



Luigi Dotti

Lo psicodramma pubblico: un legame tra personale e sociale

Invito l'uomo a rivolgersi a se stesso. Lo invito a riconoscere il significato dell'incontro vivente: nell'era dei computer, dei robot, degli elettrodomestici, delle automobili e degli aeroplani, gli propongo di mettersi in rapporto diretto con le persone che incontra per la strada, al lavoro e a casa, di rendersi conto che esse valgono su un piano immortale e inestinguibile e di non considerarle solo come numeri di un gioco.
(J. L. Moreno, New York, anni '60)

La citazione di Moreno (ripresa da O. Rosati, 1987) è il testo dell'invito a partecipare ad una sessione aperta nel teatro di psicodramma di New York negli anni Sessanta.

Ho voluto iniziare con queste parole vagamente profetiche, perché esprimono il senso profondo che l'ideatore dello psicodramma ha voluto dare alle numerosissime esperienze pubbliche che hanno accompagnato tutto il suo percorso umano e professionale: l'invito ad un **Incontro** autentico e reciproco tra esseri umani.

Cos'è lo psicodramma?

Psicodramma (dal greco *psiché* = anima, soffio vitale e *drama* = azione) indica quel metodo professionale che consente di conoscere ed esplorare la realtà psichica e le relazioni attraverso l'azione, la scena teatrale e il gruppo.

Cos'è lo psicodramma pubblico?

Lo **psicodramma pubblico** è "un lavoro di gruppo con persone che si incontrano per condividere alcune esperienze personali" (Bustos, 1995).

Occorre aggiungere che si tratta di un lavoro di gruppo attuato con modalità psicodrammatiche (azione e scena teatrale) e aperto al pubblico, nel senso che prevede una libera partecipazione delle persone.

Questa relazione si propone di fornire un quadro dello psicodramma come evento pubblico, teatrale e sociale. Queste riflessioni sono state avvalorate da un'esperienza quasi ventennale di psicodramma pubblico, la rassegna "Le relazioni sulla scena", tuttora in atto presso il Teatro di Psicodramma di Provaglio d'Iseo (Brescia), Italia.

"Le relazioni sulla scena": psicodramma pubblico

Tutte le volte che varco la soglia del nostro teatro, mi viene sempre in mente l'arco che si trova sulla strada d'ingresso della Repubblica di San Marino, sul quale c'è scritto: "Benvenuti nella terra della libertà". Credo che non esista altro luogo più libero del nostro teatro; ci si accede gratis, senza nessun obbligo di iscrizione, prenotazione, si può intervenire a qualsiasi livello, si può raccontare di sé con la percentuale di verità che si desidera... E pensare che quattro anni fa sono entrato per la prima volta per far contenta un'amica. (Giacomo, partecipante allo psicodramma pubblico)

Il teatro è stato creato nel 2001 come spazio aperto alla popolazione e come opportunità di incontro su tematiche e situazioni che riguardano le relazioni concrete delle persone, la loro vita quotidiana.

L'intenzione è quella di costituire, attraverso il metodo psicodrammatico, una sorta di riferimento periodico per guardare alcuni aspetti rilevanti della vita sociale (la cura, la famiglia, la vecchiaia, le dipendenze, l'amore, i bambini, ecc.). Gli incontri proposti dal Teatro di Psicodramma cercano di porre attenzione al gruppo e al singolo, agli aspetti socioculturali e al vissuto soggettivo, al pensiero e all'azione, alla mente e al corpo, al verbale e al non verbale.

Il teatro della spontaneità di Vienna, creato da Moreno negli anni Venti del secolo scorso, aveva 49 posti a sedere. In onore a questa esperienza pionieristica, il Teatro di Psicodramma di Provaglio d'Iseo ha 49 sedie per il pubblico. (Una piccola nota di colore: le sedie del teatro inizialmente erano 50. Una si è rotta quasi subito. Dovevano restare 49 e 49 resteranno!).

Gli psicodrammi pubblici si caratterizzano come attività psicosociale e socioculturale e si realizzano con il patrocinio dell'amministrazione comunale. La partecipazione è libera e gratuita. Si può partecipare sia a singole serate che a tutta la rassegna. Non occorre prenotazione. L'accento sulla libertà e la possibilità di decisione all'ultimo momento senza troppi vincoli è fondamentale.

Ogni edizione della rassegna si svolge da settembre a giugno, con l'effettuazione di uno psicodramma pubblico al mese. Ogni edizione ha un titolo contenitore (esempi di contenitori: "Le parole della Costituzione italiana", "Cambiamenti", "Trasformazioni", "Variazioni") ed ogni serata ha un titolo-stimolo. Ecco alcuni titoli: "La cura", "La crisi", "Ascoltami", "La pelle", "Friends", "Maestri", "Invidia e gelosia", "La gratitudine", "Le dipendenze", "La violenza di genere". Dal 2001 al 2018 sono stati realizzati oltre 180 psicodrammi pubblici.

La partecipazione allo psicodramma pubblico può avvenire a vari livelli:

- come evento teatrale, teatro della spontaneità sulle storie della gente comune;
- come occasione di crescita e formazione personale e relazionale;

- come opportunità informativa e formativa per i professionisti dell'educazione e della salute (psicologi, operatori sanitari, sociali ed educativi) e per gli operatori della cura.

Questo significa che le persone possono partecipare anche ad un solo incontro per curiosità, per fare un'esperienza nuova, per desiderio di conoscenza professionale dello psicodramma, talvolta per bisogni terapeutici e altro ancora: **l'evento è rivolto alla gente comune**, non solo ai professionisti delle relazioni umane o della cura.

La rassegna "Le relazioni sulla scena", riportando lo psicodramma a teatro, riprende le origini di questo metodo, esaltandone la matrice sociale e comunitaria.

Il percorso dello psicodramma pubblico è costantemente volto all'incontro con l'altro da sé e al dialogo tra dimensione personale e sociale. L'incontro col sociale è mediato dall'incontro con le storie di vita reale, dalle emozioni, dal corpo e dalla scena e lascia sullo sfondo le tematiche ideologiche, le verbalizzazioni razionalizzanti e i giudizi moralistici.

Il percorso da personale a sociale (e viceversa) attraversa tutto lo psicodramma pubblico e avviene per passi successivi:

1° passo. Warm-up

"Mi accorgo degli altri e gli altri si accorgono di me!"

- Le persone si siedono in cerchio; se c'è tanta gente si occupa tutto lo spazio compresa la scena mettendo le sedie contro le pareti, ma evitando la doppia fila, in modo che **le persone possano vedersi in faccia**.
- Viene fatta una breve introduzione sul significato dell'incontro e sullo psicodramma in generale.
- **Segue una breve auto-presentazione di ogni partecipante.**
- **Esperienza attiva: le persone vengono invitate ad alzarsi e a camminare nel teatro, viene valorizzato lo sguardo come riconoscimento delle persone del gruppo; viene proposta della sociometria d'azione.**

2° passo. Coppie

- **La storia viene raccontata in un incontro intersoggettivo.**
- **Gli altri, rappresentanti del mondo sociale, ascoltano e non giudicano.**

- Si formano delle coppie, con l'invito possibilmente a scegliere le persone non conosciute o meno conosciute.
- Viene proposto il racconto di esperienze o storie personali connesse al tema, con modalità **intersoggettiva** (invito ad ascoltare il racconto dell'altro senza interrompere o fare domande o esprimere valutazioni).

•

3° passo. Presentazione della storia in inversione di ruolo: prima trasformazione sociale della storia personale

Individuazione di possibili protagonisti.

Solitamente si chiede: «Chi è rimasto colpito dal racconto del suo interlocutore?» e, dopo che un po' di mani si sono alzate: «Chiedete al vostro interlocutore se è d'accordo che la sua storia possa essere comunicata anche a noi: in caso affermativo rialzate la mano, altrimenti no». Tutti i possibili protagonisti salgono sul palco accompagnati dall'altra persona della coppia e si collocano seduti su una sedia in linea davanti al pubblico che si siede nell'uditorio. Dietro ad ogni possibile protagonista si colloca in piedi la persona che era in coppia con lui e mantiene un contatto corporeo (mani sulle spalle).

Presentazione in inversione di ruolo

Le persone in piedi vengono invitate a fare un'inversione di ruolo con la persona seduta davanti a loro e a raccontare brevemente la loro storia. La persona seduta, al termine, se lo ritiene necessario, fa delle integrazioni e dà un titolo, eventualmente con suggerimenti da parte del pubblico. Questa presentazione avviene in un contesto rituale (scena illuminata e uditorio a luci spente) ed è la prima attività connotata da teatralizzazione; la cornice teatrale è segnalata anche dal fatto che, dopo ogni narrazione di storia in inversione di ruolo, scatta spontaneamente un applauso da parte dei partecipanti nell'uditorio.

4° passo. Scelta sociometrica: la storia è eletta come significativa dal gruppo, rappresentante del mondo sociale

Scelta sociometrica del protagonista da parte del pubblico: il pubblico si alza e si colloca davanti al narratore la cui storia ha colpito di più. Sarà protagonista la persona con la fila più lunga.

5° passo. La rappresentazione della storia

- Il protagonista resta solo col **direttore di psicodramma** sulla scena, mentre tutte le altre persone si collocano sedute nell'uditorio.

- Inizia lo psicodramma del protagonista, con l'aiuto degli io-ausiliari da lui scelti tra le persone del pubblico; non sono previsti **io-ausiliari professionisti**.

*In questo momento importante dello psicodramma pubblico **si passa dal racconto all'azione scenica, dai contenuti ascoltati alla scena visibile, dal piano verbale narrativo al piano iconico scenico.***

Il mondo sociale rappresentato dal pubblico è **testimone rispettoso** di quanto avviene sulla scena.

Questo aspetto è particolarmente importante: "dare dignità alle storie della gente comune". La dignità ed il rispetto assumono un valore speciale, proprio perché avvengono in un contesto pubblico.

Il pubblico dello psicodramma pubblico infatti non corrisponde al gruppo di psicodramma (che è intimo e stabile), ma un **gruppo eterogeneo, rappresentante della molteplicità e delle diversità del mondo sociale.**

6° passo. La cura e il prendersi cura da parte della gente comune

- Durante l'azione psicodrammatica il gruppo viene coinvolto non solo come serbatoio di possibili io-ausiliari, ma anche come coro e specchio sociale e sollecitando particolarmente la disponibilità a fare da **doppio** al protagonista.
- Nello psicodramma pubblico la ricchezza dei doppi e la loro molteplicità favoriscono la vicinanza del pubblico al protagonista e l'apertura di ampie possibilità di esplorazione della storia rappresentata.
- Al tempo stesso il protagonista è spesso invitato a tornare nel pubblico e a guardare la scena dal suo punto di vista.

Il pubblico contribuisce alla creazione della storia (che diventa la storia del gruppo, un emergente gruppale che risuona nel sociale).

Il sociale risuona nel protagonista come testimonianza, ascolto e partecipazione attiva.

La rappresentazione della storia nello psicodramma pubblico mette in evidenza alcuni aspetti importanti che sono patrimonio comune sia dello psicodramma che del playback theatre:

1. **dare dignità di esistenza alla storia**, attraverso l'**empatia** e il **TELE (funzione di doppio)**, il **rispecchiamento** e il rimando esterno (**funzione di specchio**);
2. la possibilità di realizzare "**atti di servizio**" (J. Fox) reciproci o in altri termini "atti di cura" da parte della gente comune in un contesto pubblico, comunitario e di vicinanza solidale.

Ogni persona può essere agente terapeutico per un altro essere umano. (J. L. Moreno)

Lo psicodramma non è né teatro né psicologia, ma una nuova combinazione delle due cose... è spesso chiamato la psicoterapia della gente, fatta dalla gente per la gente. Lo psicodramma offre procedimenti in cui si mescolano scienza e arte. (J. L. Moreno).

7° passo. Sharing

Al termine, congedati gli io-ausiliari e disfatta la scena, il protagonista si siede accanto al direttore sulla scena di fronte al pubblico e ascolta i vissuti dei partecipanti. Questo è il **luogo centrale e finale dell'incontro tra dimensione personale e dimensione sociale**. La ricchezza delle risonanze nel gruppo esalta la molteplicità e la complessità, favorisce identificazioni multiple, differenziazioni, nuove narrazioni...

Il confronto col mondo sociale è mutuato dal vissuto, dall'incontro con l'altro e dal tele.

8° passo. La narrazione e l'illustrazione della storia dopo lo psicodramma pubblico, a distanza di tempo.

Per vari anni la storia rappresentata sulla scena psicodrammatica è stata narrata e illustrata da una partecipante agli psicodrammi pubblici.

In tal modo la storia può ritornare al narratore e al gruppo ri-raccontata e ri-significata dal percorso di incontro umano e sociale con gli altri.

A distanza di tempo i partecipanti possono integrare il senso della storia, con uno sguardo riflessivo e con una maggiore distanza dalle emozioni della scena psicodrammatica.

La narratrice e illustratrice delle storie ci spiega il significato di questo momento.

*"Ho cercato, in un tentativo narrativo, di restituire la storia a chi l'ha raccontata, dopo averla vista con i miei occhi... Le illustrazioni nascono allora dal desiderio di **rendere visibile quell'immaginario che ogni storia produce...***

"Ecco allora che le storie diventano le mie storie in questo istante, alla fine del viaggio. Ho ascoltato le storie raccontate sulla scena, a volte con gli occhi sgranati per la sorpresa come i bambini, a volte dalla parte più nascosta del teatro... quasi per prendere le distanze da temi faticosi... a volte come alter ego del protagonista o nei ruoli di personaggi o cose..."

"... Tenendo ben stretti questi stralci di vita, li ho raccontati un'altra volta, come in un'inversione di ruolo con il narratore, utilizzando le mie categorie, percezioni, sensazioni ed emozioni **nate dall'ascolto attivo della storia**. In poche parole ho cercato, in un tentativo narrativo, di restituire la storia a chi l'ha raccontata, dopo averla vista con i miei occhi. **È una sorta di specchio** che, storia dopo storia, ha dato forma ad una narrazione soggettiva ed emotiva nel rispetto rigoroso della trama e delle emozioni dei narratori." (G. Peli)

Narrandosi, il protagonista afferma davanti a sé e al mondo la sua storia, quella che portava in sé e quella che ha intravisto attraverso il gioco teatrale.

Vi è poi la narrazione dell'osservatore-narratore, che nel *qui e ora* della rappresentazione, recupera e ritesse un canovaccio che ancora è un altro punto di vista e che acquista la dignità di una storia da poter narrare "a tutti", come fanno i **cantastorie**.

Infine quel frammento di vita rappresentato, rivissuto e riscritto diventa immagine, condensazione di emozioni, *haiku* visivo in cui specchiarsi.

Ecco una di queste storie illustrate (in allegato).

Riferimenti bibliografici

D. Bustos, *Basic Psychodramatic Techniques*, in The International FORUM Of Group Psychotherapy, IAGP Review, www.iagp.com, Sao Paulo Brasil, 1995

A. Cocchi, *La vita in gioco - psicodramma e sociodramma nel teatro pubblico*, Franco Angeli, Milano, 2003

L. Dotti - G.Peli, *Storie che curano: lo psicodramma pubblico*, FrancoAngeli, Milano, 2011

L. Dotti - G. Peli, *La cura delle storie: lo psicodramma tra narrazione e illustrazione*, Teatro di psicodramma, Provaglio d'Iseo Bs, <http://teatro.psicosociodramma.it>

J. Fox, *Acts of Service: Spontaneity, Commitment, Tradition in the Nonscripted Theatre*, Tusitala, New Platz, NY, 1994

J. L. Moreno, *Il teatro della spontaneità*, Di Renzo Roma, 2017

J. L. Moreno, *Manuale di psicodramma, vol 1*, Astrolabio, Roma, 1985

O. Rosati (editor), *La Moreno per Pirandello e Ciascuno a suo modo*, Astrolabio Ubaldini, Roma, 1987

Websites: <http://teatro.psicosociodramma.it>

Riferimenti autore: Luigi Dotti teatro@psicosociodramma.it - www.psicosociodramma.it

IL MIO GIGANTE

(Titolo dello psicodramma pubblico: **Le dipendenze**)



Lui di solito arrivava.

Sembrava un gigante al centro della stanza e veniva per portarmi via.

Via da quella nuova casa. Via da quelle quattro mura.

E a me sembrava un viaggio lunghissimo attraversare quella strada, a me sembravano il paradiso le luci e i suoni di quella sala giochi sgangherata.

Era l'unico paese delle meraviglie che avevo conosciuto fino ad allora.

Quegli istanti davano alla mia vita appena iniziata il sapore di essere un bambino con un papà.

Ed era bellissimo sentirsi un bambino con un papà, uno dei tanti. Sembravamo quasi una famiglia.

Avevo solo 5 anni e non ricordo il numero di case già cambiate. Una sottile e spiacevole abitudine mi aveva modellato e anche se così piccolo, sapevo adattarmi ad ogni nuova casa... come un vestito che ti sta bene addosso...

La mamma che non avevo scelto, mi aveva appiccicato un fratello gemello e con un altro figlio e un marito drogato, delinquente e agli arresto domiciliari, aveva solo avuto la possibilità di diventare fredda e isterica.

Povera mamma.

Tutto sembrava così patologico, anche se non conoscevo ancora questo termine.

Quel giorno il tavolo era quello buono, quello dove le famiglie normali si incontrano, e lì, così piccolino, ho assistito allo show che sarebbe diventato il marchio del mio cuore.

Una parte di me che non ho saputo tenere nascosta, una parte che in me è sempre stata visibile, dirompente, distruttiva.



...

Il mio gigante , quel giorno, era strafatto di eroina , aveva trasformato l'intero tavolo in un teatrino e sembrava una marionetta lasciata lì a penzoloni, senza nulla da regalare a quello spettacolo da due soldi.

E sullo sfondo mia madre, un mangiafuoco sbiadito dagli occhi spenti con un cuore troppo molle.

Povera mamma.

Caro papà, ora ho una nuova casa, si chiama comunità di recupero e ce l'ho fatta sai a diventare come te.

Guardami. Sono la brutta copia di mio fratello gemello, quello che fa l'università e troverà un lavoro come si deve, alla faccia dei luoghi comuni sui gemelli... tutte leggende!

Per noi due non fu così.

Ma forse lui, in quello show lontano non era seduto al suo pasto.

Forse lui non ha visto. E questo ha cambiato le cose.



(Relazione per **XX IAGP Congress Malmo** (Sweden) 1 - 4 agosto 2018:
RISING TIDES OF CHALLENGE AND HOPE - HEALING IDENTITY, IN SOCIETY, GROUPS AND INDIVIDUALS)