language could become a pedagogical tool, or rather language of a Theatrical Pedagogy, created for child's needs and not on the expectations of the adult, to appreciate and to develop his creative, expressive, relational and communicative resources.

Keywords: psychodrama; Moreno; group therapy; Helga Dentale

Lo psicodramma come strumento osservativo e psicopedagogico

Questa tesi sullo psicodramma nasce dalla mia esperienza di attrice teatrale, dall'aver vissuto sulla mia pelle il "cambiamento" che il teatro porta in chi lo pratica.

L'attività teatrale produce dei "cambiamenti" sia negli attori che negli spettatori, sostengono i maestri del teatro Barba, Grotowski, Stanislavskij.

Il teatro è un mezzo per esplorare se stessi, perché conduce ad un lavoro di "scavo" interiore che fa cadere giù le maschere, produce uno stato di coscienza e di consapevolezza dei propri limiti.

Iniziando a frequentare un corso di teatro, la prima sensazione è stata quella di avere a disposizione la mia ora d'aria. Chi fa teatro e soprattutto chi interpreta sé stesso come personaggio teatrale, raggiunge gli strati nascosti della propria personalità e ciò gli consente di capirsi meglio e di "disfarsi" di quanto lo assilla. Questo è successo alla mia persona; ho avuto direttamente la possibilità di mettere fuori, attraverso il personaggio, i miei vissuti.

Sulla scena si svolge il teatro e nella persona avviene il cambiamento da ciò che credeva di essere a ciò che realmente è: un personaggio diverso da sé, lontano dal solito ruolo cristallizzato.

Negli ultimi trent'anni le pratiche del teatro, insieme ad altri metodi espressivi e il fare teatrale, hanno trovato il modo di essere utilizzati con un fine psicoterapico.

Barba, Grotowski, Stanislavskij e altri teorici della teatro-terapia, ritengono che l'uomo non debba più essere ingabbiato in un solo "copione", come purtroppo certe strutture sociali ancora richiedono.

Egli dovrebbe poter "cambiare copione" o, meglio, come dice Moreno "rompere il copione" liberandosi dai ruoli cristallizzati, imposti dalla conserva culturale, ed essere in sintonia solo con il proprio Sé. Lo psicodramma persegue proprio questo scopo.

L'uomo deve dunque poter "crescere" e liberarsi delle proprie schiavitù, "giocando" con più copioni, libero di abbracciare quelli che più gli si confanno.

Non cercare la fedeltà “al copione” che gli è stato imposto, ma la fedeltà al proprio Sé¹.

In questa tesi, ho sottolineato il valore terapeutico dello psicodramma, come strumento osservativo e psicopedagogico.

Innanzitutto bisogna definire lo psicodramma.

Teorizzato da Jacob Levi Moreno², esso è una particolare forma di drammatizzazione, utilizzata per scopi terapeutici. Moreno ha definito lo psicodramma nel 1945 come “una scienza che esplora la verità e la rappresenta attraverso metodologie drammaturgiche”³, vale a dire mediante l’azione, il mettere in dubbio e il mettere in scena, mediante tecniche attive. Possiamo dunque descrivere lo psicodramma come una ricerca della verità, propria ed altrui, all’interno di un gruppo di persone che discutono liberamente dei loro problemi, li condividono, li interpretano e li rimettono in discussione; si osservano mentre fanno tutto ciò, allontanandosi dal loro modo abituale di essere⁴, rompendo il copione, liberandosi dai ruoli cristallizzati e stereotipati.

A differenza della drammatizzazione, che comunque ha un canovaccio, lo psicodramma si svolge “senza regole”. Il terapeuta stimola il soggetto/protagonista ad agire liberamente, spontaneamente, a mettere a nudo il proprio mondo interiore. Gli chiede di essere sé stesso e di esprimere “quello che sente dentro di sé”, di essere non un attore che recita una parte, bensì se stesso, vale a dire di esternare le proprie angosce e i propri vissuti⁵.

Sul palcoscenico dello psicodramma moreniano, il protagonista (soggetto/paziente) mostra e concretizza, mettendoli in scena, i propri contenuti mentali, ossia prendono corpo i fantasmi della mente, i personaggi del proprio teatro individuale interno, che ognuno di noi è andato interiorizzando nel corso della sua vita. Essi si concretizzano sulla scena grazie agli *io-ausiliari*, membri del gruppo che si staccano dall’uditorio e salgono sul palcoscenico per aiutare il protagonista nella messa in scena.

- 1 Orioli W., *Teatroterapia: prevenzione, educazione e riabilitazione*, Firenze, Ed. Erickson, 2007, p. 11.
- 2 Moreno J. L., *Il teatro della spontaneità*, Firenze, Guarnaldi, 1973, p. 19.
- 3 Moreno J. L., *Psychodrama*, Beacon House, New York, 1946 (trad. it. *Manuale di psicodramma. Il teatro come terapia*, Astrolabio, Roma, 1985) p. 29.
- 4 Schutzenberger A. A., *Lo psicodramma*, Roma, Di Rienzo Editore, 2008, p. 27.
- 5 Moreno J. L., *op. cit.* 1946, pp. 3-7.

Egli è se stesso e non un attore e rappresenta sul palcoscenico il suo mondo privato. Il tutto con due scopi: innanzitutto “rompere il copione”, uscendo dal proprio abituale modo di agire e di comportarsi, dal ruolo cristallizzato e stereotipato e poi per accettare aspetti della propria realtà psichica, aspetti del Sé, di cui ancora non si era coscienti e che riaffiorano sulla scena. Il fine è arrivare ad una *catarsi d'integrazione*, ossia un nuovo equilibrio/integrazione tra le parti del Sé.

Moreno elabora in modo originale l'antico concetto di catarsi, inquadrandola come elemento fondamentale nella terapia psicodrammatica. Il nuovo concetto moreniano di catarsi prende origine nel 1919, quando egli si occupa del *Teatro della Spontaneità*⁶, in cui il copione viene sostituito dall'improvvisazione degli attori, che produce su di loro (i produttori del dramma) un effetto liberatorio, che coinvolge solo indirettamente gli spettatori. In questa prospettiva il processo di catarsi viene realizzato nell'attore e solo successivamente nello spettatore che si è indentificato con quanto messo in scena dall'attore.

La catarsi sta ad indicare, nello svolgimento di una seduta, i fenomeni di allentamento della tensione emotiva. Nei primi momenti la detensione avviene in modo rapido ed intenso; si tratta della cosiddetta *catarsi di abreazione*, costituita da una scarica emozionale molto evidente, accompagnata da segni somatici (pianto, riso, tremore, agitazione, pallore, ecc.). La catarsi abreativa, che si conclude con uno stato di spossatezza/rilassamento, è un momento di sblocco immediato che libera cariche emotive e modalità di espressione inibite. Essa predisponde ad un lavoro successivo di comprensione e di riadattamento della propria struttura psichica. Il valore curativo dell'abreazione è, infatti, effimero se non seguito da una *catarsi di integrazione*; quest'ultima costituisce il punto di arrivo dei diversi momenti terapeutici.

Una sessione di psicodramma può non aver provocato la “*catarsi abreativa, ma deve concludersi sempre con una catarsi di integrazione*”⁷. Essa costituisce il processo finale della rappresentazione psicodrammatica, tesa a riportare il protagonista ad un nuovo equilibrio, dopo il riconoscimento di nuove emozioni e di nuovi contenuti interni che hanno alterato la precedente percezione di Sé. L'integrazione (ossia la ristrutturazione)

6 Moreno J. L., *Who Shall Survive?*, Beacon House, New York, (trad. it. *Principi di sociometria, psicoterapia di gruppo e psicodramma*, Milano, Etas Libri, 1980).

7 Ivi, p. 102.

turazione di una globalità percettiva), ovvero il viverci come essere *intero* e dinamico, va considerata come il punto di confluenza dell'intero processo curativo.

Ogni momento della seduta psicodrammatica è finalizzato a preparare e realizzare nel protagonista il processo d'integrazione.

Se le emozioni sono portate alla coscienza, rivissute e "capite" durante la drammatizzazione, il soggetto impara ad accettare aspetti precedentemente temuti della propria realtà psichica.

Per rompere il copione ed essere fedeli al proprio Sé, Moreno fa leva sul fattore S/C ovvero Spontaneità/ Creatività.

Essa non consiste nel fare una qualunque cosa, in qualsiasi momento e in qualsiasi modo; bensì significa fare la cosa opportuna al momento giusto. Moreno scrive: «*La spontaneità opera nel presente, nel qui e ora, stimola l'individuo verso una risposta adeguata a una situazione nuova o a una risposta nuova a una situazione già conosciuta*⁸».

La spontaneità stimola a trasformare la realtà, a rompere gli schemi, ad evitare cristallizzazioni.

Noi dobbiamo rispondere alle richieste del mondo attuale e non scodellare la "conserva" della risposta al mondo propostoci dai nostri genitori, che sarebbe soltanto la ripetizione inerte di un condizionamento⁹.

L'uomo è sempre riconducibile ad uno stato di spontaneità, attraverso adeguate esperienze di "riscaldamento" della sua vitalità, della sua energia fisica e psichica; esperienze che giungono a fargli percepire quest'elemento non come una forza pericolosa, ma come uno stato positivo¹⁰.

La fase iniziale di una sessione di psicodramma (il riscaldamento) mira a liberare la spontaneità del singolo e di creare una relazione grupale autentica, coinvolgendo emotivamente tutto il gruppo.

Lo psicodramma rappresenta la situazione appositamente costruita per aiutare uno specifico individuo (il protagonista) a sviluppare spontaneità e creatività, assumendo ruoli nuovi, inediti e creativi, portando-

8 Moreno J. L., *op. cit.*, 1980, p. 42.

9 Schutzenberger A. A., *op. cit.*, 2008, p. 35.

10 Boria G., *Psicoterapia Psicodrammatica. Sviluppi del modello moreniano nel lavoro terapeutico con gruppi di adulti*, Milano, FrancoAngeli, 2005, p. 32.

lo a giocare con più ruoli che vanno a rompere così il copione, ossia il comportamento usuale.

L'altro fattore fondamentale nello psicodramma moreniano è il *tele*.

Moreno è convinto che l'elemento terapeutico sia nell'esperienza di contatto umano offerto dal gruppo. Egli contrappone perciò, privilegiandola, la reazione reale *qui e ora* verso il terapeuta a quella di transfert.

Il *tele* differisce sia dall'empatia che dal transfert. L'empatia non coincide con il *tele* in quanto si tratta di un sentimento a senso unico verso il mondo privato di un'altra persona. La relazione telica differisce anche da quella transferale. Innanzitutto il *tele* appare prima del transfert. Quest'ultimo, essendo la proiezione di fantasie inconsce su un'altra persona, è caratterizzato dall'unilateralità, si struttura come modalità relazionale che sostituisce il *tele*, in seguito al fallimento di esperienze relazionali soddisfacenti. Il *tele* è una modalità di funzionamento primaria, non appresa; il transfert, una modalità di funzionamento secondario, conseguente all'esperienza¹¹.

Moreno inquadrò il transfert in un modo tutto speciale, data la sua convinzione che l'elemento salutare fosse l'esperienza di contatto umano più diretto e genuino possibile offerto dal terapeuta e dal gruppo. Moreno individuò la strategia per il superamento del transfert nello sperimentare forme nuove, creative e adeguate di relazione con sé stesso e con gli altri.

Il *tele* indica, quindi, la "*più semplice unità di sentimento trasmessa da un individuo verso un altro*"¹². Lo scopo del processo psicodrammatico sta nel trasformare le relazioni interpersonali dallo stato in cui si trovano in un dato momento, in relazioni di *tele*, cioè di reciprocità e comprensione.

Il direttore dello psicodramma non cerca una relazione transferale con il protagonista/paziente e con gli altri membri del gruppo; egli stimola il *tele*, crea delle situazioni in cui le persone si sentano libere di espandersi, di esprimere il proprio mondo interno, percependo intorno a sé umanità e comprensione, favorendo la reciprocità, l'intimità e la fiducia tra le persone.

11 Ivi, p. 39.

12 Moreno J. L., *op. cit.*, 1980, p. 313.

Moreno, in forma poetica, esprime ciò che avrebbe voluto realizzare con lo psicodramma.

«L'incontro di due: occhi negli occhi, viso a viso. E quando tu mi sarai vicino io prenderò i tuoi occhi e li metterò al posto dei miei, e tu guarderai i miei occhi e li metterai al posto dei tuoi e allora io ti guarderò con i tuoi occhi e tu mi guarderai con i miei»¹³.

Per Moreno l'incontro è il regno della reciprocità, spazio di libertà e creazione relazionale. Ed è nell'incontro io/tu, quindi nel gruppo che avvengono i cambiamenti.

Nello psicodramma moreniano, in cui è centrale l'agire di tutta la persona, è necessario uno spazio speciale, contenitivo e rassicurante, "un corpo avvolgente"¹⁴, nel quale i soggetti possano rendersi attivi ed esprimere pienamente e liberamente il proprio Sé.

Durante la messa in scena, il protagonista è supportato dal direttore, ossia il capoterapeuta, con il suo ruolo attivo e propositivo, dagli io-auxiliari e dall'uditorio.

Moreno afferma:

«Il direttore ha tre funzioni: produttore, terapeuta, analista. In quanto produttore, egli deve essere attento a trasformare in azione ogni indizio del soggetto, a realizzare la rappresentazione in uno stile consono allo stile di vita di questo, e ad evitare che la rappresentazione perda il contatto con l'uditorio. In quanto terapeuta, egli può sia aggredire che scuotere il soggetto, sia ridere che scherzare con lui. In quanto analista, egli può integrare le sue rappresentazioni con le risposte provenienti dalle informazioni di cui può essere in possesso l'uditorio, il marito o i genitori ecc...¹⁵».

Il direttore utilizzerà tutte le strategie d'intervento e le varie tecniche che man mano riterrà opportune: *inversione di ruolo, doppio, specchio,*

13 Tra il 1914 e il 1915 fu pubblicata da Moreno una serie composta da tre libretti dal titolo *Invito a un incontro*. Questo poema, che diventerà il motto di Moreno, è tratto dal secondo libretto dal titolo *La filosofia del silenzio* del 1915.

14 De Leonardi P., *Lo scarto del cavallo: Lo psicodramma come intervento sui piccoli gruppi*, Milano, FrancoAngeli, 1994, p. 108.

15 Moreno J. L., *op. cit.*, 1980, p. 83.

amplificazione e soliloquio, al fine di facilitare l'azione spontanea e la produzione di materiale significativo per il protagonista. Gli io-ausiliari, invece, sono fondamentali perché incarnano nel *qui e ora* della messa in scena, le persone significative e le scene del passato del protagonista.

Attraverso la drammatizzazione si possono riportare nel *qui e ora* delle scene appartenenti a un tempo passato. Nel *qui e ora* della scena si ripresenta il *là e allora* che scopre gli "imperativi antichi" operanti sul comportamento attuale, in questo modo si liberano potenzialità nuove che tendono a promuovere il cambiamento¹⁶.

Lo psicodramma non è una copia del passato o di come esso sia stato vissuto, ma in esso si rivive il passato così come lo si sperimenta nel presente. Non è possibile ricreare e ricostruire il passato per quel che è stato.

«Terapeutico non è rivivere con gli stessi sentimenti il passato che vedono, ma è riviverli e rivederli integrandoli nel presente. Il passato è passato. Lo scarto tra il passato reale e il passato ricordato (a volte inventato per riempire i buchi), rappresenta un tempo mentale neutro, sospeso, offerto agli uomini affinché ne cerchino i significati e si possano così proiettare nel futuro, mai uguali a come erano prima¹⁷».

Lo psicodramma quindi non è soltanto una possibilità di catarsi del passato, esso ha una tripla dimensione temporale. L'improvvisazione drammatica viene utilizzata per risolvere i conflitti passati, i problemi, le tensioni del presente e le difficoltà del futuro.

L'evoluzione dello psicodramma si caratterizza per un suo ramificarsi in teorie e metodi di applicazione estremamente diversi fra loro.

L'elemento che accomuna tutti gli approcci allo psicodramma è il drammatizzare, il mettere in scena, il promuovere l'azione come tecnica attiva di trasformazione delle dinamiche relazionali.

Lo psicodramma, a partire dagli anni Cinquanta, è stato rivisitato da diversi analisti e psicoterapeuti francesi e si è diffuso in Europa, a cominciare dalla Francia, con un taglio prettamente analitico.

La rivisitazione della tecnica psicodrammatica, con il contributo

16 De Leonardis P., *op. cit.*, p. 110.

17 Massagranti R., *Lo psicodramma. La terapia teatrale come risoluzione del conflitto psichico*, Milano, Xenia Edizioni, 2000, p. 19.

della psicoanalisi, e il successivo inquadramento dello psicodramma stesso in campo analitico, ha avuto inizio quando la tecnica moreniana, riscoperta dagli psichiatri francesi, iniziò ad essere utilizzata nella cura dei bambini, per i quali il movimento e la parola si possono intrecciare attraverso il gioco per dare espressione scenica alla complessità degli affetti e dei conflitti che accompagnano la progressiva costruzione del sentimento di identità¹⁸.

In Francia, S. Lebovici e M. Monod cominciarono ad applicare lo psicodramma nei centri di psicoterapia infantile; grazie al loro lavoro, negli anni successivi, si diffuse la pratica terapeutica dei gruppi di psicodramma per l'infanzia.

Nel 1947, in un articolo apparso su *Sauvegarde de l'enfance*¹⁹, la Monod rese testimonianza delle difficoltà degli psicoterapeuti dell'infanzia francesi nell'adattare le loro tecniche a partire da quelle di Moreno. La Monod e i suoi collaboratori, inizialmente, trascurarono i concetti freudiani a vantaggio di quelli moreniani. Ben presto, però, si accorsero che i terapeuti stessi necessitassero di un'analisi per evitare il rischio di proiettare nello psicodramma i propri conflitti personali.

Iniziarono dei corsi di formazione analitica e cercarono di elaborare una teoria psicoanalitica dello psicodramma. In un primo momento i principi psicoanalitici furono trasferiti in gruppo permettendo ai soggetti di fare qualunque cosa venisse loro in mente; tale situazione non poteva essere portata avanti, soprattutto con i bambini che rompevano gli oggetti e rischiavano di farsi male; fu quindi introdotta la regola del "fare finta"²⁰.

Nel 1956, D. Anzieu²¹, nel tentativo di riaprire il dialogo tra psicodramma e psicoanalisi, fornì una prima teorizzazione dello psicodramma analitico.

I Lemoine sono stati gli analisti che hanno diffuso lo psicodramma

18 Pani R., Miglietta D., *Dal teatro allo psicodramma analitico*, Milano, FrancoAngeli, 2006 p. 31.

19 Monod M., "Jardins et Jardinières d'enfants d'après le J. E. Sévres", in *Sauvegarde de l'enfance*, 1947.

20 Pani R., *Lo psicodramma psicoanalitico. Evoluzione del metodo e funzioni di cura*, Milano, FrancoAngeli, 2007, p. 102.

21 Anzieu D., *Lo psicodramma analitico del bambino e dell'adolescente*, Roma, Astrolabio Ubaldini, 1979, p. 243.

in Italia e hanno formulato una loro messa a punto teorica dello psicodramma stesso, rileggendolo alla luce di Freud e Lacan.

Matrici del lavoro psicodrammatico sono il “gioco del rocchetto” o del “fort-da”, descritti da Freud e le categorie dell’immaginario, del simbolico e del reale, fissate da Lacan e successivamente utilizzate secondo un criterio proprio dello psicodramma.

I Lemoine intendevano sottolineare fin dall’inizio lo scarto radicale esistente tra la teoria psicoanalitica dello psicodramma e quella moreniana.

Lo psicodramma dei Lemoine era un processo di analisi del soggetto nel gruppo, un’analisi condotta attraverso lo psicodramma, per aiutare il soggetto nel passaggio dalla ripetizione nevrotica alla possibilità di rappresentazione, per dare un senso all’esperienza.

Nel loro opera sullo psicodramma²², richiamandosi a Freud, i Lemoine sostenevano che la matrice dello psicodramma potesse essere ricondotta al famoso gioco del rocchetto²³. Come nel gioco del roc-

22 Lemoine P., Lemoine G., *Lo psicodramma. Moreno riletto alla luce di Freud e Lacan*, Milano, Feltrinelli, 1973, p. 40.

23 Il gioco ha, secondo Sigmund Freud, una funzione che può essere riportata al fenomeno della “coazione a ripetere”. Con tale espressione il fondatore della psicoanalisi ha inteso indicare tutte quelle tendenze inconscie che, spingendo l’individuo a ripetere in modo coattivo comportamenti schematici o modi di pensare costitutivi di esperienze conflittuali, costringono “a ripetere il rimosso come esperienza attuale, anziché ricordarlo come un brano del passato”.

Il comportamento ripetitivo riveste nel gioco della prima infanzia una funzione essenzialmente catartica; anzi, diventa uno strumento per superare le esperienze dolorose e traumatiche. Freud, per verificare questa sua ipotesi, osserva e studia suo nipote Ernst di diciotto mesi, mentre gioca con un rocchetto. Il bimbo, tenendo in mano un rocchetto, legato a una cordicella, si diverte a lanciarlo numerose volte al di là della sponda del suo lettino, facendolo, in tal modo, scomparire; poi, tirando nuovamente fuori il rocchetto, egli emette, al suo ricomparire, esclamazioni di gioia e di sorpresa. Il bambino, attraverso questo gioco, ha la possibilità di provocare, a suo piacere ed in modo simbolico, la scomparsa e la ricomparsa della madre assente, diventando capace, con la ripetizione attiva della scena delle partenze e dei ritorni, sia di sublimare i traumi, sofferti passivamente, sia di conservare, nello stesso tempo, il legame oggettuale con la madre. Egli, quindi, pur non essendo ancora in grado di verbalizzare le proprie pulsioni, è, tuttavia, sicuramente pronto, inventandosi un gioco simbolico, a reagire alle frustrazioni e alle privazioni. Il gioco simbolico può, dunque, liberare il bambino dall’ansia e dall’angoscia che si producono dall’allontanamento e dalla scomparsa della madre, riproducendone la ricomparsa e ne-

chetto, anche nel gioco psicodrammatico, si pongono le basi per passare dalla ripetizione alla trasformazione.

Freud ha usato il gioco del nipote Ernst per chiarire come il rocchetto sia inserito in un'equazione simbolica e come attraverso questa possa venire usato per rappresentare la madre che va e viene. Il rocchetto perciò non è una semplice presenza fenomenica, ma la rappresentazione di qualcos'altro; in questo modo si può permettere che un vissuto sia rappresentato mediante il gioco. Quest'operazione consente al bambino di accettare il trauma della separazione, senza doversi rifugiare nel puro immaginario. Il rocchetto diviene l'equivalente della madre e di tutto ciò che può scomparire. Attraverso il gioco quindi il bambino riesce a rappresentare, accettare e dominare l'esperienza di perdita della madre.

Quindi è necessario che sia accettata un'esperienza di perdita che può essere riparata dal gioco ma non annullata. Si deve perciò simbolizzare, pena il rimanere prigionieri dell'immaginario e del delirio²⁴.

Il simbolo²⁵ avrebbe la funzione di un ponte che unisce due sponde separate, senza eliminare la separazione. Un'esperienza di separazione dalla madre reale rischia di far rimanere il bambino nell'angoscia e nell'immaginario confuso se non è colmata da un ponte che ripara la catastrofe, ma testimonia la distanza. Nello psicodramma, la funzione del gioco è indirizzata a ricostruire questo ponte; in esso la caratteristica del gioco è il desiderio di ritorno su uno sfondo di assenza, su uno sfondo di lutto²⁶.

La tecnica psicoanalitica diverge in modo radicale da quella moreniana classica. Appare evidente come lo psicodramma moreniano, al contrario di quello analitico, comporti un pieno coinvolgimento fisico/psichico del protagonista, e spesso anche di chi dirige l'azione sce-

gandone la definitiva separazione. Diventa evidente allora che la ripetizione ludica mette in moto inconsciamente nel bambino la possibilità di superare una qualsiasi situazione frustrante e angosciata. Si veda Freud S., *Al di là del principio del piacere*, in *Opere di Sigmund Freud*, Torino, Bollati Boringhieri, 1967/80.

24 Miglietta D., *I sentimenti in scena: lo psicodramma e le sue applicazioni*, Torino, UTET Libreria, 1998, p. 49.

25 La parola "simbolo" deriva dal latino *symbolum* che a sua volta deriva dal verbo *symbollo*, che rimanda al greco *sym-ballo*, che significa letteralmente "getto con".

26 Lemoine P., *Per una teoria psicoanalitica dello psicodramma*, "JouerJouer", Roma, Astrolabio Ubaldini, 1980, p. 10.

nica (il direttore). Questo coinvolgimento, che provoca potenti effetti emotivi e scenici, mette violentemente in scena il mondo privato degli affetti, violando l'intimità che un intervento terapeutico dovrebbe proteggere, e lo trasforma in "spettacolo". Si perde così la cornice del setting e il contenitore relazionale, un contenitore che nello psicodramma analitico è salvaguardato dalla presenza di un soggetto o di un gruppo a cui è diretto il discorso²⁷.

Nello psicodramma analitico i partecipanti *fanno finta*, essi non agiscono, non compiono realmente le azioni, ma le mimano. Questo è il primo punto che distingue la fantasia dalla realtà. La stanza è neutra, gli oggetti e gli accessori sono esclusi. Nel corso delle scene la regola dell'astinenza vieta che vi siano contatti corporei tra i partecipanti, che vengono invitati ad attenersi alla consegna del *far finta*. Il conduttore di questo tipo di psicodramma non partecipa alle scene giocate, e quando lo fa, questo avviene nel quadro del movimento transferale²⁸.

Moreno lasciava l'opportunità di chiamare sulla scena del teatro terapeutico i personaggi reali della vita dei pazienti. Quest'operazione non riguarda lo psicodramma analitico, che si occupa invece degli oggetti interni, quindi della personificazione degli affetti.

Nello psicodramma analitico non si rappresentano le scene desiderabili, bensì ci si limita a rappresentare quelle scene che emergono dai discorsi, dai racconti, dai sogni, considerandone tutto il valore di comunicazione nella rete grupale e tenendo presente il livello interpersonale del gruppo visibile mediante le scelte dei personaggi che andranno a costruire le scene²⁹.

Nello psicodramma analitico invece non si fa gruppo, nel senso che non si fa leva in alcun modo sull'unità del gruppo come sistema per fondare il lavoro terapeutico. Ciascuno arriva nel gruppo con una domanda individuale, anche se essa contiene sia fantasie personali, sia aspettative centrate sulla situazione collettiva. Il gruppo risulta essere una serie di individui giustapposti, anche se reciprocamente condizio-

27 Miglietta D., op. cit., p. 42.

28 Ivi, pp. 42-43.

29 Pani R., *Lo psicodramma psicoanalitico. Evoluzione del metodo e funzioni di cura*, Milano, FrancoAngeli, 2007, p. 104.

nati. L'obiettivo che si vuole perseguire in esso non è la promozione dell'appartenenza bensì la cura individuale³⁰.

Nello psicodramma analitico è l'individuo in relazione con altri individui ad essere posto in primo piano, e non il gruppo nel suo insieme, come entità autonoma e sovrastante le singole personalità. Il gruppo è solo lo sfondo nel quale vengono analizzate le posizioni individuali³¹.

Il gruppo è solo uno strumento del lavoro terapeutico che si svolge, pertanto nel setting di psicodramma analitico l'ascolto inizia sempre a focalizzarsi sul discorso individuale, anche se si tengono presenti e si utilizzano, per quanto possibile, i discorsi degli altri individui³².

Il gruppo, quindi, come strumento di analisi in cui ogni partecipante è utile all'altro, permette un gioco di immagini allo specchio, in cui le identificazioni sono più leggibili e maneggevoli.

Lo psicodramma analitico è un contesto dove è previsto che a turno ognuno possa funzionare da solista, anche se in tema con il gruppo.

Nello psicodramma analitico, a differenza di quello moreniano, si evita la partecipazione allo stesso gruppo di persone che abbiano tra loro rapporti reali. La loro presenza potrebbe essere nell'analitico una prospettiva antieconomica se si tiene conto degli aumentati rischi di confondere il piano immaginario con quello reale.

La separazione tra realtà quotidiana e realtà immaginaria è un nodo essenziale per comprendere il funzionamento del transfert (sostituito da Moreno con il *tele*) nello psicodramma analitico.

Nello psicodramma analitico, come lo si pratica all'interno della S.I.P.A., non è mai stato fatto uso né di un palco, né di luci, né di contatto fisico.

Non esiste neppure un riscaldamento preparatorio (*warming up*); i soggetti parlano liberamente delle loro esperienze emotive, dei loro sintomi, dei loro sogni che diventano gioco, quindi il pretesto dà luogo ad un nuovo testo e il gioco rappresenta un ponte tra emozione e pensiero.

La consegna che si dà ai soggetti stimola l'espressione libera; non

30 Pani R., *op. cit.*, p. 110.

31 Ivi, p. 133.

32 Croce E.B., *Il volo della farfalla*, Roma, Borla, 1990.

vengono stabiliti i temi da trattare, ognuno dice ciò che più gli aggrada, pertanto i discorsi si susseguono secondo il meccanismo delle libere associazioni³³.

La funzione analitica nello psicodramma viene distribuita su due persone reali, ciascuna delle quali presenta un'immagine, un temperamento, uno stile di ascolto o di intervento diversi. Ci sono due terapeuti, un *osservatore* e un *animatore* che si alternano nel susseguirsi delle sedute.

Uno degli psicoterapeuti non si posiziona al centro del gruppo, ma ai bordi e non si offre mai né come modello né come partner ideale dell'uno o dell'altro paziente o dell'intero gruppo. Agli psicoterapeuti è affidata la direzione della cura, con tutto ciò che questa comporta circa il dovere della neutralità e dell'astinenza, per cui è importante per costoro non cadere nell'illusione di trovarsi nella posizione di partecipanti³⁴.

Il fatto che gli psicodrammatisti siano due e che la funzione dell'osservazione e dell'animazione sia assunta alternativamente dall'uno e dall'altro, costituisce un'ulteriore possibilità di mutamento dell'immagine che ciascuno dei partecipanti tende a costruirsi del gruppo.

Per comprendere meglio il funzionamento dello psicodramma analitico bisogna inoltrarsi nella tecnica del *gioco psicodrammatico* che, attraverso la messa in scena e la rappresentazione ludica, permette di rivivere le scene del passato tentando di dare ad esse una sorta di alternativa.

La caratteristica principale del gioco psicodrammatico è di costruire un ponte di comunicazione tra reale e immaginario, un ponte dove la metarappresentazione delinea i confini di un territorio intermedio tra l'interna scena mentale e la scena della vita, tra intersoggettivo e l'intrasoggettivo; è in questo che il gioco offre un luogo dove il simbolo può mettere le sue radici e dove passato, presente e futuro rivivono attraversati dal medesimo desiderio³⁵.

Il tratto specifico che caratterizza lo psicodramma analitico è lo svilupparsi del discorso del gruppo attraverso la costante dialettica tra due

33 Chiavegatti M.G., *Il volto e la sua maschera: gioco di ruolo e analisi di ruolo in una prospettiva psicoanalitica*, Roma, Armando Editore, 1989.

34 Croce E.B., *op. cit.*, 1990.

35 Pani R., Miglietta D., *op. cit.*, p. 107.

piani: quello dell'espressione verbale e quello della presentificazione drammatica. La tecnica psicodrammatica è caratterizzata, quindi, dalla sovrapposizione tra *scene interiori*, evocate dalle parole, e *scene visibili*, evocate dai giochi.

Attraverso il gioco ci si addentra in eventi che accadono in un luogo che ha il carattere spaziale della realtà psichica; lo spazio potenziale consente al gruppo di entrare in una *terza area*, che stando tra il soggettivo e l'oggettivo, tra il mondo interno e quello esterno, produce connessioni nuove tra livelli di pensiero e livelli di realtà³⁶.

Collocato in uno spazio potenziale intermedio, il gioco sorge tra l'esclusiva presenza dell'Io e l'esserci di ipseità multiple degli oggetti e dei fenomeni che sono fuori dal controllo onnipotente; la potenzialità tipica del gruppo consiste proprio nel permettere ai pazienti di fruire di quell'area transazionale in cui il gioco può avere luogo³⁷.

Mentre la costruzione delle scene mentali riguarda tutto il lavoro psicoanalitico, il recitare all'interno di una scena per dare vita e voce agli affetti che diventano personaggi, è lo specifico dello psicodramma analitico.

Si costruisce nel tempo, con il gioco psicodrammatico, un clima di lavoro particolare. Da un lato, la costruzione del campo dove si muovono i personaggi incarnati dal gruppo con la funzione di rappresentare gli assenti, può venire usata ed introiettata come esperienza di movimento delle immagini psichiche e dei ricordi. Dall'altro lato si tratta di fare esperienza di un *come se*, che non è nel registro del finto e del falso, ma si costituisce come una particolare forma di realtà vera, dato che i temi portati dai partecipanti provengono dall'esperienza e gli effetti che si producono a livello sensoriale/emotivo sono pieni di una verità sentita³⁸.

Il gioco permette di scoprire un altro testo spesso alternativo alle razionalizzazioni che ci siamo dati, un testo che fa da ponte tra gli stati emozionali e le descrizioni verbali.

Il gioco delle parti è analitico nel senso che si può giocare quasi a

36 Ivi, p. 103.

37 Corbella S., *Gioco e gioco di parola nel gruppo analitico*, in *Areanalisi*, VII, n. 12-13.

38 Pani R., Miglietta D., *op. cit.*, p. 102.

tutto, così come si può parlare quasi di tutto. La novità sta nel trattare le parole e il gioco come vie di accesso all'inconscio. Il gioco ha nel gruppo analitico la stessa posizione che spetta alle *libere associazioni* e ai giochi di parola. Esso si inserisce tra quel che si dice e come lo si dice, tra quel che si dice nel racconto e quel che si dice giocando, tra l'ora e l'allora, tra l'io-ausiliario ed il personaggio che interpreta; e, ancora, c'è un gioco tra individuo e individuo, tra individui e gruppo, tra gruppo e terapeuta³⁹.

Al centro del processo terapeutico troviamo dunque il gioco, che viene considerato non solo come veicolo facilitante del mondo degli affetti, ma come un accentuarsi della scansione linguistica, non solo verbale. Il fine del gioco è quello di fornire una possibilità di aprirsi alla parte sconosciuta di noi, che emerge grazie ad un contatto più diretto con il corpo e le emozioni.

La letteratura specialistica ha messo in evidenza come lo psicodramma sia stato parte integrante di molteplici interventi in ambito psicoterapeutico.

Affinché il processo terapeutico si delinei secondo gli obiettivi stabiliti, è fondamentale che tra i membri del gruppo si stabilisca una profonda comunicazione e condivisione, grazie alle quali il soggetto vive la possibilità di interpretare sé stesso e il suo dramma, diffondendo le proprie emozioni all'interno del gruppo.

Riconoscere sé stesso e il proprio dolore attraverso la condivisione aiuta il soggetto ad ascoltarsi meglio e ad acquisire nuove strategie che risulteranno utili nel futuro⁴⁰.

In riferimento alla tipologia di pazienti, lo psicodramma può essere applicato come coadiuvante ad altri interventi o come terapia individuale anziché grupppale; indipendentemente dalle differenti applicazioni, esso possiede una potenzialità comunicativa che lo rende utile, quasi prezioso, per tutti quei soggetti che presentano difficoltà sul piano simbolico ed espressivo, soprattutto in casi di psicosi. I pazienti affetti da psicosi vengono spesso convogliati verso terapie in cui si dà maggior spazio al coinvolgimento corporeo in quanto essi hanno bisogno di riappropriarsi della corporeità, per comprendere il confine tra l'interiore e l'esteriore.

39 Pani R., *op. cit.*, p. 148.

40 Massagrani R., *op. cit.*, p. 78.

Boria ha descritto il gruppo psicodrammatico come un luogo in cui lo psicotico vede accolti i suoi delirii e le sue allucinazioni:

«Il ruolo di questi, infatti, richiede di cogliere i fantasmi del protagonista sulla scena per incarnarli adeguatamente nella propria rappresentazione. Ciò presuppone sia la capacità di cogliere la realtà dell'altro, sia quella di esprimerla attraverso il controllo del proprio comportamento; ma questo aspetto caratterizza uno dei limiti del soggetto psicologicamente handicappato⁴¹».

Secondo Boria, con i pazienti gravi e che hanno una storia psichiatrica molto lunga, si può lavorare in tempi differenti, prima in un gruppo ristretto e poi in un gruppo più allargato, coinvolgendo altri pazienti, oltre agli operatori e ai terapeuti. Il piccolo gruppo permette di abbassare i livelli d'ansia e creare un ambiente più sereno⁴².

In Francia la tecnica psicodrammatica si è rivelata particolarmente efficace con pazienti in cui erano accentuate le difficoltà di verbalizzazione. Il lavoro su tali categorie di pazienti ha seguito un'impostazione prettamente analitica e non si è mirato a stimolare la creatività o la spontaneità, ma piuttosto ci si è concentrati sull'analisi del transfert e dei meccanismi di difesa; questo per far sì che lo psicodramma risultasse un valido supporto alle classiche forme di analisi. A tal proposito spicca il lavoro condotto da Anzieu che ha posto particolare attenzione al processo di simbolizzazione. Egli sostiene che la terapia psicodrammatica permette, in particolare, al bambino di far rivivere simbolicamente il proprio mondo interiore per operare delle riparazioni laddove l'equilibrio è andato perduto⁴³. Inoltre, Anzieu sostiene che la drammatizzazione facilita la strutturazione di un'area "transizionale" che permette di vivere l'illusione che esista una continuità tra realtà interna ed esterna, continuità che si riflette sul sentimento di continuità del sé. Se questo processo avviene in maniera corretta ed equilibrata, l'individuo sarà abile nel fronteggiare il mondo esterno in maniera fiduciosa e sicura⁴⁴.

41 Boria G., *Tele: Manuale di psicodramma classico*, Milano, Angeli, 1983, p. 58.

42 *Ibidem*.

43 Accursio G., Bucolo G., *Psicologia del profondo. Modelli e tecniche di psicoterapia psicodinamica*, Milano, FrancoAngeli, 2007, p. 222.

44 Ivi, p. 223.

Lo psicodramma è stato introdotto anche nei centri infantili, soprattutto per essere di supporto alle giovani madri nelle prime settimane di vita dei propri piccoli. Zerka Toeman Moreno ha applicato la tecnica psicodrammatica a casi di giovani madri con problemi di grave anoressia o in situazioni di rifiuto del figlio a causa di problematiche psichiche disturbanti. In tali situazioni lo psicodramma si è rivelato “provvidenziale” nel rafforzare il legame madre-bambino, in quanto le madri si sono sentite libere di poter esprimere e comunicare problemi, emozioni e conflitti emersi con l’esperienza della maternità⁴⁵.

Anche l’applicazione terapeutica dello psicodramma sugli adolescenti ha portato ad ottimi risultati. In questa fase evolutiva, la difficoltà primaria è identificarsi e rapportarsi con il mondo adulto che si andrà ad incontrare e con quello infantile che, invece, si va a lasciare. Lo psicodramma aiuta l’adolescente a raggiungere un’integrazione del sé, condividendo i modelli del gruppo in cui vive e formulando aspettative per il futuro⁴⁶.

Un’altra interessante applicazione dello psicodramma riguarda la presa in carico del più allargato contesto familiare. Lo psicodramma familiare ha preso avvio negli Stati Uniti ad opera di Ackerman che si occupò di un’intera famiglia. Si è rivelato utile perché in seduta terapeutica, la famiglia può mettere in risalto un disagio che il paziente, come singolo, non riuscirebbe ad esprimere⁴⁷.

Inoltre, lo psicodramma si è rivelato un utile strumento nelle terapie indirizzate ad individui affetti da malattie croniche, i quali devono essere educati a convivere con la patologia e ad apprendere nuove strategie fondamentali per il proprio stato di salute. In presenza di una patologia cronica, il gruppo diviene un ambiente in cui l’individuo può superare l’isolamento e la sensazione che nessuno comprenda i suoi problemi⁴⁸.

Un’esperienza significativa è nata nell’Unità di Neurologia dell’Ospedale San Paolo di Milano e ha coinvolto 11 figli di persone af-

45 Toeman Moreno Z., *Psicodramma dei bambini*, Firenze, OS, 1975, p. 41.

46 Boria G., *op. cit.*, p. 60.

47 Boria G., *Lo psicodramma classico*, Milano, FrancoAngeli, 2000, p. 315.

48 Anderson R. M., Funnell M. M., Patient empowerment: reflection on the challenge of fostering the adoption of a new paradigm, *Patient Education and Counseling*, 57:153-157, 2005.

fette dalla malattia di Alzheimer. Il percorso di gruppo, in cui l'intervento psico-educativo ha fatto ricorso alle tecniche psicodrammatiche, si è articolato in 8 incontri guidati da un conduttore di gruppo e con la presenza di un medico neurologo che ha affrontato il tema della patologia e delle strategie comunicative adeguate da mettere in atto per poter convivere con il malato di Alzheimer. Le sessioni psicodrammatiche sono state affidate ad una psicologa con formazione attinente allo psicodramma e si sono alternate giornate a tema, volte all'apprendimento della stessa patologia e degli stili comunicativo-comportamentali da mettere in atto con i pazienti.

L'approccio psicodrammatico ha dato vita, in breve tempo, ad un contesto grupppale in cui i partecipanti si sono aperti agli altri e messi in gioco. In particolare la circolarità e la simmetria tipiche dello psicodramma hanno ridotto l'ansia iniziale dando il via ad una situazione di apprendimento e di conoscenza reciproca in modo che i partecipanti non si sentissero estranei tra di loro. I partecipanti hanno fatto l'esperienza di essere compresi altri che hanno in comune la storia della malattia, condividendola in un contesto differente da quello abituale⁴⁹.

Per quanto riguarda l'applicazione dello psicodramma moreniano è doveroso far riferimento ad un'esperienza in comunità residenziale con pazienti in doppia diagnosi. Per paziente in doppia diagnosi si intende colui che presenta un comportamento tossicomane, con abuso di più sostanze e sintomatologia psichiatrica. La doppia diagnosi non va intesa come una categoria diagnostica né come una sindrome, ma bensì come un sistema complesso ed articolato che porta angoscia nel soggetto che la vive soprattutto nel momento in cui manca il contatto con la sostanza che crea dipendenza. Il paziente in doppia analisi è solitamente preso in carico all'interno di una comunità dove la farmacoterapia è parte integrante del progetto terapeutico. L'équipe di educatori segue individualmente ciascun paziente con un piano educativo personalizzato⁵⁰.

Il set psicodrammatico si è delineato in una struttura residenziale di Milano, dove si è creato un gruppo aperto, ovvero senza limiti tempo-

49 Balestrieri R., *Dal gruppo psicoeducativo al gruppo di supporto. L'esperienza dei figli di malati di Alzheimer*, sito web www.psicodramma.it

50 Rigliano P., *Doppia diagnosi. Tra tossicodipendenza e psicopatologia*, Milano, Cortina, 2004.

rali in cui i membri che hanno concluso la terapia lasciano il gruppo e vengono sostituiti da altri. Il percorso psicodrammatico tiene sempre in conto la fase terapeutica in cui si trova il paziente in modo da non minarne o disturbarne la riuscita. Si è apportata, in questa esperienza, una modifica al metodo psicodrammatico classico. Nella fase conclusiva della sessione psicodrammatica, solitamente, il direttore rimane al di fuori del palcoscenico come garante dell'intersoggettività. Nella comunità, invece, si è provato a far sedere il direttore sul palcoscenico con il gruppo, portando, dove opportuno, la propria esperienza. Si è trattato di una rielaborazione di e in gruppo che ha rimarcato l'importanza dell'intersoggettività⁵¹.

Spostandoci all'ambito infantile e preadolescenziale, si è rivelato molto utile inserire l'utilizzo della fiaba all'interno delle tecniche psicodrammatiche. Essa ha una forte valenza psicopedagogica perché grazie al suo contenuto simbolico apre l'accesso a differenti chiavi di lettura e ad identificazioni diverse; questo ci fa comprendere, ad esempio, perché spesso un bambino chiede di ascoltare sempre la stessa fiaba fino al momento in cui ne elaborerà il materiale. Inoltre, la fiaba possiede una prospettiva ottimistica che aiuta il bambino a fronteggiare positivamente le esperienze difficili in modo da non viverle come insuperabili.

La costruzione della fiaba in un gruppo psicodrammatico è un momento molto importante a livello di elaborazione emotiva; narrare all'interno del gruppo rende possibile l'attività del preconscious in quei punti in cui le rappresentazioni emotive risultano bloccate. Inoltre, la fiaba raccontata in gruppo apre le rappresentazioni inconscie e proietta non solo i contenuti di chi narra ma anche di chi ascolta⁵². Essa è molto più ricca rispetto a quella personale perché non è il prodotto della psiche individuale ma è frutto della costruzione intersoggettiva. Il suo schema narrativo aiuta i ragazzi a pensare alle relazioni tra i personaggi e non al singolo, in tal modo la trama diventa uno schermo su cui si possono proiettare parti di sé non elaborate⁵³.

51 Vanni A., *Doppi allo specchio. Esperienze di psicodramma in comunità residenziali per pazienti in doppia diagnosi*, sito web www.psicodramma.it

52 Sordano A., *Fiaba, Sogno e Intersoggettività, lo psicodramma analitico con bambini e adolescenti*, Torino, Bollati Boringhieri, 2006, p. 118.

53 Ivi, p. 119.

In conclusione, si può affermare che l'obiettivo principale di chi applica la terapia psicodrammatica, in ambito clinico, non sia esclusivamente la ricerca di comprensione e trattamento del sintomo, ma la comprensione globale della persona che si ha di fronte, adulta o meno che sia.

Grazie allo psicodramma l'individuo è protagonista del proprio divenire e crea nuove opportunità di riscatto, non solo per sé stesso ma anche per il terapeuta che attinge a nuove fonti di conoscenza ed energia interiore.

Lo psicodramma oggi non si identifica esclusivamente con la psicoterapia ma lo si può anche pensare come vero e proprio metodo educativo, tanto che Dotti lo definisce "psicodramma pedagogico", soprattutto quando utilizzato in ambito scolastico.

Affinché esso sopperisca alle proprie funzioni è necessario che il docente responsabile del progetto psicodrammatico sia adeguatamente formato a livello relazionale per saper gestire il gruppo classe e la relazione con gli altri docenti. Inoltre, egli deve avere un sufficiente spazio di analisi e riflessione in modo che non cada nel burn-out della propria professione, scambiare opinioni ed esperienze con i propri colleghi e superare i problemi di rapporto con i singoli allievi e con l'intera classe.

Il progetto dello psicodramma nella scuola risulta migliore se si promuove l'integrazione tra scuola e rete familiare⁵⁴.

Lo psicodramma nella scuola dell'infanzia, con l'utilizzo della drammatizzazione, è un metodo che dà spazio alle esigenze psicologiche dei bambini. Innanzitutto essa permette di esorcizzare meglio le paure che si trasformano in un fattore grottesco ed umoristico, tanto che si arriva a giocare a "stare nella paura", per sconfiggerla nella vita reale. Inoltre, attraverso la drammatizzazione il bambino sperimenta sia la fusionalità che l'aggressività e attraverso il contesto di semirealtà può vivere esperienze significative connesse ad ogni emozione. Il gioco simbolico aiuta il bambino ad accedere a dimensioni che nella vita reale tende ad evitare del tutto. La drammatizzazione facilita anche la comunicazione emozionale che sarà trasposta nel contesto familiare e quotidiano e aiuta il bambino a lavorare sui momenti critici che si presentano nel pro-

54 Dotti L., *Lo psicodramma dei bambini. I metodi d'azione in età evolutiva*, Milano, FrancoAngeli, 2002, p. 165.

cedere dell'esperienza scolastica. Affinché l'attività drammatica assolva a queste funzioni è necessario che essa faccia vivere ai bambini le dimensioni del "magico" e dello "speciale", strutturando uno spazio costante nella cui creazione vengono coinvolti i bambini stessi⁵⁵.

Nella scuola primaria, invece, troviamo bambini con nuovi bisogni emergenti che danno la possibilità di lavorare con metodi attivi. In questa fascia d'età può essere particolarmente stimolante utilizzare il *playback theatre* fondato da Jonathan Fox su ispirazione del teatro della spontaneità di Moreno. Si tratta di una forma teatrale in cui gli attori mettono in scena all'istante le storie narrate dal pubblico, in modo che esso vi si rispecchi. Il *playback theatre* dà valore alla soggettività e alla storia personale dei partecipanti e si abitua ciascuno all'ascolto dell'altro.

In quanto ai percorsi psicodrammatici attuati nella scuola secondaria di primo grado, che vede al centro soggetti in periodo adolescenziale, il clima di lavoro deve essere aperto, in modo che ci sia il tempo necessario per far emergere la spontaneità degli alunni senza imbarazzo, tensione e luoghi comuni da seguire; questo clima si può raggiungere solo se lo stesso conduttore è pronto a liberarsi dalle tensioni e dalle rigidità, impostando il percorso psicodrammatico su caratteristiche soggettive e non sul piano intimo e personale⁵⁶.

Lo psicodramma si delinea sia come strumento osservativo, in quanto al centro del processo terapeutico vi è la persona nella sua globalità che mette a nudo sé stessa, facendo riaffiorare in superficie dinamiche profonde e nascoste; sia come strumento psicopedagogico, perché negli ultimi anni esso ha trovato applicazione, non solo in ambito clinico e terapeutico, ma anche in contesti non clinici, come gli enti pubblici.

In ambito educativo-scolastico esso non vuole essere un metodo sostitutivo, bensì complementare a quello tradizionale, promuovendo l'integrazione tra azione, parola e contenuti della conoscenza.

Anche Helga Dentale⁵⁷ ideatrice del metodo Teatro in Gioco®, sottolinea come il linguaggio teatrale possa diventare strumento peda-

55 Ivi, pp. 172-173.

56 Ivi, pp. 198-202.

57 Helga Dentale, attrice e insegnante di teatro, è ideatrice del metodo Teatro In Gioco®. Conduce laboratori teatrali per adulti e bambini insieme a Fabio Filippi, co-

gogico, ossia linguaggio di una Pedagogia Teatrale, creata a misura di bambino e non sulle aspettative dell'adulto, per valorizzare e sviluppare le sue risorse creative, espressive, relazionali e comunicative.

La professione di docente nella scuola dell'infanzia, la passione per il teatro, che pratico da anni, mi hanno condotto ad avvicinarmi al metodo ideato da Helga Dentale.

Il metodo di Helga Dentale ha come obiettivo quello di favorire l'elaborazione e lo sviluppo di uno spazio attivo e creativo di ascolto e di gioco per entrare in contatto con i bambini attraverso il *gioco del teatro*. Si tratta di uno spazio di esplorazione creativa in cui i bambini possono contattare le proprie risorse espressive e, attraverso il gioco, sperimentarle.

Scriva la Dentale: «*C'è tutto uno spazio da riempire di bellezza, di ricerche espressive, di scelte pedagogiche coerenti e consapevoli da mettere in atto per costruire un percorso in divenire insieme ai bambini, aperto alla sperimentazione, al piacere, allo stupore*⁵⁸».

Nel 2000, nasce in Helga l'idea di una rivoluzione, un rivedere cioè l'intero senso del suo lavoro e dei suoi laboratori, basati su una scelta educativa sbagliata, ossia teatro=recita.

Il rischio che maggiormente si corre quando si fa teatro a scuola è che tutto coincida con il "dimostrare qualcosa". Dimostrare di essere bambini intelligenti che sanno imparare tutte le battute a memoria, ma di cui sfugge il senso; dimostrare di essere educatrici e insegnanti all'altezza del compito, in grado di costruire una recita, possibilmente non corta (che piaccia soprattutto ai genitori). Bravi bambini piccoli attori; brave insegnanti registe; ma i bambini non sono attori né le insegnanti sono registe bensì educatrici.

Il teatro a scuola così diverrebbe solo spazio di esibizione, dove si mira al prodotto finale, da mostrare, da far applaudire.

Il teatro non deve essere esibizione, bensì espressione sostiene la Dentale.

me *Girasoli Teatro*. La sua formazione è prettamente legata all'ambito teatrale-artistico a cui ha aggiunto la laurea in Scienze Umanistiche presso l'Università La Sapienza di Roma. Il metodo Teatro In Gioco® di Helga Dentale nasce nel 1999 con l'intento di trovare un linguaggio teatrale a misura di bambino.

58 Dentale H., *Lo Spazio Teatro Gioco*. Collana di quaderni didattici Teatro in Gioco, Youcanprint, p. 17.

Scartando alcune attività e modificandone altre, Helga Dentale ha ideato nuovi giochi, iniziato a scrivere fiabe e dato vita a nuovi laboratori partendo da una nuova consapevolezza: *tutto nasce dal gioco*.

Nasce così il metodo Teatro in Gioco®: un metodo di *Pedagogia Teatrale*, creato a misura di bambino e non modellato sulle aspettative dell'adulto, per diffondere il linguaggio teatrale come strumento pedagogico.

Il teatro deve essere non un fine ma uno strumento, un linguaggio per educare alla libertà espressiva e per lavorare sulla conquista dell'autonomia, tanto da permettere al bambino di sperimentare nuove risorse espressive e nuove strategie di comunicazione. Teatro come ricerca, sperimentazione, globalità di linguaggi, esperienza creativa, confronto costruttivo.

“*Tutto nasce dal gioco, nulla si spiega, tutto si fa*” è il motto di Helga Dentale.

Altro elemento distintivo è l'importanza della *creatività*. Scrive la Dentale: «*Fare teatro con i bambini apre uno spazio di esplorazione creativa. Se con creatività intendiamo la possibilità che offriamo al bambino di intervenire in un contesto dato (narrazione, danza, attività grafica, ecc.) per trovare personali ed originali soluzioni e forme espressive, allora, in questo, il teatro è creativo*⁵⁹». Quando si svolge un'attività teatrale con i bambini, il principio didattico da seguire dovrebbe essere sempre quello di fornire strumenti per permettere al bambino di creare nuove forme. Ecco a cosa servono i giochi trasformativi, le danze libere, le narrazioni collettive, le attività grafico-pittoriche presenti nel metodo: a dare forma e struttura a pensieri originali, a invenzioni, idee nuove del bambino.

Il gioco teatrale, libero da imposizioni e giudizi, permette al bambino di essere creativo, di esprimersi liberamente, di apprendere nuovi strumenti e modalità di comunicazione, di trovare percorsi alternativi, di essere accolto e ascoltato per ciò che è, con le sue grandi ricchezze e le sue imperfezioni.

Costruire un laboratorio teatrale per bambini significa costruire uno Spazio Teatro Gioco®, ossia uno spazio di sperimentazione ed esplorazione creativa, con una struttura, un'identità chiara, un percorso progettuale da seguire, segnato da una profonda valenza educativa.

59 Ivi, p. 25.

Il laboratorio teatrale è, quindi, un ricco contenitore di storie, giochi teatrali, attività espressive e creative. Le attività che si possono svolgere sono: fiabe interattive, giochi con il corpo, giochi con la voce, giochi con le emozioni, attività sensoriali, pittura gestuale, giochi di rilassamento.

L'identità e la struttura del laboratorio, con la presenza di elementi costanti, sono fondamentali infatti, afferma la Dentale, se non c'è struttura, non ci sarà la libertà, la flessibilità, la capacità di modificare il percorso in corso d'opera, in base ai bisogni dei bambini. Nel metodo di Helga Dentale, ogni incontro inizia e termina sempre nello stesso modo. Questi rituali servono a creare una struttura circolare, a dare un'identità precisa all'evento che si svolge. L'incontro comincia sempre con il *Cerchio delle Storie*, con i bambini seduti per terra in forma circolare e con la *Borsa magica delle Storie* che crea l'atmosfera speciale, fantastica e magica. Dalla *Borsa* vengono fuori le storie, le fiabe, le narrazioni, i personaggi, su cui ruota tutto l'incontro e a cui affiancare altre attività. Lo sviluppo della narrazione, quindi, avviene attraverso l'introduzione di giochi teatrali con la voce, il corpo, le emozioni, movimenti creativi, attività grafico-pittoriche.

L'incontro, della durata di 50 minuti, si conclude con un rituale finale: si chiude la *Borsa magica delle Storie* e si esegue un saluto finale⁶⁰.

Chi conosce il metodo di Helga e i suoi libri, sa che le *fiabe interattive* sono lo strumento privilegiato del laboratorio teatrale con i bambini del nido e della scuola dell'infanzia. L'operatore racconta, il bambino ascolta ed insieme si dà vita ad un gioco teatrale in cui personaggi e suoni vengono drammatizzati durante il racconto. L'esperienza del racconto diviene concreta; oltre all'ascolto c'è la partecipazione attiva dei bambini che diventano, grazie al gioco simbolico (faccio finta che), personaggi della storia stessa. Nella fiaba interattiva i tempi della narrazione e quelli della drammatizzazione/rappresentazione coincidono.

Il laboratorio teatrale di Helga Dentale, non è lo spazio del tutto e subito; in esso il clima è sereno e rilassato e si dà valore alla lentezza e all'attesa che è la culla dello stupore e della meraviglia. Le cose belle nascono con il giusto tempo. Saper aspettare non è perdere tempo⁶¹.

60 Ivi, p. 33.

61 Ivi, p. 46.

Da tre anni lavoro come docente di scuola dell'infanzia presso l'Istituto Comprensivo Statale di San Cesario e San Donato di Lecce. Presto servizio presso la scuola dell'infanzia "Nicolas Green" di San Cesario di Lecce, in una sezione (Sez. C) eterogenea composta da 21 bambini di cui due con handicap.

La progettazione annuale di quest'anno prevede un'unità di apprendimento dedicata alle emozioni, i cui obiettivi didattici riguardano quindi lo sviluppo di un'intelligenza emotiva già nella fascia di età tre-sei anni.

La collega di sezione, Maria Grazia Margiotta, mi ha accompagnato nell'avventura della sperimentazione, durante l'anno scolastico, di alcune attività del metodo Teatro In Gioco®. Utilizzando le fiabe interattive di Helga Dentale ci siamo focalizzate sull'*alfabetizzazione emotiva*.

La scuola dell'infanzia, attraverso percorsi didattici ed espressivi mirati, può promuovere una sana educazione emotiva afferma la Dentale.

Si può cominciare, attraverso la *fiaba emozionante*, a nominare e riconoscere le emozioni di base, per poi esternarle e gestirle. Utile è allora il *gioco simbolico*, con il *faccio finta che*.

Da anni Helga Dentale promuove, utilizzando il gioco teatrale, le fiabe interattive emozionanti, il movimento creativo, un'alfabetizzazione emotiva con i bambini del nido, della scuola dell'infanzia e della scuola primaria.

La *fiaba interattiva emozionante* è una vera e propria palestra per l'alfabetizzazione emotiva del bambino: lo aiuta a nominare, conoscere, riconoscere ed esternare le emozioni.

L'emozione è al centro della persona, a partire dal bambino; è fondamentale imparare, sin da piccoli, a gestire le emozioni, per non diventare schiavi. Ed è qui che l'adulto di riferimento, genitore o educatore, ha un ruolo fondamentale, ossia capire quando un bambino ha bisogno di essere emotivamente sostenuto e guidato⁶². Educare alle emozioni significa permettere al bambino di vivere tutte le sue emozioni, viverle ed attraversarle. Scrive la Dentale, concludendo il libro

Serena e la paura tutta sua: «non mi resta che salutarvi invitandovi ad attraversare sempre le vostre emozioni ... sono parte di noi ... sono noi. È un viaggio doloroso a volte ma necessario per conoscere davvero

62 Dentale H., *op. cit.*, 2017.

i nostri desideri, per esplorare il nostro sentire, per essere veramente noi stessi».

Parlando con i bambini li abbiamo sollecitati a parlare delle loro paure; dai racconti sono venute fuori le classiche paure dei bambini di quest'età: buio, rumori forti, mostri, streghe, personaggi cattivi. La paura per i bambini è nera, un nero che tutto scurisce e contamina.

Nella nostra società si tende a negare la paura, reprimerla, soffocarla, definendola negativa. Ogni emozione invece ha un ruolo nella formazione della personalità e come dice la Dentale ogni emozione "va attraversata" e vissuta, non negata. La paura giocata diventa governabile, comica e paradossale.

Raccontare, narrare, rappresentare le proprie paure le rende meno nere, meno terribili e paurose.

Attraverso il percorso teatrale, i bambini possono vivere davvero in uno spazio di gioco ed espressione del sé e gli educatori hanno la grande opportunità di offrire ai bambini la possibilità di conoscere, esplorare e sperimentare questo spazio. Utilizzando il linguaggio teatrale, con la sua ricchezza di forme e segni espressivi, si può educare alla bellezza, alla libertà, alla creatività, seguendo un approccio metacognitivo⁶³.

Concludendo questa trattazione si può affermare che lo psicodramma, da Moreno ai nostri giorni, si sia configurato come uno strumento terapeutico di grande rilevanza, grazie anche alle applicazioni negli ambiti più disparati.

Già oggi si può notare come esso abbia trovato notevoli applicazioni, al di là dell'ambito prettamente terapeutico, nelle strutture pubbliche.

Pensiamo, ad esempio, al mondo della scuola, in cui negli ultimi anni è stato utilizzato lo psicodramma, con una valorizzazione della teatralità e della drammatizzazione.

A tal proposito, si rivelerebbe utile ed alquanto preziosa l'introduzione del metodo Teatro In Gioco® di Helga Dentale all'interno del percorso di formazione dei docenti di ogni grado scolastico, in quanto il superamento della preadolescenza non comporta la scomparsa di

63 Dentale H., *op. cit.*, 2015, p. 36.

eventuali carenze nella gestione delle emozioni, soprattutto in situazioni familiari disfunzionali.

Tutto ciò non fa altro che avvalorare la tesi che lo psicodramma sia lo strumento più efficace per portare l'individuo a liberarsi da ruoli cristallizzati e rigidamente imposti dalla società esterna, in modo che egli possa ritrovare l'autenticità della propria persona.

Riferimenti bibliografici

- Accursio G., Bucolo G., *Psicologia del profondo. Modelli e tecniche di psicoterapia psicodinamica*, Milano, FrancoAngeli, 2007
- Anderson R. M., Funnell M. M., Patient empowerment: reflection on the challenge of fostering the adoption of a new paradigm, *Patient Education and Counseling*, 57:153-157, 2005
- Anzieu D. *Lo psicodramma analitico del bambino e dell'adolescente*, Roma, Astro-labio-Ubaldini, 1979
- Balestrieri R., *Dal gruppo psicoeducativo al gruppo di supporto. L'esperienza dei figli di malati di Alzheimer*, sito web www.psicodramma.it
- Boria G., *Tele: Manuale di psicodramma classico*, Milano, Angeli, 1983
- Boria G., *Psicoterapia Psicodrammatica. Sviluppi del modello moreniano nel lavoro terapeutico con gruppi di adulti*, Milano, FrancoAngeli, 2005
- Boria G., *Lo psicodramma classico*, Milano, FrancoAngeli, 2000
- Chiavegatti M. G., *Il volto e la sua maschera: gioco di ruolo e analisi di ruolo in una prospettiva psicoanalitica*, Roma, Armando Editore, 1989
- Corbella S., Gioco e gioco di parola nel gruppo analitico, in *Areanalisi*, VII, n. 12-13
- Croce E. B., *Il volo della farfalla*, Roma, Borla, 1990
- De Leonardis P., *Lo scarto del cavallo: Lo psicodramma come intervento sui piccoli gruppi*, Milano, FrancoAngeli, 1994
- Dentale H., *Lo Spazio Teatro Gioco*. Collana quaderni didattici Teatro in Gioco, Youcanprint, 2015
- Dotti L., *Lo psicodramma dei bambini. I metodi d'azione in età evolutiva*, Milano, Franco Angeli, 2002
- Lemoine P., Lemoine G., *Lo psicodramma. Moreno riletto alla luce di Freud e Lacan*, Milano, Feltrinelli, 1973
- Massagranti R., *Lo psicodramma. La terapia teatrale come risoluzione del conflitto psichico* Milano, Xenia Edizioni, 2000
- Miglietta D., *I sentimenti in scena: lo psicodramma e le sue applicazioni*, Torino, Utet Libreria, 1998

- Moreno J. L., *Psychodrama*, Beacon House, New York, 1946, (trad. it. *Manuale di psicodramma. Il teatro come terapia*, Astrolabio, Roma, 1985)
- Moreno J. L., *Who shall survive?* Beacon House, New York, 1953, trad. it. *Principi di sociometria, psicoterapia di gruppo e psicodramma*, Milano, Etas Libri, 1980
- Orioli W., *Teatroterapia: prevenzione, educazione e riabilitazione*, Firenze, Ed. Erickson, 2007
- Pani R., Miglietta D., *Dal teatro allo psicodramma analitico*, Milano, FrancoAngeli, 2006
- Pani R., *Lo psicodramma psicoanalitico. Evoluzione del metodo e funzioni di cura*, Milano, FrancoAngeli, 2007
- Rigliano P., *Doppia diagnosi. Tra tossicodipendenza e psicoterapia*, Milano, Cortina, 2004
- Schutzenberger A. A., *Lo psicodramma*, Roma, Di Rienzo Editore, 2008
- Sordano A., *Fiaba, Sogno e Intersoggettività, lo psicodramma analitico con bambini e adolescenti*, Torino, Bollati Boringhieri, 2006
- Stanislavskij K. S., *Il lavoro dell'attore su sé stesso*, Roma, Ed. Laterza, 2008
- Toeman Moreno Z., *Psicodramma dei bambini*, Firenze, OS, 1975
- Vanni A., *Doppi allo specchio. Esperienze di psicodramma in comunità residenziali per pazienti in doppia diagnosi*, sito web www.psicodramma.it

