

PSICODRAMMA CLASSICO

A cura di: Alessandra Bruno, Stefano Padoan
Scuola di Psicodramma Estetico-Relazionale
Proscenia – Istituto di Psicodramma e Arti Sociali

La scheda è abbinata all'articolo-intervista disponibile su www.dors.it
Psicodramma: un approccio per il benessere delle persone e dei gruppi
a cura di Claudio Tortone

DEFINIZIONE

Metodologia espressiva, relazionale e psicologica che consente la messa in scena e la concretizzazione del proprio mondo interiore alla ricerca di nuovi equilibri e di nuove possibilità creative.

FONDATORE

Jacob Levi Moreno (Bucarest 1889 – Beacon 1974), medico psichiatra. Collegato all'avanguardia culturale viennese, Moreno viene influenzato dagli stimoli provenienti dalla sperimentazione teatrale, dall'interesse per la clinica e la psicopatologia e da una forte motivazione al cambiamento sociale. Queste quattro diverse prospettive (filosofica, teatrale, sociale e clinica) sono gli elementi fondanti dello psicodramma classico, nel quale la ricerca di liberare l'uomo dai vincoli che ne soffocano la spontaneità e la creatività naturali passano attraverso la riscoperta della (buona) socialità e del valore evolutivo del gruppo.

FRASE

... E quando mi sarai vicino io prenderò i tuoi occhi e li metterò al posto dei miei, e tu prenderai i miei occhi e li metterai al posto dei tuoi e allora io ti guarderò coi tuoi occhi e tu mi guarderai coi miei... (JL Moreno, Invito a un Incontro, parte 2, 1915)

RIFERIMENTI TEORICI

L'approccio moreniano nasce e si sviluppa nell'alveo della psicologia umanista, del movimento esistenzialista e fenomenologico, del movimento vitalista inaugurato da Henri Bergson. Lo psicodramma moreniano si dedica a un processo di liberazione delle possibilità creative e generative dell'uomo inibite dalle conserve culturali e dalle cristallizzazioni dei suoi ruoli. Moreno ha piena fiducia nella capacità di ogni essere umano di accedere a una condizione di spontaneità e di benessere ispirata da una disposizione psichica aperta alla ricerca continua di soluzioni creative per il proprio problema di vivere. Per lo psicodramma di Moreno l'identità non è un dato di fatto, ma un sistema dinamico di ruoli che, in costante interazione con il mondo (gli altri individui e tutti gli *oggetti* che ne rappresentano i controruoli), accede a forme sempre più evolute di sviluppo personale. La personalità sana è, per lo psicodramma classico, una personalità flessibile, mutevole, capace di trovare risposte sempre nuove e creative delle domande che le pongono tutte le situazioni interpersonali in cui si trova davvero coinvolta.

Non c'è salute personale senza relazione con l'altro: è solo in gruppo, in una collettività sana che comunica affettivamente e dà sostegno reciproco (in ausiliarità) che si possono trovare le condizioni di base del proprio benessere naturale.

OBIETTIVI

- Artistici ed Espressivi
- Pedagogici e Formativi
- Civili, Sociali e Culturali
- Clinici e terapeutici.

CONTESTI E DESTINATARI

- Sanitario
- Sociale
- Educativo
- Aziendale
- Clinico

Lo psicodramma moreniano, in quanto approccio espressivo e teatrale che interviene in senso evolutivo sulle dimensioni relazionali ed affettive in contesti di gruppo, è una metodologia adatta sia ad interventi clinici, educativi che formativi e di training per lo sviluppo personale. I suoi destinatari sono molteplici e coinvolgono persone in cerca di esperienze di cura per il proprio disagio psicologico, professionisti che hanno bisogno di crescere nel proprio ruolo professionale, formatori ed educatori che vogliono acquisire tecniche e modalità per gestire a propria volta gruppi. L'elenco è incompleto, poiché i contesti di applicazione coinvolgono tutte le organizzazioni composte da comunità e da gruppi di lavoro (scuole, aziende, ospedali, associazioni), che vogliono consolidare le relazioni interne, migliorare il clima professionale, rafforzare il patto affettivo che lega le persone tra di loro, rendere più consapevole e sensibile il rapporto con i propri utenti o con i propri clienti.

FONDAMENTI METODOLOGICI

Spontaneità/Creatività

Come dice Moreno "La spontaneità opera nel presente, nel qui e ora; essa stimola l'individuo verso una risposta adeguata a una situazione nuova o a una risposta nuova ad una situazione già conosciuta."; assieme alla creatività sono i due principi di base che sostengono la vita di tutte le creature, umane e non. Se ben integrate, stimolano a rompere gli schemi consueti e a trovare soluzioni sempre innovative al bisogno di vivere.

Incontro

Secondo Moreno, l'Incontro è una situazione di relazione interpersonale, fondata sulla comunicazione reciproca e la relazione telica, che facilita l'espressione piena della propria capacità espressiva.

Tele

È una capacità innata di entrare in contatto affettivo con l'altro per costruire assieme una relazione fondata sulla reciprocità comunicativa e la capacità di ascolto.

Verità Soggettiva

Nello psicodramma moreniano ogni persona ha un luogo e un tempo per portare i suoi vissuti, la sua visione del mondo, di esprimere la sua identità: ognuno è libero di essere sé stesso.

Ausiliarietà

Nel gruppo di psicodramma moreniano ci si esercita a essere al servizio dell'altro: non ci può essere lavoro scenico in assenza di altri disponibili, affettivamente, a condividere la storia del protagonista e a prendervi parte interpretando le sue *parti* ed i suoi personaggi, persino lui stesso (alter ego).

Realtà e Semirealtà

In ogni incontro psicodrammatico moreniano sperimentiamo una comunicazione viva e sincera con gli altri nella quale portiamo ogni volta le nostre storie di vita, ma anche il modo in cui ci percepiamo reciprocamente (piano della realtà). Ma non c'è teatro senza dimensione del sogno, del fantastico e la semi-realtà è il momento in cui giochiamo (seriamente) gli uni con i fantasmi degli altri.

Catarsi e Integrazione

Lo psicodramma moreniano non è solo scarica pulsionale, liberazione energetica, purificazione emotiva (catarsi abreativa), ma è anche un processo delicato e profondo di riorganizzazione del nostro mondo interno (catarsi integrativa) alla ricerca di nuovi equilibri.

APPLICAZIONI E DISPOSTIVI

La metodologia teatrale inventata da J. L. Moreno ha rappresentato, e tutt'ora rappresenta, il principale riferimento della gran parte degli approcci metodologici che utilizzano il teatro per la cura e lo sviluppo di individui, gruppi e organizzazioni.

Entrando più nel dettaglio questa metodologia fornisce un quadro di riferimento specifico che caratterizza lo stile di conduzione, il clima di gruppo e il tipo di attività che si creano in un gruppo di formazione:

- attenzione al gruppo come contesto privilegiato del lavoro sociale (il gruppo è un "soggetto collettivo" in grado di produrre cultura e di innescare processi di cambiamento);
- creazione di un clima favorevole e accettante, mediante un continuo lavoro di incontro e di attivazione delle relazioni fra i partecipanti, nel pieno rispetto dell'espressione di ognuno e della verità soggettiva;
- tale clima è la condizione per favorire processi di rispecchiamento professionale (riconoscere nell'altro modalità simili di relazione e di intervento) e di specchio professionale (ricevere rimandi sulla propria professionalità);
- la metodologia attiva consente un'interpretazione a partire dagli spunti e dal materiale che la scena produce; l'interpretazione diventa quindi un processo autonomo della persona e del gruppo stimolati in un contesto d'azione, e non un intervento calato dall'esterno;
- possibilità di agire ed esplorare i ruoli e i controruoli del proprio contesto professionale, attraverso un costante processo di ristrutturazione della relazione con l'altro e di identificazione e/o differenziazione dall'altro.

Lo psicodramma classico comprende come sue metodologie e metodi d'intervento:

il **Sociodramma**: consiste nell'applicazione dei principi e della metodologia psicodrammatica per trattare scenicamente situazioni personali, familiari sociali in cui protagonista sia il gruppo nelle sue dimensioni culturali;

la **Sociometria**: è un metodo di rilevazione e rappresentazione del sistema di relazioni interpersonali che esistono in un certo momento in un determinato gruppo;

il **Role-playing**: è una metodologia formativa, applicata in contesti clinici, formativi, di coaching, basata sulla messa in scena di ruoli assegnati per rappresentare situazioni (reali e/o fittizie) secondo una sceneggiatura definita (che poi viene sviluppata creativamente);

Il **Role-training**: è una metodologia di addestramento personale all'interpretazione di un certo ruolo sviluppando tutte le dimensioni principali che lo definiscono.

BIBLIOGRAFIA

J.L. Moreno, Teatro della Spontaneità, Di Renzo Editore, Roma, 2007.

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

J.L. Moreno e Z.T. Moreno, Manuale di Psicodramma, vol. 2, Astrolabio, Roma, 1987.

G. Boria, Lo Psicodramma classico, Franco Angeli, Milano, 1997.

L. Dotti, Forma e Azione, Franco Angeli, Milano, 1998.

SITOGRAFIA

www.zerkamorenofoundation.org

Sito della Fondazione curata da Zerka Moreno, moglie di Jacob Moreno, che tiene in vita e alimenta il contributo storico dello psicodramma classico a livello mondiale promuovendo attività di ricerca, training ed educazione.

www.aipsim.it

Sito dell'associazione degli psicodrammatisti moreniani italiani che organizza attività a livello nazionale e internazionale per promuovere la cultura dello psicodramma classico e varie iniziative culturali (es. la rivista di psicodramma classico).

www.psicosociodramma.it

Utilissimo portale d'informazione sulle attività dello psicodramma moreniano, del playback theatre, del sociodramma a livello nazionale e internazionale.

www.retemetodi.it

È l'attuale sito della Scuola di Psicodramma Integrato, promossa dalla Società Metodi Asscom & Aleph Srl di Milano. La scuola collabora con l'Istituto della Maschera di Buenos Aires.

www.mascarainstituto.com.ar

Sito ufficiale dell'Istituto della Maschera fondato a Buenos Aires da Mario Buchbinder e da Elina Matoso.

www.psicodramma.it

Sito dello Studio di Psicodramma di Giovanni Boria, che a Milano gestisce e promuove l'unica scuola italiana accreditata di formazione alla psicoterapia psicodrammatica moreniana.