

## **Il teatro come il sogno: viaggio e scoperta di nuovi personaggi interiori**

CRISTIANA MAFFUCCI, FEDERICA MARABISSO

*Summary* – THEATRE AND DREAM: THE TRAVEL AND THE DISCOVER OF SOME NEW INNER CHARACTERS. Dream and theatre can be considered creative elements according to the Adlerian conceptualization. In this paper different experiences about theatre-therapy will be discussed.

*Keywords:* DREAM, THEATRE, THEATRE-THERAPY

### *I. Introduzione*

Alcuni principi alla base della concettualizzazione adleriana possono rappresentare validi riferimenti teorici per articolare una riflessione su due elementi creativi: il sogno e il teatro. Il mondo dell'arte, infatti, ha destato un grande interesse presso gli psicoanalisti sin dall'inizio e Freud per primo si occupò di comprendere quali stati mentali fossero alla base dell'espressione artistica. L'arte, come il sogno, può essere considerata un'altra via regia all'inconscio poiché ci consente di scorgere i desideri rimossi, espressi in forma mascherata.

Il teatro come il sogno vive il senso dell'effimero poiché esiste come realtà tangibile soltanto nel momento della rappresentazione. Essi possono essere una "forma artistica", uno spazio mentale transizionale, cioè un'area di azione e simbolizzazione intermedia tra il mondo interno ed il mondo esterno, in cui è possibile esprimere il proprio "vero sé" come identità personale e capacità relazionale.

Il linguaggio del sogno come quello teatrale è un linguaggio simbolico; ogni simbolo mentale o personaggio interno è una rappresentazione nella quale coesistono spazi e tempi diversi con personaggi che portano una maschera sempre diver-

sa del sognatore-attore. Proprio come sulla scena teatrale, anche all'interno del viaggio onirico, possiamo incontrarci-scontrarci con le varie sfaccettature del nostro mondo interno. Ciò che distingue il teatro e il sogno dalla vita reale è la possibilità di rappresentare entro una cornice spaziale e temporale, una realtà particolare che risulta dall'interazione tra l'artista-sognatore ed il suo ambiente sociale, emotivo e cognitivo: selezionando i segni che l'ambiente gli offre si imprimono nella scelta le caratteristiche di chi la compie.

Sulla base di quanto detto, verrà presentata una esperienza professionale, che utilizza il teatro come forma di terapia. Tale strumento, infatti, consente di scoprire il fantastico villaggio abitato all'interno di ognuno di noi, in cui possiamo essere, parafrasando la commedia di Pirandello "*Uno, nessuno, centomila*". Il teatro riesce a dare voce a tali personaggi interiori che attraverso la drammatizzazione riescono a diventare dei compagni di viaggio anche nella vita quotidiana.

## II. *Esperienza clinica di teatroterapia*

Nella storia del teatro è possibile evidenziare quattro grandi momenti di particolare importanza in ambito psicologico sia per le problematiche che affrontano sia per le prospettive di analisi che focalizzano. Essi sono in ordine cronologico: il rito antico, il teatro greco, il teatro elisabettiano e il Novecento.

*L'antico rito*: relazione tra passato, presente e futuro. In ambito psicologico, ritrovare un senso del presente nel passato rimosso.

*Il teatro greco*: membro della *polis*, rapporto tra individuo e collettività. In termini psicologici, problema della libertà e dell'equilibrio interiore.

*Il teatro elisabettiano*: storia della collettività in relazione al potere-eliminazione dell'altro. In termini psicologici ciò è realizzabile soltanto nel delirio.

*Il teatro del Novecento*: recupero dell'interesse per il corpo quale intermediario tra mondo esterno e mondo interno. La Psicoanalisi ritiene che il dramma operi come "catarsi affettiva". La nostra esperienza clinica si avvale dunque di una doppia formazione, teatrale e psicologica, che ha permesso di integrare i principi cardine della teoria adleriana con le tecniche teatrali.

*Il principio dell'unità*: l'essere umano è un'unità bio-psichica. La dicotomia mente-corpo rappresenta un dualismo che non permette la comprensione dell'attività dell'uomo; le varie funzioni psichiche partecipano ad un funzionamento unitario e non possono essere in conflitto tra loro. Tale intuizione adleriana risulta essere una colonna portante dell'esperienza teatrale, in cui la mente e il corpo del-

l'attore risultano essere il motore centrale per consentire la creazione dei personaggi presenti "dietro le quinte", nel palcoscenico interiore dell'individuo.

*Il principio del dinamismo:* la vita non può essere concepita senza movimento. Le azioni, le fantasie, le idee, i sogni segnalano sempre un orientamento teleologico. Tale dinamismo consente di creare un parallelismo rispetto al lavoro teatrale, in cui i personaggi interiori prendono vita dall'insieme delle azioni, delle fantasie, delle idee e dei sogni di un individuo, consentendo di mettere a fuoco la poliedricità del *Sé-Stile di vita*.

*Il principio dell'influenza grupptale:* ogni individuo è influenzato in innumerevoli modi da tutte le forze presenti attorno a lui e a sua volta influenza l'ambiente in cui vive. La percezione corretta e l'accettazione positiva delle influenze di queste costanti interazioni costituisce il nucleo su cui può svilupparsi il sentimento di comunità.

*«Guardando gli altri ognuno può scoprire parti sconosciute, non desiderate, scisse, rimosse o proiettate di sé [...] e osservare le reazioni che suscita sugli altri e sui terapeuti del gruppo».*

*Il principio della spontanea strutturazione delle parti in una totalità:* tutti gli elementi costitutivi della psiche (sensazioni, percezioni, immagini, ricordi, fantasie, sogni, azioni concrete) si organizzano in funzione dello stile di vita. Una qualunque funzione psichica può dare informazioni sull'orientamento e gli scopi che la personalità sta perseguendo. Attraverso l'uso dell'improvvisazione teatrale è possibile creare una *liaison* tra tali elementi costitutivi della psiche, integrando parti e personaggi che altrimenti rimarrebbero "dietro le quinte" del teatro interiore.

Il teatro come area intermedia può favorire l'incontro fra l'esigenza di esprimere il proprio vero Sé e la necessità di conseguire il migliore adattamento possibile all'ambiente; come spazio mentale, invece, il teatro può assolvere la funzione di contenimento che è particolarmente importante nel lavoro con personalità immature o regredite. La compresenza di queste due caratteristiche può consentire, in un *setting* adeguato, l'uso del teatro quale strumento di cura strettamente collegato al processo di elaborazione del lutto e di sviluppo del Sé come individualità separata, limitata e relazionale.

### III. *Laboratori di teatroterapia*

La teatroterapia è una psicoterapia artistica teatrale in cui la dimensione estetica costituisce nel *qui ed ora* performativo una sintesi potente delle proprie forze creative e dei grandi temi dell'umanità. L'attenzione non è centrata sull'interpre-

tazione di un ruolo, bensì sulla relazione che si sviluppa fra i componenti del gruppo, tra questi e il contesto culturale dove opera, tra le tradizioni di scena e gli oggetti interni nella situazione di laboratorio pre-espressivo, espressivo e nel montaggio scenico.

*Il Metodo: Autenticità della finzione scenica: persona, personaggio e personalità.*

«Il personaggio è lo strumento che l'attore ha a disposizione per raggiungere gli strati segreti della sua personalità, e per disfarsi di ciò che più lo ferisce, che sta nel più profondo del suo animo».

L'improvvisazione libera.

La formalizzazione dell'azione.

L'applicazione del testo all'azione.

*Arte di percepire: training di percezione sensoriale (rilassamento.)*

*Scopo:*

portare sulla scena i propri limiti e intuire le modalità della crescita personale.

Presenza corporea nell'azione rituale.

Fisicità e sacralità del corpo dell'attore.

Presentazione del proprio personaggio.

Processo di identificazione con altri personaggi.

Integrazione fra il personaggio che ero e quello che vorrei essere.

*Processo evolutivo:*

Iniziazione: apprendere un linguaggio nuovo in uno spazio "protetto".

Transfert grupale: guardando, toccando e agendo con l'altro vedo me stesso nell'altro.

Immedesimazione: il personaggio si impossessa dell'attore.

Molteplicità : onnipotenza attoriale di chi recita le varie parti del proprio *Sé-stile di vita*.

Unificazione: l'individuo, come oggetto della propria consapevolezza e riflessione, riunifica i frammenti dell'Io personaggio nel Sé.

*Livelli di intervento:*

Sensoriale

Espressivo

Affettivo

Razionale

Transpersonale

*Schema della seduta:*

Allentare le tensioni con tecniche di rilassamento.

Tecniche vocali e percezioni sensoriali.

Apprendimento di un nuovo linguaggio corporeo.

Giochi di riscaldamento e contatto.

Simulazione di gruppo che coinvolge il piano della comunicazione.

Verifica verbale degli stati d'animo di attori e spettatori con spunti terapeutici.

Armonizzazione vocale.