

Studio di Psicodramma di Milano
Scuola di Specializzazione in Psicoterapia

Specializzando
Dott. Mauro Pennisi

Tesi di diploma

LA TANA DEL BIANCONIGLIO
Curiosità e sorpresa nella teoria e nella tecnica
psicodrammatiche

Anno Accademico 2016

RINGRAZIAMENTI

Un grazie ai miei genitori per il loro sostegno costante e discreto.

Un grazie agli amici presenti ed un grazie a quelli assenti.

Un grazie ai compagni di scuola di questi quattro anni per il reciproco arricchimento.

Un grazie ai colleghi del tirocinio per i confronti, i pranzi ed i caffè.

Un grazie ai pazienti che mi hanno mostrato l'umanità dentro la psicoterapia.

Un grazie a Rita Cavarretta per le supervisioni e le chiacchierate.

Un grazie a Marco Greco ed un grazie a Gianni Boria che mi hanno insegnato la
pazienza, la disponibilità e l'attenzione.

Un grazie ad Egidio e Sandra, che ci sono ancora.

INDICE

Introduzione	4
Il legame tra la spontaneità e la curiosità	5
<i>Il concetto di spontaneità</i>	5
<i>Il concetto di curiosità</i>	8
<i>Origine della curiosità</i>	11
La sorpresa	15
<i>La sorpresa in Moreno</i>	15
<i>La dialettica curiosità-sorpresa</i>	19
Considerazioni tecniche sui costrutti di curiosità e di sorpresa	22
<i>Il ruolo del direttore come garante della sorpresa sostenibile</i>	22
<i>La rottura del copione: origini</i>	26
<i>La rottura del copione nella pratica: l'interruzione brusca di un discorso</i>	30
<i>L'inversione di ruolo</i>	32
La dialettica curiosità-sorpresa in alcuni momenti specifici della sessione psicodrammatica	34
<i>Il riscaldamento</i>	34
<i>Il lavoro con il protagonista: aspetti generali</i>	37
<i>Il lavoro con il protagonista: scene slegate da eventi fattuali</i>	40
<i>Il lavoro con il protagonista: il decentramento circolare</i>	42
<i>L'integrazione</i>	43
<i>La catarsi</i>	46
Possibili linee di indagine scientifica riguardo i costrutti di curiosità e di sorpresa	49
<i>Premessa</i>	49
<i>Il test di spontaneità</i>	50
<i>Valutazione del livello di sorpresa nel test di spontaneità</i>	52
<i>Valutazione della curiosità</i>	54
<i>Relazione tra curiosità e ansia</i>	55
Conclusioni	58
Bibliografia	59

INTRODUZIONE

Durante le mie conduzioni, sia con i compagni della scuola sia con i pazienti al tirocinio, mi sono trovato diverse volte in una situazione peculiare: quando si trattava di dare una consegna, specialmente durante il riscaldamento, ho notato che chi la stava per ricevere “pendeva dalle mie labbra”, attendendo con trepidazione qualcosa di vago, di indefinito, che avrebbe dovuto manifestarsi di lì a poco tramite le mie parole.

Ciò mi faceva sentire una grande responsabilità, poiché percepivo che il gruppo era molto curioso riguardo cosa avrei proposto loro. Era come se i partecipanti fossero carichi di una qualche forma di energia, energia che aveva bisogno di una scintilla per manifestarsi in un’azione. Il mio compito era quello di fornire la scintilla adeguata. Se non fosse stata adeguata, quell’energia avrebbe preso una via diversa dall’atto creativo, lasciando i membri del gruppo non riscaldati o, peggio ancora, più ansiosi di prima.

Negli anni ho riflettuto molto su queste mie esperienze da direttore e sono giunto alla conclusione di dedicarvi il presente lavoro, per cercare di definire operativamente che cosa fosse quella scintilla che la “spontaneità potenziale” del gruppo attendeva per potersi convertire in un atto creativo. Oltre a queste definizioni operative, mi propongo di affrontare l’argomento anche nei termini di una teoria della tecnica e dell’applicazione pratica di quei concetti che ho denominato “sorpresa” e “curiosità”, poiché ritengo che una più precisa comprensione di tali elementi, solo accennati o dati per scontati nei testi di riferimento, possa essere uno strumento utile nelle mani di uno psicodrammatista. Infine, propongo delle linee di ricerca che potrebbero essere battute per ottenere una validazione scientifica di queste idee.

Va da sé che uno psicodrammatista deve a sua volta essere spontaneo, e quindi non basarsi unicamente sulle concezioni teoriche ma anche improvvisare sulla base del suo sentire del momento e della sua sensibilità professionale, ma ritengo con Boria (2005) che una ricca conserva culturale possa essere una buona *matrix* per i futuri atti creativi di chi esercita questa professione, che è insieme arte, scienza e cura.

IL LEGAME TRA LA SPONTANEITÀ E LA CURIOSITÀ

Il concetto di spontaneità

Com'è noto, Moreno definisce la spontaneità nei seguenti termini:

Il protagonista è invitato a rispondere con un certo grado di adeguatezza a una situazione nuova oppure con un certo grado di novità ad una situazione vecchia (Moreno, 1946, p. 46).

Nello stesso testo egli ne sottolinea la distinzione con l'omonimo concetto ingenuo, visto come una tendenza all'agire incontrollato, anarchico ed emotivo, e con la visione psicologica di Freud riguardante la nozione di energia psichica, che risentiva del clima positivistico e dei principi fisici dell'epoca. In ossequio ad essi il fondatore della psicoanalisi non poteva concepire una forma di energia che scomparisse nel nulla se non fosse indirizzata. Moreno invece precisa che la spontaneità, sebbene assomigli ad una forma di energia, non può essere accumulata né può essere indirizzata ad uno scopo diverso dal proprio, come invece può accadere nell'interazione tra la libido e le difese. La spontaneità (che viene definita anche *fattore S*) è invece un catalizzatore dell'azione creativa: un contesto che favorisca una buona quantità di spontaneità ed un attore sufficientemente spontaneo sono quindi le condizioni necessarie affinché avvenga un atto creativo. Senza di esse, un'azione può essere solo una ripetizione meccanica, adeguata solo se la situazione è nota.

È importante notare come la spontaneità di un attore non debba essere *eccessiva*, ovvero l'azione non deve essere improntata unicamente all'originalità o alla novità, ma deve anche essere messa in rapporto con il contesto, altrimenti perderebbe quel carattere di adeguatezza che distingue il costrutto psicodrammatico qui enunciato da quello della psicologia ingenua¹.

1. Nel testo *Who shall survive?* (1953, p. 26) Moreno stesso sembra alludere a questo rischio con la figura del *deficiente spontaneo*, ovvero di colui che è dotato o che ha sviluppato una gran quantità di spontaneità ma non è in grado di applicarla in un atto creativo.

Oltre al criterio dell'adeguatezza, Moreno identifica altri tre aspetti, o forme, della spontaneità (p. 154 e segg.):

- **La qualità drammatica:** è la capacità di vivificare gli elementi della conserva culturale, rendendoli unici e vivaci anche senza innovarli. È la qualità del grande attore, che infiamma il pubblico pur rappresentando ruoli già visti e già conosciuti, ed è anche una qualità che dà energia e unità al sé, poiché permette di integrare i ruoli appresi nella continuità della propria esistenza.
- **Creatività:** è la capacità di innovare a prescindere dalle conserve culturali preesistenti. Senza la spontaneità anche l'individuo più creativo del mondo sarebbe impotente, poiché incapace di sfruttare appieno le proprie capacità, cosa che può essere fatta solo attraverso la spontaneità².
- **Originalità:** questa forma della spontaneità è quella che più si avvicina alla definizione della psicologia ingenua, poiché è “un'espansione o variazione unica della conserva culturale come modello” (p. 157). In altre parole è una personalizzazione di un ruolo acquisito, che, pur non essendo particolarmente innovativo, è reso unico dalla sua capacità espressiva dell'unicità dell'attore.

Da quanto detto risulta chiaro che la spontaneità, più che come energia, può essere definita come una disposizione, una caratteristica facente parte del contesto e dell'attore, una qualità che da un lato autorizza e dall'altro dà gli strumenti affinché ci sia posto per l'innovazione, per l'espressione di sé e per l'azione creativa. Appare inoltre evidente che essa non si può concepire al di fuori di un momento preciso, relativo allo *status nascendi* di un determinato elemento: non si può quindi parlare di una persona spontanea in sé e per sé, ma di una persona che in quel preciso momento è stata spontanea nell'utilizzo delle proprie risorse; né si può parlare di un contesto spontaneo in sé.

Ciò non toglie che l'idea di “persona spontanea” abbia un suo fondamento. Moreno parla infatti di “stato di spontaneità”:

2. Anche in questo caso Moreno (1953) introduce una figura pittoresca speculare al *deficiente spontaneo* sopra citato: è il *creatore disarmato*, ricco di idee e spunti innovativi ma incapace di metterli in atto per una carenza di spontaneità.

Questo non è qualcosa di permanente, non fissato e rigido come lo sono le parole scritte o le melodie, ma fluido, un flusso che scorre ritmicamente, che sorge e che cade, che cresce e che si abbassa come tutti gli atti della vita e tuttavia differente dalla vita. [...] L'artista Improptu³ deve riscaldarsi e lo deve fare dando la scalata alla vetta (pp. 100-101).

Questo stato è una speciale condizione psicofisiologica: può essere descritto, ad esempio, come la condizione del poeta quando sente l'impulso di scrivere, o dell'uomo d'affari quando ha una grande idea: è il *momento* dell'amore, dell'invenzione, dell'immaginazione, della venerazione, della creazione (p. 207).

Da queste parole si delinea la figura di un individuo in grado di riscaldarsi, di mettere in moto la propria spontaneità, *nel momento in cui viene richiesto*. Non una persona incontrollata quindi, ma una persona in grado di mobilitare le proprie risorse per compiere il suo atto creativo. Per raggiungere questa capacità potenziale, in una società che disincentiva fin dall'infanzia l'espressione creativa di sé e la ricerca del nuovo, è necessario un addestramento alla spontaneità, concetto che può suonare ossimorico alle orecchie dello psicologo ingenuo.

Decidemmo di lasciar agire il soggetto come se non avesse passato e non fosse determinato da una struttura organica. [...] Viene creata una serie di situazioni così come esse si possono presentare nella vita comunitaria, nella vita domestica, nel lavoro e via dicendo. [...] Si dice agli studenti di buttarsi anima e corpo nelle situazioni, di viverle pienamente e di rappresentare ogni dettaglio necessario come se fosse una cosa seria. [...] Nel corso di questi esercizi i soggetti attraversano un processo di riscaldamento. Questo facilita la loro realizzazione in cui spicca una pienezza che i soggetti normalmente non raggiungono (pp. 196-200).

L'addestramento alla spontaneità è quindi un addestramento a lasciare da parte le conserve culturali e a gettarsi "anima e corpo" in una data situazione, esprimendo se stessi e le proprie capacità creative. Ne consegue che una persona che sia addestrata a sviluppare il proprio stato spontaneo possa essere definita "persona spontanea", pur se con le distinzioni di cui si è parlato più sopra.

3. Per "Improptu" l'autore intende la capacità di improvvisazione creativa derivata dal suo teatro della spontaneità (Moreno, 1923).

La spontaneità è quindi una disposizione all'interazione con una situazione, catalizzatrice e condizione necessaria per l'atto creativo. Nella triade di fattori che definiscono l'atto creativo, la *matrix*, il *locus* e lo *status nascendi*, appare evidente che la spontaneità trova la sua collocazione nello *status nascendi*, e scompare una volta che l'atto si è manifestato ed è entrato nella conserva culturale del gruppo e della persona. L'esperienza di cui ho parlato nell'introduzione non afferiva ancora allo *status nascendi* dell'attività che di lì a poco avrei proposto: era più simile ad una nube, in cui le cariche elettriche si dispongono in tensione in attesa del momento opportuno per dare origine al fulmine. Questa tensione creativa, metaforicamente simile alla gestazione di una partoriente o allo stato d'animo di un Beethoven prima di mettersi a comporre la sua Nona Sinfonia, riguarda più la *matrix* e il *locus* che lo *status nascendi*: pertanto, pur essendo evidentemente connessa con la spontaneità, a mio parere non va confusa con essa. Ho notato una forte correlazione tra questo stato e ciò che De Leonardis (1994) denomina "curiosità".

Il concetto di curiosità

Al pari della spontaneità, anche la curiosità psicodrammatica necessita di una definizione precisa e indipendente da quella del senso comune. Parlando del lavoro di Giancarlo Petacchi, De Leonardis (1994) scrive:

[L'autore] descrive le varie manifestazioni di ciò che può essere chiamato curiosità nel bambino molto piccolo e nel neonato, fermandosi poi sulla definizione di curiosità come "appetito mentale". L'autore ne rileva il carattere "di movimento verso", piuttosto che di "disposizione verso" o di "pensiero verso" (p. 167).

Più avanti l'autrice amplia questa definizione parlando di "un'attitudine all'esplorazione soggettiva del mondo" (p.168), che necessita come presupposto di un rapporto sicuro con il mondo ausiliario, e collega questo concetto con il bisogno di alterità e la fame d'azione ipotizzata da Moreno come spiegazione per l'amnesia dei primi anni dell'infanzia (Moreno, 1946).

Si può definire la curiosità in senso psicodrammatico come una disposizione particolare verso la novità, un'esperienza di attrazione verso l'ignoto ed una disponibilità a relazionarsi in maniera spontanea.

Fin dall'origine il bambino può accedere a una modalità di mettersi in relazione nella quale e per la quale la stessa esperienza di difetto è radicalmente diversa [...] Non scaturita dalla logica della sopravvivenza, l'attitudine a questa esplorazione, cioè la *curiosità*, ha un carattere ludico che potrà apparire superfluo in un'ottica sopravvivenziale, ma che ha una sua necessità di affermarsi così intensa da potere molto spesso entrare in conflitto con la logica sopravvivenziale, a costo delle più radicali trasgressioni (Napolitani, 1987, pp. 154 e segg., corsivo dell'autore).

Essa è una componente di quella parte di *matrix* che l'individuo apporta in una data situazione, e ne costituisce anzi una visione che permetta di affrontare situazioni nuove o situazioni vecchie limitando l'ansia ed il ricorso sistematico alla conserva culturale. Come l'Ulisse Polittipo di Omero, l'uomo curioso è disposto a mettere a frutto il proprio ingegno, ad utilizzare in modo spontaneo le proprie risorse intellettuali, emotive e fisiche al fine di produrre un atto creativo.

Se la spontaneità è, come detto, la capacità di produrre risposte adeguate ad una situazione nuova e risposte nuove ad una situazione vecchia, la curiosità è *lo stato di tensione creativa di fronte ad una situazione ancora nebulosa, in fieri e poco chiara, ed il desiderio di esplorare l'ignoto.*⁴

Mi è sembrato utile effettuare la distinzione tra spontaneità e curiosità poiché la spontaneità può essere valutata solo attraverso l'azione: con il cosiddetto test di spontaneità (Moreno, 1946, p. 186 e segg.), che può essere facilmente inserito all'interno del riscaldamento di una classica sessione di psicodramma⁵, è possibile rilevare l'attuale livello di spontaneità di ciascun membro del gruppo al fine di decidere come procedere; ritengo però che potrebbe essere utile al direttore essere consapevole della disposizione del gruppo negli istanti immediatamente precedenti una determinata attività (sia essa di riscaldamento, di lavoro con il protagonista o con il gruppo intero), quando la situazione che si sta per affrontare è ancora indefinita.

4. Questa definizione contribuisce a mio avviso a chiarire operativamente il ruolo della curiosità all'interno della *matrix* dell'atto creativo e nell'esperienza dell'individuo, laddove la definizione riportata da De Leonardis la rapporta al bisogno di alterità e ad una dimensione vicina alla "K" di Bion (1963).

5. Per la definizione di riscaldamento e di tutte le componenti tecniche della sessione psicodrammatica come forma di psicoterapia, si rimanda al testo di Boria (2005) presentato in bibliografia.

Il direttore potrà quindi notare segnali di una montante tensione creativa valutando lo stato del gruppo prima di dare qualsiasi consegna: i membri sono già sul palcoscenico? Stanno conversando del più e del meno o attendono passivamente in silenzio che la sessione inizi? Prima che il direttore dia la sua nuova consegna, “pendono dalle sue labbra” o ridono e scherzano tra di loro, senza che ne abbiano la consegna, per stemperare l’ansia dovuta al non sapere a cosa stanno andando incontro? L’uditorio è attento nel momento della scelta degli Io ausiliari oppure guarda altrove, come quando a scuola si cercava di non incrociare lo sguardo dell’insegnante nella speranza magica di evitare l’interrogazione?

Grazie a questi segni espressivi ci è possibile comprendere se uno stato emozionale sta per prodursi o se ha raggiunto la sua completa manifestazione. Gli indicatori della liberazione affettiva sono segni certi del fatto che una tendenza affettiva comincia a liberarsi: a tale riguardo, le reazioni verbali sono segni meno sicuri (1953, p. 179).

Chiaramente un direttore fa già queste considerazioni durante ciascuna delle sessioni che conduce, ma, stando alla mia esperienza, le fa in maniera intuitiva: non può quindi rifletterci a posteriori o comunicarle chiaramente senza fare unicamente riferimento alla propria sensibilità, elemento sicuramente suggestivo e necessario alla pratica psicoterapeutica, ma nondimeno vago e impreciso nel momento in cui si cerca di dare una struttura logica e condivisibile alla sua esperienza. In altre parole, il direttore, nel comunicare con i suoi pari o nel riflettere sulla propria esperienza, rischia di diventare un veggente: magari bravo nel cogliere elementi che ai “comuni mortali” sfuggono per carenza di nomi da dare alle cose, ma esente dalla possibilità di vaglio critico.

Il direttore deve seguire le sue intuizioni, fidarsi delle sue capacità empatiche, delle sue conoscenze e della metodologia adottata. È in un secondo momento che egli potrà riflettere sul processo e su cosa è avvenuto durante la sessione (Guglielmin, 2013, pp. 75-76).

L’utilizzo di questo costrutto a mio parere può aiutare a rendere più chiare alla mente quelle sensazioni che lo psicodrammatista prova e che gli permettono di sentire il polso della situazione, pur non privandolo della sua propria sensibilità (la sua propria *curiosità* nei confronti di quell’ignoto che è il proprio ruolo nell’azione psicodrammatica che sta per compiersi). Esso è uno strumento in più che il direttore può

possedere per svolgere al meglio il proprio compito, per comprendere ciò che sta avvenendo di fronte ai suoi occhi.

Origine della curiosità

La genesi della curiosità non può che essere successiva a quella della spontaneità.

Alla nascita l'infante fa ingresso in un sistema di relazioni totalmente estraneo. Non ha alcun modello su cui poter modellare i suoi atti. Sta fronteggiando una situazione inedita più di quanto farà mai nel corso di tutta la sua vita futura [...] Almeno nei momenti cruciali della vita deve essere disponibile un determinato quantitativo di questo fattore S (spontaneità). Un minimo di spontaneità è già necessario nei primi giorni di vita (Moreno 1946, p. 116).

Appare evidente che, in un contesto come quello del primo universo e della matrice d'identità, la confusione del mondo interno e del mondo esterno rende impossibile un rapportarsi curioso ad una situazione ignota. Per fare questo è già indispensabile una certa capacità di distinzione tra interno e esterno, anche se non necessariamente tra reale e fantastico. Una situazione ignota è per sua stessa natura un campo di esperienza in cui possibile, probabile, impossibile e certo si mescolano ed entrano globalmente in interazione con il soggetto e i suoi ruoli, indefiniti a loro volta poiché privi di controruoli chiari.

Un soggetto spontaneo, quindi, non può che fare ipotesi (naturalmente non di natura mentale, almeno all'inizio dello sviluppo) e sperimentarsi. Lo stato della sperimentazione ha come sua prerogativa l'impiego della spontaneità; lo stato delle ipotesi ha come sua prerogativa il vissuto della curiosità.

Non sempre la spontaneità è sufficiente all'inizio della vita. Anzi, secondo Moreno,

all'inizio è debole, incostante ed emerge particolarmente nei momenti critici. [...] L'attaccamento all'Io ausiliario è un altro formidabile ancoramento per la sua attività (p. 144).

La figura dell'Io ausiliario, paragonabile a ciò che in altre teorie dello sviluppo si chiama "figura di attaccamento" o "caregiver" (Bowlby, 1969, 1973, 1980) gioca un ruolo fondamentale nel creare un contesto sufficientemente sicuro affinché l'altalenante

spontaneità dell'infante si manifesti: fornisce controruoli abbastanza stabili perché le sperimentazioni del bambino si cristallizzino nei ruoli psicosomatici prima, psicodrammatici e sociali poi; una volta che ciò sia avvenuto, offre nuovi stimoli, nuove situazioni affinché la crescente spontaneità del neonato si cimenti in nuove creazioni; permette lo sviluppo di quelle capacità psicologiche (intelligenza, memoria ecc.) che in futuro potranno essere sapientemente utilizzate per nuovi atti creativi, o viceversa cristallizzarsi e prendere il posto della spontaneità nell'espressione di ruoli fissi e prevedibili.

Vi è un momento dello sviluppo umano in cui il bambino comincia a fare minore uso dell'Io ausiliario come unico punto di riferimento del suo mondo interno e comincia a desiderare un'esplorazione più autonoma del suo contesto. Se si è instaurato ciò che Bowlby chiama *attaccamento sicuro*, il bambino avrà sviluppato dei ruoli e dei controruoli tali da permettergli una maggiore stabilità nell'utilizzo del fattore S. Qualora egli lo limitasse ai ruoli e agli atti già noti, esso andrebbe perduto e sostituito dalla ripetizione meccanica della conserva che è andato costruendo. Giova ricordare che nei vari tipi di attaccamento insicuro che Bowlby e Ainsworth hanno identificato (Imbasciati, Margiotta, 2005), il bambino ha la tendenza a comportarsi in maniera ansiosa e ripetitiva, meccanica, sacrificando la spontaneità in cambio del benessere (scarso) e della sicurezza (instabile) data dalle dinamiche sperimentate fino a quel momento.

Se la differenziazione della matrice d'identità o l'instaurazione di un attaccamento sicuro hanno avuto buon esito, il bambino è pronto a sperimentare la propria curiosità. Significativamente Margaret Mahler (Mahler *et al.*, 1975) identifica una serie di processi definiti "separazione e individuazione", che comprendono periodi di esplorazione motoria dell'ambiente e di allontanamento dalla madre: oltre ai ruoli psicosomatici sperimentati in precedenza con l'ausilio della madre, ora il bambino si permette qualcosa di nuovo, mettendo alla prova la propria spontaneità ed i suoi limiti al di fuori del mondo ausiliario creato con la madre. Boria (2005) e De Leonardis (1994) parlano esplicitamente di *ruoli esplorativi* che si mettono in campo qualora i bisogni complementari di fusionalità e di individuazione abbiano raggiunto un equilibrio. Si fa strada a questo punto un terzo bisogno, quello di *alterità*.

Il bisogno di alterità si manifesta ogni qualvolta si sia raggiunta, in una situazione

nuova, la percezione della sicurezza (o relativa sicurezza) di esserci come facenti parte del tutto e di esserci come entità autonoma: solo tale percezione sembra infatti in grado di aprire la porta di accesso all'universo del nuovo, dell'ignoto, al paese della non-esperienza o dell'esperienza non ancora avvenuta, secondo le diverse denominazioni che a questo altro da sé psicologi, filosofi e poeti hanno dato (De Leonardis, 1994, pp. 169-170).

È a questo punto, in cui si è stabilito un Nucleo dell'Io e una prima distinzione tra mondo interno e mondo sociale, che la spontaneità del bambino può concretizzarsi nella curiosità verso l'altro da sé, verso il nuovo, verso una nuova sperimentazione.

Da questo momento in poi, la curiosità si può definire come una sorta di "spontaneità latente", come *conditio sine qua non* dell'azione spontanea intesa come ricerca del nuovo, e come risvolto psicologico e comportamentale del bisogno di alterità. Come si è visto sopra, infatti, la curiosità di un individuo si manifesta anche in maniera comportamentale come un "movimento verso" (p. 167), paragonabile quello del cavallo che scalpita all'idea di mettersi a correre, prima che sia lasciato libero. Il soggetto curioso "non vede l'ora" che la situazione nebulosa di fronte a lui si concretizzi, permettendogli di incontrare il nuovo e di sperimentarsi in un nuovo atto creativo.

In questo suo aspetto di tensione creativa, la curiosità è evidentemente correlata alla "fame d'azione" che caratterizza i primi tre anni di vita del bambino.

Dobbiamo pensare che il neonato si riscalda verso atti spontanei con un grado di intensità tale che ogni particella del suo essere vi prende parte – che non rimane nemmeno il più piccolo frammento da poter registrare nella memoria (Moreno, 1946, pp. 130-131).

Proprio come il cavallo dell'esempio precedente, se l'individuo fosse pienamente curioso e spontaneo come il bambino di cui parla Moreno, difficilmente potrebbe avvalersi della capacità di memoria e riflessione dell'Io-osservatore: per lui esisterebbe solo il momento presente in cui agire, il passato sarebbe completamente assente e il futuro percepibile solo come una nuova situazione nebulosa da esplorare. Ciò non avviene perché, esattamente come per la spontaneità, anche la curiosità ha i suoi limiti, dettati dal fatto che il mondo reale non è perfettamente plasmabile secondo i nostri desideri, e scontrandosi con essi si sperimenta che non sempre l'atto creativo, instabile e

fluido è da preferire alla relativa sicurezza del prodotto finito, della conserva culturale e del ruolo cristallizzato. Così come la spontaneità si modula nella sua interazione con la conserva culturale per produrre risposte adeguate, e non semplicemente una caotica espressione di sé, allo stesso modo la curiosità si deve confrontare con il fatto che non sempre l'ignoto è foriero di piacere o di nuove possibilità creative. La risposta emotiva e comportamentale del confronto con i limiti della spontaneità o della curiosità è sempre l'ansia⁶, che porta il soggetto a “tornare alla base sicura” (Imbasciati, Margiotta, 2005) e mettere in atto ruoli cristallizzati.

6. Non si intenda in questo caso con “ansia” l'emozione ansiosa comunemente intesa. Moreno definisce ansia l'esperienza di una diminuzione di spontaneità, quale che sia la sua tonalità emotiva (Boria, Muzzarelli, 2009). Non essendo l'uomo onnipotente come Dio, una certa dose di ansia così definita è fisiologica nel suo sviluppo.

LA SORPRESA

La sorpresa in Moreno

Riflettendo sul costrutto della curiosità, mi sono reso conto che può essere proficuamente messo in relazione con il carattere di *sorpresa* di una data situazione.

A differenza della curiosità, Moreno parla più volte del concetto di sorpresa in ambito psicodrammatico, pur senza darne una definizione operativa come si tenterà di fare in questo lavoro. Egli attribuisce un carattere sorprendente a due fenomeni. Il primo è l'atto creativo:

Il primo carattere dell'atto creativo è la sua spontaneità, il secondo carattere è una sensazione di sorpresa, di inatteso. [...] Mentre l'atto vivente è un elemento nel *nesso di causa-effetto* del processo vitale di una persona reale, l'atto spontaneo-creativo fa sembrare che per un momento il *nesso causa-effetto* sia stato infranto o eliminato (Moreno, 1946, p. 99).

Da quanto riportato si può dedurre che il carattere sorprendente è in un certo senso una violazione delle attese, un elemento non riconducibile per deduzione logica alle caratteristiche percepite della situazione precedente il suo manifestarsi. Da questo deriva l'apparente caduta del nesso causa-effettuale, che solitamente appare così vincolante da aver generato nella conserva culturale concetti come l'ineluttabile *destino*, il *karma*, l'*ananke* greca e figure mitologiche come le Parche o le Norne, custodi terribili del dispiegarsi prevedibile e *necessario* della vita umana. L'atto creativo viola questa *necessità* del nesso causa-effettuale introducendo un evento che viene percepito come inatteso, sorprendente, finanche rivoluzionario, sia dal suo attore sia da coloro che lo testimoniano: è il Siegfried wagneriano, concepito come un uomo libero dal destino, o il Gesù che "porta a compimento" le leggi e le consuetudini ebraiche, suscitando scandalo (ovvero una risposta ansiosa) negli scribi e nei farisei (ovvero in coloro che, privati della loro spontaneità, non riescono a concepire qualcosa di diverso dalla conserva culturale che hanno elevato a Legge divina).

Il secondo fenomeno sorprendente descritto da Moreno è la situazione proposta ai soggetti sperimentali durante il test di spontaneità:

Le istruzioni dovrebbero essere identiche per ogni soggetto ed è importante che la donna sia presa alla sprovvista dal motivo drammatico della situazione (p. 191).

Allo stesso modo Boria (2005) indica come, nell'ambito di una sessione psicodrammatica, il riscaldamento debba essere in un certo grado sorprendente:

Inoltre, l'attività di riscaldamento risulta tanto più efficace quanto più contiene, nel suo sviluppo, elementi di sorpresa che invitano ad abbandonarsi all'azione che si va svolgendo piuttosto che a preparare in anticipo specifiche risposte (p. 37).

Vediamo quindi qui una caratteristica sorprendente attribuita non tanto ad un'azione, quanto ad una situazione che viene proposta artificialmente ad un soggetto, con lo scopo, nel primo caso, di valutare la portata della sua risposta spontanea, e nel secondo di stimolare la spontaneità. Va sottolineato che nel suo testo Moreno specifica più volte che la situazione proposta durante il test di spontaneità, sebbene non reale (oggi diremmo *semireale*), debba essere quanto più possibile realistica nelle sue premesse. È difficile infatti sospendere l'incredulità e agire come se la situazione fosse reale se essa è troppo lontana dall'esperienza quotidiana⁷.

La sorpresa in questo contesto è quindi ciò che fa sì che la spontaneità si manifesti; è il suo catalizzatore come la spontaneità è il catalizzatore dell'atto creativo (Moreno, 1953). Permette anche di rilevare quanta spontaneità sia disponibile in un dato momento.

Quando un individuo si lancia in una data attività, può evidentemente improvvisare, ma quanto più improvvisa attorno al tema, tanto più ha tendenza a scegliere tra le proprie improvvisazioni passate i pensieri migliori [...] In altri termini tende ad improvvisare sempre meno, a mettere in opera conoscenze acquisite e dei contenuti, fino ad abbandonare del tutto l'improvvisazione sul tema iniziale e a rimettersi al prodotto, censurato e ricensurato, delle sue improvvisazioni passate, ossia ad affidarsi a un

7. Diversa è la questione del riscaldamento, dove spesso capita di sperimentare ruoli anche molto diversi da quelli abituali. Ciò però è giustificato dal fatto che, di solito, il riscaldamento in una sessione di psicodramma inizia con un'attivazione motoria, i cui ruoli sono radicati nello sviluppo del bambino e sono i primi ad entrare in gioco in una situazione di sorpresa (Moreno, 1946, p. 119), e dal fatto che il riscaldamento deve essere graduale e rispettare, come si vedrà in seguito, i limiti della curiosità di ciascuno e del gruppo (Boria, 2005, p. 37)

“contenuto” (pp. 304-305).

Data la tendenza dell'uomo ad abbandonare la ricerca di soluzioni spontanee e dedicarsi unicamente alla riedizione di risposte precedenti (per il bisogno di sicurezza che la ripetizione meccanica assicura), presentare una situazione sorprendente ha la funzione di scardinare questo meccanismo ed invitare l'individuo ad improvvisare nuovamente, mettendo in campo la sua spontaneità (Boria, Muzzarelli, 2009).

Vi è però un altro tipo possibile di reazione alla situazione sorprendente, quella ansiosa.

Lo studio delle tattiche a sorpresa in laboratorio evidenzia la flessibilità o la rigidità degli individui messi a confronto con incidenti imprevisti. Prese di sorpresa, le persone si comportano in maniera terrorizzata o stupefatta. Esprimono risposte sbagliate o addirittura nessuna risposta. Sembra che non ci sia nulla cui gli esseri umani siano più impreparati e per cui il cervello umano sia più mal equipaggiato che la sorpresa. [...] Il senso della spontaneità, se confrontato a molte altre funzioni mentali, come l'intelligenza e la memoria, sembra essere di gran lunga meno sviluppato (Moreno, 1946, p. 113).

Siccome la spontaneità è la capacità di produrre risposte adeguate in una situazione nuova, è evidente che una persona con poca spontaneità disponibile produrrà risposte ansiose (la categoria “nessuna risposta” non è altro che una risposta ansiosa, come quella dell'animale che “fa il morto” per allontanare il predatore, o del bambino che si dissocia dalla realtà per affrontare un evento traumatico), e di fronte ad una situazione sorprendente, insolita, ignota, reagirà meccanicamente e paurosamente.

È quindi chiaro che non sempre una situazione sorprendente o insolita possa mettere un soggetto nelle condizioni di produrre risposte spontanee e creative. Entra in gioco un altro aspetto, una caratteristica della persona che la rende, secondo le parole di Moreno, più o meno flessibile o rigida nei confronti del nuovo. Questa caratteristica sembra essere una predisposizione alla spontaneità, una spontaneità “latente” perché localizzabile nella *matrix* individuale anziché nello *status nascendi*: in sostanza una caratteristica che ben si attaglia alla curiosità come è stata definita nel precedente capitolo.

Si potrebbe pensare che una persona con una lunga esperienza nello psicodramma possa facilmente prevedere dove il direttore lo stia conducendo, e che quindi le

situazioni che sta per affrontare siano prevedibili e poco sorprendenti. Bisogna però ricordare che un protagonista ben riscaldato sperimenterà uno stato paragonabile a quello che Moreno (1946, p. 130) definisce “fame d’azione”: sarà così immerso nell’azione, e desideroso di ulteriore azione, da mettere in secondo piano le previsioni cognitive che la sua memoria e la sua intelligenza gli suggeriscono, desiderando di vivere un cambiamento nella situazione data in cui mettere in gioco la spontaneità che sta crescendo dentro di lui. La sospensione dell’incredulità che il fruitore di un’opera letteraria o teatrale deve mettere in campo per poterla apprezzare (Coleridge, 1817) nello psicodramma è paragonabile al riscaldamento, che fa sì che una situazione *semireale* susciti emozioni *reali*, ed entra in gioco proprio nel mettere da parte le anticipazioni cognitive in favore dell’immersione nell’azione.

Anche il più “esperto” protagonista, qualora gli venga negato un disvelamento o un’integrazione⁸, se ben riscaldato avvertirà una sensazione di delusione e di frustrazione, dovuta proprio al non poter soddisfare la curiosità dell’incontro *attuale*, e non solo *potenziale*, con la novità rappresentata dalla fase successiva del lavoro. Nel momento in cui si sperimenta lo *status nascendi* di un’azione, l’atto creativo che lo caratterizza darà al suo attore (e probabilmente anche al pubblico) una sensazione di sorpresa quale che sia l’anticipazione cognitiva riguardo il contesto. Ciò che sorprende in questo caso è la natura del coinvolgimento pieno e creativo dell’attore, insolita data la tendenza a mettere in atto in modo meccanico le soluzioni proposte dalla conserva culturale.

La dialettica curiosità-sorpresa

Come si è detto, si può definire la curiosità come uno stato di tensione creativa in relazione ad una situazione nebulosa, *in fieri*, pronta a trasformarsi in spontaneità nel momento (*status nascendi*) in cui la situazione si definisce e permette l’azione.

La sorpresa è dunque una caratteristica di questa situazione, che dall’indefinito passa al definito, ed interagisce con la curiosità. Per comprendere questa relazione è necessario definire più precisamente che cosa si intenda con sorpresa in quest’ambito.

8. Si parlerà di questi momenti della sessione psicodrammatica più avanti.

Si può definire la sorpresa come *la divergenza tra una situazione in atto e la situazione immediatamente precedente, oppure tra la situazione in atto e la situazione prevedibile come conseguenza di ciò che è appena avvenuto.*

Questo rappresenta il grado di novità possibile in un dato contesto: se fosse zero, non sarebbe possibile alcuna azione creativa, la spontaneità sarebbe nulla e ogni azione sarebbe la diretta conseguenza di ciò che l'ha preceduta. Lo stesso concetto di cambiamento sarebbe un mero *flatus vocis*, poiché non implicherebbe una vera variazione di stato del contesto da un momento all'altro, ma un semplice svolgimento di un "piano" prestabilito. È il dominio della conserva culturale, del destino, delle Parche. Moreno denomina questo tipo di contesto "universo chiuso", definendolo come una situazione in cui "l'universo nel momento A è uguale all'universo nel momento B" (1946, p. 167).

Appare evidente che in un universo chiuso, il grado di novità è zero, tutto è prevedibile e la sorpresa è assente, poiché le situazioni presenti saranno *esattamente* la conseguenza di quelle precedenti. In un contesto chiuso, privo di spontaneità, l'individuo non può fare a meno di esprimere la conserva culturale, abdicando al proprio ruolo di creatore, e l'esperienza di curiosità che potrebbe aver provato immediatamente prima che la situazione presente si verificasse⁹ non può che tradursi in frustrazione e noia.

Se si potessero quantificare questi due costrutti, si potrebbe dire che quando la sorpresa è minore della curiosità, l'azione dell'individuo sarà una risposta ansiosa (quindi non spontanea) dominata da una sensazione di noia, di impotenza e di frustrazione.

Un universo aperto, sempre stando alle parole di Moreno, è tale per cui "l'universo nel momento A è diverso dall'universo nel momento B" (*ibid.*). In questo contesto il cambiamento è possibile ed è sostanziale, comporta una novità e l'esperienza di una divergenza non prevedibile tra il momento A e il momento B. In altre parole, è un

9. Giova ricordare che il sentimento della curiosità è una caratteristica dell'individuo, una sua personale propensione, dipendente soprattutto dalla sua pregressa disposizione alla spontaneità, e non solo dal contesto che gli si presenta in un dato momento.

universo che permette il dispiegarsi della spontaneità e delle potenzialità creative dell'individuo. La sorpresa è possibile in un universo del genere, ed è la condizione per cui la curiosità dell'individuo possa trovare la sua soddisfazione nel condensarsi della situazione precedente ignota in una situazione nuova e sorprendente. La conseguenza di ciò è che l'individuo curioso troverà lo spazio per manifestare la propria spontaneità e, con la soddisfazione, la gioia e il piacere che ciò comporta, produrre un atto creativo.

Come si è visto precedentemente, tuttavia, non sempre una situazione sorprendente stimola una risposta spontanea: siccome la spontaneità è una capacità non sviluppata nell'essere umano, a beneficio delle qualità cristallizzate della conserva culturale, è possibile che l'individuo non sia in condizione di attivare la propria spontaneità in risposta ad una situazione nuova. Stando alle definizioni date precedentemente in questo lavoro, la sua curiosità, la sua tensione creativa, è troppo bassa per poter rispondere creativamente ad una situazione sorprendente.

Continuando la metafora quantitativa precedentemente illustrata, se la sorpresa è maggiore della curiosità, l'azione dell'individuo sarà ansiosa e dominata da sensazioni di allarme, paura, stupefazione, disagio.

Concludendo, affinché si produca un atto creativo non è sufficiente che il contesto sia di tipo aperto, ovvero che la novità sia possibile, ma che essa non ecceda un certo range, né in eccesso né in difetto, determinato dalla curiosità sperimentata dall'individuo o dal gruppo. Occorre un equilibrio tra la sorpresa e la curiosità affinché quest'ultima si possa trasformare in spontaneità. È questo il motivo per cui, come fatto notare parlando del riscaldamento e del test di spontaneità, le situazioni proposte debbano essere in principio realistiche, con variazioni contenute rispetto all'esperienza attesa dei partecipanti, e solo dopo l'avvenuta mobilitazione iniziale della spontaneità il direttore può permettersi di far esplorare ruoli più insoliti.

CONSIDERAZIONI TECNICHE SUI COSTRUTTI DI CURIOSITÀ E DI SORPRESA

Il ruolo del direttore come garante della sorpresa sostenibile

In questo capitolo si osserveranno le declinazioni dei costrutti di curiosità e sorpresa in relazione alle fasi e alle funzioni del lavoro psicodrammatico. Prima di fare ciò è necessario spendere alcune parole sul ruolo del direttore.

Boria (2005) descrive schematicamente quella che chiama la “funzione registico-strategica del direttore”:

Il direttore-regista deve dare una risposta appropriata a questa domanda: “Qual è l'accadimento più adatto da favorire o direttamente provocare in questo momento in questo gruppo?” (p. 128).

Tra i criteri che qualificano questo accadimento egli ne cita uno che riguarda direttamente il presente lavoro:

[l'accadimento deve essere tale che] dia all'individuo la sensazione di trovarsi di fronte a qualcosa di relativamente nuovo che, anziché apparirgli pericoloso o paralizzante, lo incuriosisca stimolandolo a costruire lì per lì qualche forma di risposta (*ibid.*).

Il direttore deve quindi, progettando l'accadimento e la struttura delle consegne, cercare di alimentare la curiosità già presente nel gruppo e nei singoli, catalizzandone la tensione creativa verso la produzione di una risposta spontanea alla situazione che propone. Per fare ciò egli deve essere consapevole di cosa sia presente nel co-conscio e nel co-inconscio gruppale, attraverso l'analisi dei bisogni e delle contingenze, ma anche osservando le interazioni “libere” che avvengono prima dell'inizio della sessione o tra la fine di un'attività e l'inizio della successiva.

Nello svolgersi del suo intervento il direttore può avvalersi di un ulteriore ausilio operativo: degli **indicatori del processo di liberazione di spontaneità**¹⁰. Si tratta per lo

10. Questa “liberazione di spontaneità” a mio avviso può essere agevolmente accostata al concetto di curiosità qui trattato.

più di simboli mimici di ordine fisiologico: respirazione accelerata, mascelle serrate, pianti, sorrisi, sudorazione, abbracci, tremiti, sguardi, aggrottamento delle sopracciglia, mani serrate, incapacità di parlare, voce stridula, battere i piedi ecc. [...] I predetti strumenti di monitoraggio da un lato aiutano il direttore a comprendere quando una nuova rotta di esperienza (ruolo) accoglie risposte spontanee, dall'altro gli consentono di intervenire a valle di ciò scatenando al momento giusto un processo di riflessione e verbalizzazione dei vissuti che consenta al soggetto di dare significato e utilità all'esperienza condotta (Boria, Muzzarelli, 2009 p. 96, grassetto dell'autore).

I segni dello stato di curiosità sono molteplici, di tipo fisiologico e interattivo. Moreno identifica i prodromi fisiologici e mimici dello stato di curiosità inerenti a tre campi emozionali aventi elementi in comune: essi possono essere sinteticamente indicati come “campo di aggressività”, “campo di ansia”, “campo di eccitazione gioiosa”. (Moreno, 1953, p. 179). Non vi è dubbio che la complessità dell'emotività umana non possa essere ridotta a poche semplici categorie senza compiere una semplificazione forse eccessiva, ma nondimeno essa è utile per lo scopo analitico dell'osservazione dello stato di curiosità.

Di seguito indico alcuni di questi segni, ampliando il discorso di Moreno ed inserendolo in un'ottica intersoggettiva e nell'ambito della sessione di psicodramma.

- **Livello e tipo di attivazione psicomotoria iniziale:** prima dell'inizio della sessione è utile che il direttore osservi l'interazione spontanea dei membri del gruppo. Solitamente essa è una commistione di tele e transfert, di azioni spontanee e conserva culturale tipica del gruppo. Vi sono gruppi che fanno sempre le stesse cose mentre aspettano il direttore: raggruppano i cuscini al centro del palcoscenico, si siedono in cerchio parlando del più o del meno, si siedono in uditorio, giocano ecc. Tutti questi copioni ripetuti di sessione in sessione hanno la funzione di limitare l'ansia dovuta alla mancanza di strutturazione dello “stato brado”¹¹ in cui si trovano. Un buon livello di curiosità iniziale si può dedurre dall'osservazione di interazioni inedite tra i membri e con l'ambiente e dal coinvolgimento di tutti i partecipanti.

11. Definizione scherzosa ma analogicamente molto suggestiva dei vissuti di un gruppo ancora senza uno scopo di lavoro.

- **Aderenza alla consegna:** solitamente si afferma che non è così importante che il gruppo aderisca o meno ad una consegna del direttore, poiché in ogni caso qualcosa avviene, ed è il direttore stesso a poterne trarre suggerimenti per le sue proposte successive. Ciò che avviene quando i partecipanti parlano e scherzano tra loro invece di mettere in atto l'accadimento proposto, oppure chiedono spiegazioni o *forniscono* spiegazioni invece di agire¹² è che non vi è equilibrio tra la curiosità e la sorpresa: la consegna è troppo o troppo poco sorprendente per il gruppo, che si sente quindi annoiato o spaventato e mette in atto ruoli diversi da quelli proposti (non semplici variazioni originali). Questo squilibrio è un ottimo elemento diagnostico che il direttore ha per calibrare al meglio le proprie consegne successive.
- **Suspense:** sebbene questo termine sia spesso utilizzato nel teatro e nella critica cinematografica per definire uno stato d'ansia dovuto all'incertezza, a mio avviso il suo significato letterale di "sospensione" definisce bene l'esperienza descritta nell'introduzione di questo lavoro. Spesso il direttore fornisce le consegne frase per frase, onde non sacrificarne l'effetto sorpresa, e ciò aumenta la curiosità nei confronti di ciò che sta per proporre. Se il gruppo rimane in silenzio, "col fiato sospeso", oppure prosegue con la consegna precedente se ciò non contrasta con la proposta che il direttore sta facendo, quest'ultimo può essere ragionevolmente sicuro di stare alimentando un clima di curiosità.
- **Razionalizzazioni e racconti:** spesso capita, durante il lavoro con il protagonista, che quest'ultimo racconti o spieghi ciò che è accaduto nel passato. La raccomandazione per il direttore in questi casi è sempre la stessa: interrompere, anche bruscamente, il protagonista e proporgli un nuovo accadimento, poiché si sta "raffreddando", sta perdendo la spontaneità. Necessita quindi che la sua curiosità sia ulteriormente stimolata da una nuova proposta che lo mantenga in uno stato di

12. Tornando con la memoria alle sessioni di psicodramma cui ho partecipato, ricordo bene molti momenti in cui personalizzavo il ruolo che mi veniva proposto dalla consegna del direttore, ma invece di agire questo ruolo specializzato mi imbambolavo e, ridendo, spiegavo cosa stavo facendo. Ripensandoci ora mi accorgo di ciò che stavo realmente facendo, ovvero giocare un ruolo stereotipato (quello de "l'originale") invece che muovermi con spontaneità nella consegna.

spontaneità sufficiente affinché il lavoro sia fruttuoso. Tornerò in seguito su questo criterio parlando della rottura del copione.

Si potrebbe proseguire a lungo con una tipologia delle risposte curiose ad una data situazione, ma è chiaro che l'unicità di ogni singolo momento psicodrammatico non potrebbe che rendere ogni classificazione insufficiente a descrivere la realtà. Ogni psicodrammatista potrebbe stilare la propria, alla luce della propria sensibilità ed esperienza, ed in ogni caso non esaurire la gamma di possibilità che, essendo la sessione un contesto prettamente spontaneo, si manifesterebbero. Si prenda quindi questo elenco come uno stimolo, anziché come una lista esauriente.

In ogni caso, oltre a valutare la curiosità e la spontaneità disponibili in un dato momento, il compito del direttore è anche quello di impiegare questi elementi per promuovere gli accadimenti relazionali più adatti.

Ecco quindi una seconda importante peculiarità del ruolo del direttore e della necessità di sue chiare prescrizioni di lavoro: **evitare/contenere l'ansia**, la sensazione di abbandono, **fungere da mondo ausiliario** con un contro-ruolo da agente di contenimento e di guida (Boria, Muzzarelli, 2009, p. 91, grassetto dell'autore).

Come si è visto nel capitolo precedente, una situazione sorprendente può produrre una risposta ansiosa qualora la curiosità sia troppa o troppo poca. Il direttore tutela il gruppo da un'ansia eccessiva in due modi.

In primo luogo egli veicola un metodo che, con alcune regole quali la sospensione della risposta e il primato della verità soggettiva (Boria, 2005), garantisce un contesto la cui esplorazione è sufficientemente sicura. Ciò permette al partecipante, come al bambino con una chiara percezione di una base sicura (Mahler *et al.*, 1975), di alimentare in sicurezza il proprio bisogno di alterità e, di conseguenza, di sostenere un'elevata curiosità rispetto alle situazioni nebulose che ancora non conosce. Un sapiente uso delle consegne, suggestive ma chiare, con un tono affabulatorio ma coerente con ciò che sta avvenendo sul palcoscenico, contribuisce ad alimentare il desiderio dei membri del gruppo di vedere cosa sta per succedere, di impegnarsi in un

atto creativo inquadrato in un contesto che sa essere strutturato e sicuro, anche se non lo conosce ancora¹³.

In secondo luogo egli calibra la quantità di sorpresa sostenibile che può permettersi di somministrare al gruppo, sulla base dell'analisi della curiosità che fa di momento in momento. È chiaro che un individuo appena entrato non risponderà con lo stesso livello di spontaneità agli accadimenti che il direttore propone rispetto ai “veterani”, né un gruppo di pazienti risponderà a giochi di riscaldamento in semirealtà allo stesso modo di un gruppo di manager in formazione.

L'uso che il direttore fa della sorpresa è quindi di tipo tattico, per limitare l'ansia (attirando l'attenzione sulle proprie parole stimolanti, impedisce che prenda piede la paura dell'ignoto) e suscitare la curiosità nella sua forma di catalizzatore preliminare alla spontaneità dello *status nascendi*.

La rottura del copione: origini

La forma più evidente dell'utilizzo strategico e tattico della sorpresa in ambito psicodrammatico è la cosiddetta “rottura del copione”. Per “copione” si intende il dispiegarsi lineare, ripetitivo e prevedibile, delle azioni, determinate in modo vincolante dalle caratteristiche della persona, dalla sua storia, dai suoi ruoli cristallizzati, senza che vi sia la possibilità di una variazione creativa. Boria (2005) utilizza una metafora suggestiva per paragonare l'azione meccanica del copione e l'atto creativo che avviene in una sessione psicodrammatica:

Potremmo visualizzare metaforicamente l'agire nel contesto psicodrammatico con l'immagine di un movimento di danza, che si differenzia nettamente dal più comune camminare con passo ripetitivo e lineare. [...] Il cammino ripetitivo e lineare simboleggia gli aspetti di cristallizzazione e di stereotipia che caratterizzano il modo di funzionamento mentale del cosiddetto nevrotico, il cui comportamento esprime la spinta

13. L'addestramento alla spontaneità dei membri del gruppo si protrae di sessione in sessione: dapprima il contesto è totalmente ignoto e ciò contribuisce a mantenere la curiosità nei limiti che ha nelle situazioni ignote della vita quotidiana. Col tempo si apprende la natura di mondo ausiliario sicuro del teatro di psicodramma e di conseguenza ci si permette sempre più spontaneità, sebbene lo svolgimento di ogni sessione non possa mai essere prevedibile.

necessitante dell'impulso e non lascia spazio ad un'autoregolazione che coniughi le disponibilità interiori con gli stimoli ambientali e produca movimenti diversificati di danza (pp. 154-155).

Lo scopo dello psicoterapeuta psicodrammatista di fronte alla messa in atto di un copione è quindi quello di romperlo, proponendo un contesto esterno in cui i vincoli¹⁴ che il direttore dà rendano inattuabile l'applicazione di un ruolo preconstituito e contemporaneamente permettano l'espressione strutturata della spontaneità.

Si possono rintracciare le origini di questa operatività nella culla stessa dello psicodramma. Nel suo *Manuale* (1946), Moreno racconta un aneddoto molto interessante relativo al teatro della spontaneità:

Avevamo con noi una giovane attrice, Barbara, che lavorava per il teatro [...] Barbara era una delle principali attrazioni, a causa del talento straordinario con cui sapeva recitare ruoli di ingenue ed eroine romantiche. Fu presto evidente che era innamorata di un giovane poeta [...] Un bel giorno fu annunciato il loro matrimonio. [...] Un giorno Georg venne da me con un'espressione turbata dei suoi occhi solitamente felici. "Che è successo?" gli chiesi. "Oh dottore, non lo sopporto." "Sopporto che?" [...] "Quell'essere dolce e angelico che voi tutti ammirate si comporta come una creatura indemoniata quando è sola con me." [...] Quando Barbara arrivò dietro le quinte quella sera, pronta a recitare uno dei suoi abituali ruoli di immacolata femminilità, la fermai. "Senti, Barbara, tu finora hai lavorato magnificamente, ma ora ho paura che tu stia facendo un po' la muffa. La gente vorrebbe vederti in ruoli dove tu esprima situazioni terra-terra, le fondamenta della natura umana, la sua volgarità e stupidità, la sua realtà cinica, al limite la gente non solo come è, ma *peggio* di come è [...] Vuoi cercare di farlo?" "Sì," disse con entusiasmo, "sono felice di sentirglielo dire. È un bel po' che sento che dovrei dare al nostro pubblico un'esperienza nuova. Ma lei pensa che possa farcela?" "Ho fiducia in te," risposi [...] (p. 64, corsivo dell'autore).

Osservando attentamente il racconto di Moreno (che poi prosegue con la descrizione della scena e le conseguenze nella vita di coppia di Barbara e Georg), si notano bene alcune caratteristiche della situazione psicodrammatica moderna, sebbene lo psicodramma all'epoca di questo aneddoto non esistesse ancora come metodologia

14. Come detto precedentemente, la spontaneità non è l'espressione di sé anarchica ed esplosiva, ma un esser-ci adeguato ed armonizzato al contesto che si sta abitando in un dato momento.

formalizzata. In primo luogo notiamo la presenza nell'attrice di *due* copioni: la donna immacolata, messo in scena nel *locus* del palcoscenico teatrale, e quello della creatura indemoniata e volgare messo in scena nel *locus* della vita familiare. La consegna sorprendente di Moreno è quella di modificare il *locus* di uno di questi copioni¹⁵, chiedendo a Barbara di mettere sulla scena teatrale il copione che abitualmente ella metteva sulla scena casalinga. Di fatto egli si costituisce anche come mondo ausiliario, poiché la rassicura sul fatto che lei sia sufficientemente brava nel mettere in scena i propri ruoli cristallizzati, e che le viene esplicitamente richiesto di essere qualcosa di diverso dal suo solito. In tal senso la *autorizza* ad essere ciò che solitamente non è, permettendole di sperimentarsi spontaneamente in una situazione insolita e sorprendente: essere volgare, stupida e cinica anche più di ciò che ci si aspetterebbe¹⁶. Colpisce inoltre che la reazione di Barbara di fronte alla proposta di Moreno: ella è evidentemente curiosa, desidera mettere in atto un ruolo nuovo, ma prima della proposta e della sottintesa autorizzazione del direttore questa curiosità era dominata dall'ansia, che impediva la creazione di questi ruoli nuovi sul palcoscenico (ricordiamo che si trattava del teatro della spontaneità, quindi non vi erano vincoli alla rappresentazione) e la costringeva a metterli in scena in forma nevrotica nel contesto familiare. Barbara infatti, per dominare l'ansia, chiede esplicitamente una rassicurazione a Moreno. La risposta di questi ("Ho fiducia in te") rappresenta l'epitome della funzione del direttore quale mondo ausiliario: non solo autorizza il partecipante al gruppo/attore/paziente a mettere in scena ruoli insoliti, ma è anche fiducioso che la loro rappresentazione spontanea sia adeguata, cioè esclude fin dal principio una valutazione che potrebbe

15. Si intuisce dalle parole di Moreno che un cambiamento di *locus*, pur mantenendo inalterati gli altri fattori dell'atto creativo, costituisce un cambiamento dell'atto stesso, che diventa un'altra cosa:

È importante riflettere sull'intimo processo di trasformazione che avviene nel corso dello spostamento di un'espressione creativa dal suo locus nascendi a nuovi luoghi o a nuovi media. [...] Analogamente, il giglio nella mano di una donna non è più semplicemente un giglio ma un'estensione decorativa della sua mano, del suo corpo (Moreno, 1946, pp. 87-88).

16. La tecnica dell'*amplificazione* è comunemente usata nelle sessioni di psicodramma per dare enfasi ad un ruolo, renderlo ben evidente (Boria, 2005, p. 104 e segg.).

suonare come un giudizio sulla loro verità soggettiva. In altre parole fornisce quella stessa sicurezza nel rapporto e nel contesto che permette al bambino di agire i propri ruoli esplorativi e soddisfare il proprio bisogno di alterità (De Leonardis, 1994).

Giova riportare a questo punto la conclusione della storia di Barbara:

Dopo la scena Barbara era stellante di gioia, abbracciò Georg e se ne andarono a casa in estasi. Da allora in poi lei continuò a recitare in questi ruoli della più bassa risma. Georg venne a trovarmi il giorno dopo. Capì immediatamente che questa era terapia (Moreno, 1946, p. 65).

In seguito alla sperimentazione in scena di questo nuovo ruolo, Barbara, durante le scenate furiose a casa, ha dei momenti in cui si ricorda di aver fatto la stessa cosa sul palcoscenico, e ciò le permette di attivare il proprio Io-osservatore ed approfondire la consapevolezza di se stessa mediante l'ormai doppio ruolo di persona orrenda a casa e persona orrenda sul palcoscenico.

Un altro esempio "storico" di rottura del copione avviene nel 1911 quando, durante una scena al Kinderbuehne rappresentante le imprese di Zaratustra, l'attore che impersona il profeta persiano viene bruscamente interrotto da uno spettatore che gli rinfaccia la sua mancanza di spontaneità nella rappresentazione del ruolo codificato che gli è stato assegnato. L'attore, colto di sorpresa dall'azione dello spettatore, dopo un breve scambio di battute, esclama rivolto al drammaturgo, nel frattempo intervenuto sulla scena:

Possano rientrare nel tuo cuore nero che li ha generati come un padre tutti i personaggi di tutti gli eroi da palcoscenico. Perché lasci che la tua follia mi entri nel sangue e nel corpo? Fai tu l'attore per te stesso, fai la parte di te stesso (p. 85).

Da questo momento, da questa improvvisa e sorprendente rottura di un copione da parte di uno spettatore che non vuole più essere solo spettatore, nasce per Moreno l'intuizione che lo porta a sviluppare il teatro della spontaneità e, in seguito, lo psicodramma.

La rottura del copione nella pratica: l'interruzione brusca di un discorso

Veniamo dunque alla rottura del copione come si presenta durante la sessione di psicodramma. Come già detto, la sorpresa è uno strumento utilizzato largamente in ogni fase della sessione di psicodramma: se essa e la curiosità dei membri sono equilibrate, e il contesto è percepito come sicuro, la spontaneità porta alla produzione di una risposta creativa alle consegne del direttore; ma la reazione più comune identificata da Moreno è quella ansiosa che, tra le varie manifestazioni che ha, si può concretizzare nella riproposizione di un ruolo stereotipato, un copione. Nella società occidentale, molto orientata verso la valorizzazione delle qualità cognitive rispetto a quelle emotive, spesso questo copione è quello di un racconto, così come è ben radicato nella memoria, o nelle spiegazioni o razionalizzazioni. Ciò è particolarmente vero quando l'individuo, in una situazione potenzialmente ansiogena come l'espressione di sé o l'esplorazione di zone poco conosciute della propria psiche, è invitato a mettere in atto ruoli dalle forti componenti verbali, come durante la verbalizzazione, l'intervista o quando deve esprimere una battuta durante una scena.

Il direttore interviene abitualmente sulle persone ad interrompere i "discorsi" che hanno già una compiutezza nella mente, ed a fare in modo che queste si muovano invece alla ricerca ed alla scoperta di ciò che per loro è incompiuto, oscuro, vagamente percepito, non chiaramente pensato (Boria, 2005, p. 155).

Il conduttore del gruppo, in quanto direttore e non "colloquante", ha l'incarico di far accadere eventi, non di far raccontare. È questo il motivo per cui, quando si manifesta un copione come questo, egli interviene, riportando l'attenzione del partecipante sulla propria consegna e distogliendola dal "filo del discorso" che aveva intrapreso.

Il direttore interviene molto spesso a interrompere (un suo modo tipico è lo "Stop!") ponendo un'altra domanda che orienti la mente su qualcosa di "altro" che può essere portato alla coscienza, arricchendo o cambiando un pensiero già confezionato che potrebbe essere utilizzato come schema rassicurante e anche come schermo per non andare al di là del già noto (*ibid.*).

Tale interruzione avviene spesso tramite la stimolazione di altri ruoli: è il caso ad esempio di quando, durante una verbalizzazione, il direttore doppi il partecipante che invece di reagire alla consegna mette in scena un ruolo mentale, giudicante o dai toni

assoluti ed immutabili (“io sono fatto così”, “è sempre andata così”); oppure quando, durante la presa in carico del protagonista, il direttore nota una difficoltà a parlare spontaneamente, e propone al protagonista di parlare muovendosi per il palcoscenico (attivando cioè un ruolo psicosomatico non direttamente collegato con ciò che sta avvenendo); oppure ancora durante l’intervista esistenziale, quando si fanno domande molto precise e, non appena si ottiene la risposta, si cambia rapidamente argomento.

Il rapido passaggio da un argomento all’altro, il cosiddetto “saltare di palo in frasca”, il favorire un flusso di immagini per via analogica piuttosto che logica, sono tutti modi per indurre le persone a rinunciare al copione già tanto abitualmente rimuginato ed affermato nelle situazioni di vita quotidiana (*ibid.*).

Anche le continue e ripetute inversioni di ruolo, intervallate dagli “stop!”, che sembrano mettere in scena un “botta e risposta” e una situazione interdipendente, servono invece a scardinare un copione, decentrando e disorientando continuamente il protagonista alla ricerca di una verità nuova che emerga spontaneamente.

Il fatto che questo vorticoso cambio di ruolo o semplicemente di punto di vista non generi ansia è dovuto alla peculiare sensazione di sicurezza generata dal contesto della sessione di psicodramma: durante la presa in carico del gruppo o del protagonista, il direttore si fa garante che ciò che avverrà, sebbene possa essere ignoto, spaventoso o doloroso, non porterà danno a nessuno. In ogni consegna, attraverso il linguaggio non verbale del direttore e nelle regole della circolarità, simmetria e sospensione della risposta, riecheggia quel “ho fiducia in te” che Moreno rivolse a Barbara e che le permise di esplorare sulla scena un ruolo che mai avrebbe accettato come possibile, se non espresso in maniera nevrotica e fuori dal suo controllo consapevole.

Attraverso le molteplici rotture del copione il direttore ottiene un duplice effetto: in primo luogo riscalda sempre di più il gruppo o il singolo membro, nella sua totalità psicosomatica, ad esprimersi al di fuori della stereotipia; in secondo luogo trasmette il messaggio che, ovunque il processo porti l’individuo, il direttore lo accompagnerà e contribuirà a rendere quel *locus* un *locus* sicuro.

L'inversione di ruolo

Forse la più rilevante rottura del copione che avviene durante una sessione di psicodramma è l'inversione di ruolo.

Essere calati nei panni di un altro, dopo un adeguato processo di riscaldamento alla spontaneità e la mobilità interiore, produce vissuti ed immagini che presentano aspetti di novità e di compiutezza che spiazzano anche le strutture mentali più irrigidite (*ibid.*).

Questa è insieme una tecnica utilizzata dal direttore e una funzione che il partecipante sperimenta, decentrandosi dal proprio abituale punto di vista per giocare un ruolo diverso dal proprio, tipicamente il proprio controruolo o un ruolo da testimone in una situazione di semirealtà. Essendo un procedimento insolito nella vita quotidiana, è necessariamente preceduto da un buon riscaldamento: se questo non avviene l'inversione di ruolo risulta essere una sorta di bizzarro gioco mentale, senza la possibilità che il decentramento percettivo avvenga sul serio. Se invece l'individuo è sufficientemente riscaldato, avviene la condizione sorprendente di trovarsi all'improvviso ad interpretare un ruolo diverso dal proprio, rompendo così il copione che si sarebbe messo in atto in quella determinata situazione.

Grazie all'inversione di ruolo il protagonista gioca la parte di un altro, obbligandosi in tal modo a mantenere il suo *io-osservatore* costantemente decentrato rispetto al suo *io-attore* e facendo sì che quest'ultimo non agisca in un modo qualunque, ma in conformità alla parte assegnatagli. A sua volta questi, quando sia immerso nell'azione, non potrà evitare azioni nuove e spontanee di cui il suo osservatore dovrà prendere coscienza e fare tesoro. La ricchezza di questa funzione scaturisce proprio dalla sua idoneità a far cogliere all'osservatore "nuove verità", aggirando e superando in modo naturale blocchi emotivi e pregiudizi cognitivi anche cristallizzati (Boria, 2005, p. 100, corsivo dell'autore).

Si può dire che l'io-attore sia quindi vincolato ad un ruolo diverso dal solito, e proprio per questo spiazzato e sottoposto alla sorpresa. In questo stato l'individuo in inversione di ruolo dovrà "reinventarsi", creando un ruolo nuovo.

D'altronde, è esperienza comune per un direttore di psicodramma notare che basta da parte sua una semplice indicazione per promuovere l'azione dell'individuo riscaldato in inversione di ruolo: è come se quest'ultimo, vedendo di fronte a sé la possibilità di un'espressione nuova di sé, per quanto difficile ed emotivamente faticosa possa essere,

“scalpiti” alla prospettiva di agire, ed attenda solo il permesso di poter esplorare quel nuovo ruolo, come Barbara aspettava solo il permesso esplicito di Moreno per mettere sulla scena del teatro della spontaneità la donna volgare al posto della donna angelicata.

LA DIALETTICA CURIOSITÀ-SORPRESA IN ALCUNI MOMENTI SPECIFICI DELLA SESSIONE PSICODRAMMATICA

Il riscaldamento

Quando in psicodramma si parla di riscaldamento si può fare riferimento a due diversi elementi: il riscaldamento come processo e il riscaldamento come fase della sessione di psicodramma.

Il processo di riscaldamento è il fenomeno per cui viene liberata la spontaneità in vista dell'atto creativo. Esso è trasversale alle fasi di una sessione di psicodramma e può essere considerato una funzione di gran parte delle scelte registiche volte ad ottenere una catarsi integrativa. In altre parole, le attività proposte al gruppo e al protagonista, comprese le interviste, la costruzione e il popolamento della scena e la stessa azione nelle prime scene esplorative hanno lo scopo precipuo di stimolare l'individuo a liberare la spontaneità, in vista del momento integrativo.

Possiamo schematicamente concepire la rappresentazione psicodrammatica distinta in due fasi. La prima di esse comporta un graduale aumento della tensione psichica del protagonista fino ad un punto massimo; la seconda è un processo inverso che porta alla detensione. La prima costituisce il "riscaldamento", la seconda la "catarsi". [...] Il livello di riscaldamento raggiunto [determina] la qualità e l'entità della catarsi. Se non c'è sufficiente riscaldamento, non c'è catarsi. Bisogna anche guardarsi dai riscaldamenti troppo rapidi, in quanto portano ad una caduta altrettanto rapida della tensione, con un'abreazione che non ha valore catartico in quanto lascia l'individuo svuotato, precludendogli la possibilità di un'azione successiva che conduca all'integrazione (Boria, 2005, p. 102).

Integrando queste parole con quanto detto sinora, si può dedurre che la gran parte delle attività proposte dal direttore vertono a modificare gradualmente l'equilibrio di curiosità e sorpresa, in modo che la spontaneità, di cui la prima costituisce il prodromo necessario, possa liberarsi sempre di più in vista della "sorpresa finale" del momento integrativo.

È anche opportuno sottolineare come anche il direttore debba riscaldarsi al suo ruolo, in modo da entrare in una relazione telica, vitale e personale con il gruppo e con il protagonista. Anche le consegne vanno viste come piccoli atti creativi che il direttore

propone col fine di promuovere accadimenti volti ad una sempre maggiore liberazione di spontaneità nel gruppo. Sarebbe impensabile ipotizzare un elenco di consegne “standard” da somministrare al gruppo sulla base di un’astratta concezione di esso, fatte salve alcune formule e “trucchi del mestiere” che ogni direttore ha nel proprio bagaglio personale, e che tuttavia devono essere sempre utilizzati in maniera adeguata alla situazione in corso.

La fase di riscaldamento di una sessione psicodrammatica è invece il momento preliminare alla scelta del protagonista o al “lavoro centrale” in una sessione di lavoro con il gruppo¹⁷.

Il riscaldamento è strumentale rispetto all’azione psicodrammatica: esso ha lo scopo di mettere in circolazione energie ed emozioni, creando nel gruppo un clima che renda possibile alle singole persone il prendere la decisione di inoltrarsi come soggetto in una situazione strutturata in modo da esplorare i propri sentimenti interpersonali, i propri conflitti interni, il proprio dolore, la propria gioia (p. 36).

Subito prima della fase del riscaldamento il direttore ha il compito molto importante di interfacciarsi e “leggere” la *matrix* gruppale così come si presenta in libertà: può così iniziare a comprendere le contingenze in atto (assenze, ritardi, particolari tensioni determinate da eventi esterni alla sessione, ecc.), i bisogni del gruppo e dei singoli e lo stato di curiosità già presente¹⁸. A questo punto egli dovrà calibrare le proprie consegne tenendo presente gli scopi di questa fase del lavoro:

- Creare uno stacco fra il vissuto con cui i componenti arrivano al gruppo ed il “qui ed ora” del gruppo stesso;
- Far emergere e rinforzare i legami di *tele* nell’ambito del gruppo;
- Provocare l’emergere di un protagonista e far sì che nel protagonista prenda corpo la percezione di una realtà conflittuale;
- Favorire il crearsi di un gruppo che si costituisca come mondo ausiliario e possa

17. La concezione di “fasi” in una sessione di psicodramma va intesa in senso semplificatorio, poiché la distinzione non è sempre netta, specialmente quando il lavoro che il direttore intende proporre non abbia la cesura determinata dalla scelta del protagonista.

18. Alcuni dei segnali su cui può basarsi il direttore per effettuare questa lettura sono stati presentati nel capitolo precedente.

essere di sostegno nel lavoro tecnico (Io ausiliario, doppio, specchio, ecc.) durante la rappresentazione psicodrammatica, dando origine a quella “forza del gruppo” utile per l’azione di accudimento e di stimolo al singolo individuo;

- Attivare, attraverso l’uso del corpo, un’azione mediatrice tra emotività e razionalità, tra processi primari e processi secondari;
- Proporre delle situazioni di regressione non ansiogene e a dinamica non colpevolizzante (p. 36-37).

Uno dei risultati di questo lavoro sarà quello di stimolare la curiosità verso l’immediato futuro del gruppo, sia esso la consegna successiva nell’ambito della stessa attività o un’attività successiva. Se il processo di riscaldamento di questa fase sarà stato portato ad un livello ottimale (e non eccessivo), al momento della scelta del protagonista vi sarà qualcuno la cui curiosità sarà stata sufficientemente alimentata da avere il desiderio di esplorare qualche parte conflittuale, e potenzialmente portatrice di novità, di sé.

Subito dopo la valutazione dello stato iniziale del gruppo e dopo l’eventuale aggiornamento¹⁹, il direttore inizia a dare al gruppo le sue consegne per iniziare l’attività di riscaldamento. Per essere efficaci, senza considerare la specificità del gruppo cui sono rivolte in quel preciso momento, esse devono in linea di massima essere piacevoli, onde creare un clima di sicurezza, bilanciare attentamente curiosità e sorpresa e coinvolgere i ruoli psicosomatici da soli o integrati nella totalità dell’individuo.

Il nostro studio sperimentale del processo di liberazione, che suscita l’azione, ci ha portato a osservare quelli che abbiamo chiamato indicatori della liberazione della spontaneità. Questi indicatori sono di ordine fisiologico, non psichico [...] Abbiamo potuto osservare che se alcuni fenomeni espressivi, come una respirazione precipitata o irregolare, si manifestavano nel soggetto senza che questi perseguisse una idea predeterminata, si risvegliavano comunque in lui certe vaghe tendenze emozionali. (Moreno, 1953, p. 178).

19. Il momento dell’aggiornamento segue o precede la fase di riscaldamento, sulla base di diversi criteri: il bisogno del gruppo di ritrovarsi dopo una lunga assenza, temi che emergono spontaneamente prima dell’inizio ufficiale della sessione, una situazione di bassa energia che ha bisogno di essere “scossa” fin da subito, ecc. Esso può anche essere parte integrante del riscaldamento, se condotto con modalità diverse dalla semplice verbalizzazione degli accadimenti, ed ha una funzione riscaldante per il suo focalizzare l’attenzione dei membri l’uno sulle parole dell’altro.

Dalle parole di Moreno si comprende l'importanza della stimolazione dei ruoli psicosomatici: nella storia evolutiva del bambino essi sono i primi a svilupparsi, tanto da essere centrali nel fenomeno della "fame d'azione" citato precedentemente, ed inoltre essi costituiscono la risposta più istintiva ad una situazione sconosciuta, sia per quanto riguarda lo sviluppo di un atto creativo (ruoli esplorativi) sia come manifestazione d'ansia (trattenere il fiato, fuga, paralisi ecc.). Siccome la vita adulta e la società moderna mettono molta enfasi negli attivatori mentali e nell'utilizzo cristallizzato delle capacità psicologiche dell'individuo (memoria, intelligenza, ecc.), e siccome il processo di riscaldamento mira per definizione alla liberazione della spontaneità, appare evidente la necessità di svincolarsi dall'utilizzo di attivatori troppo noti agli individui: ciò pone i partecipanti in una situazione di sorpresa che, se ben calibrata, stimola a sperimentarsi in maniera olistica, partendo proprio dai ruoli psicosomatici, attivatori fisici naturalmente predominanti in una situazione nuova e al contempo tipicamente poco cristallizzati nella conserva culturale.

Per essere eseguito nel migliore dei modi, ogni ruolo ha bisogno di focalizzarsi e di prendere l'avvio con un diverso gruppo muscolare che, durante l'esercizio, sostiene molti sistemi ausiliari. [...] Attraverso il processo di riscaldamento vengono fatti esprimere molti ruoli che l'individuo vive raramente, o mai, nella sua routine giornaliera e che anche nei sogni notturni e diurni vengono appena sfiorati di rado (Moreno, 1946, p. 295).

[...] L'attività di riscaldamento risulta tanto più efficace quanto più contiene, nel suo sviluppo, elementi di sorpresa che invitano ad abbandonarsi all'azione che si va svolgendo piuttosto che preparare in anticipo specifiche risposte (Boria, 2005, p. 37).

Il lavoro con il protagonista: aspetti generali

Come detto il riscaldamento come processo prosegue per tutto il lavoro col protagonista. Quando la scena è per buona parte vincolata dagli eventi reali (tipicamente si tratta di scene esplorative) la dialettica curiosità-sorpresa si manifesta principalmente attraverso l'inversione di ruolo, che avrà la funzione (decentramento percettivo) di presentare lo stesso evento da un diverso punto di vista, suscitando vissuti nuovi. Allo stesso modo l'utilizzo della balconata, che ha un valore più tipicamente integrativo, permette di rivedere la scena completa, con le eventuali variazioni suggerite

dall'intenzione del direttore, nei propri panni ma da un punto di vista esterno alle dinamiche in scena, cosa di per sé insolita e potenzialmente portatrice di novità nell'esperienza psichica del protagonista.

È necessario tenere conto che, al momento dell'inizio del lavoro col protagonista, quest'ultimo sarà dotato di una certa dose di curiosità verso il proprio mondo interno, derivatagli dal riscaldamento avvenuto in precedenza. Il direttore deve tenere ben presente questa caratteristica nell'impostare il lavoro, poiché essa costituirà la "carica" emotiva di partenza con cui il protagonista affronterà la situazione che gli sarà proposta. Un protagonista ben riscaldato sarà desideroso di esplorare il proprio teatro interno, per quanto possa essere al contempo spaventato da ciò che vi troverà, ed un direttore parimenti riscaldato dovrà avere cura che questo desiderio non sia frustrato, né che la paura prenda il sopravvento. Mi riferisco a questo quando, nel capitolo precedente, parlo di un'attenta calibratura tra la curiosità e la sorpresa: il direttore non dovrà proporre delle situazioni troppo sorprendenti, insolite, senza una previa preparazione, altrimenti l'ansia dell'ignoto sovrasterà il desiderio di conoscenza e la sensazione di sicurezza che il contesto psicodrammatico fornisce. È questa la ragione della gradualità dei "sette gradini" di cui parla Boria (2005, pp. 163 e segg.): pur tenendo conto che l'intento della rappresentazione scenica sarà quello di mettere a fuoco un sentimento ed integrarlo nella totalità del Sé del protagonista, il direttore non potrà accelerare il passaggio da un gradino all'altro, ma anzi dovrà aspettare ed aiutare l'individuo a sentirsi sufficientemente spontaneo in un dato passaggio (la relazione privilegiata con lui, il ritorno ad un determinato tempo e ad un determinato spazio, e così via), sufficientemente sicuro, prima di proporgli qualcosa di nuovo.

Allo stesso modo, se percepirà un adeguato livello di riscaldamento, non dovrà esitare a proporre la novità che ha in serbo per il protagonista, altrimenti la curiosità di quest'ultimo sarà frustrata²⁰ e la sua spontaneità evaporerà, trasformando la scena psicodrammatica in una semplice rappresentazione cognitiva priva di contenuto emotivo e di potenzialità da sfruttare. Probabilmente il direttore stesso percepirà la propria

20. Si ricordi che il metodo dello psicodramma, a differenza di altre forme di psicoterapia, deriva la propria forza dal piacere della messa in gioco e della scoperta, e non dalla frustrazione di un desiderio mai soddisfatto ma analizzato.

spontaneità dileguarsi e si sentirà avvinto in un gioco dettato dalla necessità del rapporto causale, senza riuscire a trovare intuizioni per sbloccare una situazione che sembra non dare spazio alla possibilità del nuovo.

Anche se il protagonista in questo momento è al centro dell'attenzione, il direttore non dovrebbe dimenticarsi degli altri membri del gruppo, che sono comunque individui e, oltre a fungere eventualmente da Io ausiliario, costituiscono il pubblico della scena, la cui funzione non deve essere sottovalutata. Essi infatti sono i testimoni di ciò che avviene sul palcoscenico e fanno sì che il protagonista si assuma la responsabilità di ciò che dice e fa: è un'esperienza emotiva diversa infatti pensare ad un problema e verbalizzarlo di fronte a qualcuno che ascolta in un contesto di accettazione e rispetto.

Il soggetto è sempre vissuto nel mondo in maniera più o meno anonima, ma non è mai vissuto "di fronte" al mondo. Molte enfasi del suo gioco drammatico possono essere attribuite al fatto che è presente un pubblico. [...] La presenza del fattore pubblico accresce la gamma di reazioni che si possono provocare in un soggetto sul palcoscenico, e fornisce al regista il materiale strategico per l'analisi (Moreno, 1946, pp. 331-332).

Oltre a questo, i compagni del protagonista possono intervenire quando lo vedono in difficoltà, doppiandolo o amplificando i contenuti che ricevono come Io ausiliari. È evidente che se la loro curiosità riguardo la scena viene lasciata languire la sessione perderà un importante elemento di valore, e persino il momento della partecipazione sarà scarno di contenuti e poco significativo per il co-conscio e il co-inconscio grupppale, oltre che per il protagonista stesso e i suoi compagni.

Ciò non significa naturalmente che la rappresentazione debba diventare uno spettacolo a beneficio del pubblico, ma per salvaguardare il benessere di tutti e non solo del protagonista il direttore dovrà osservare i segnali di attenzione e spontaneità dei membri: notando i loro bisogni (andare in bagno, sedersi, assumere una postura più comoda quando la scena è congelata, ecc.) e stimolandoli direttamente con consegne gestuali o sussurate all'orecchio per aiutarli ad interpretare meglio il ruolo che gli è stato assegnato, egli trasmetterà loro la sensazione che continuano ad essere importanti e presenti nel gruppo anche se non sono stati scelti come protagonisti, con ciò alimentando il clima diffuso di sicurezza, attenzione e curiosità che garantisce uno svolgimento ricco per la sessione.

Il lavoro con il protagonista: scene slegate da eventi fattuali

Un discorso a parte meritano le scene che non hanno un contenuto fattuale nella storia del protagonista, e garantiscono perciò un grado di libertà esplorativa e di rischio sensibilmente maggiori: libertà esplorativa perché, chiaramente, non esiste il vincolo del ricordo e della sua riattuazione; rischio perché, essendo slegate da eventi realmente avvenuti, richiedono al direttore molta attenzione e sensibilità rispetto le emozioni che muovono ed un'accurata calibratura della dialettica curiosità-sorpresa per essere efficaci. In questi casi l'elemento sorpresa è preponderante fin da subito nel contesto del gruppo, talvolta fin dall'ultima parte del riscaldamento, in cui è richiesto ai membri di dare libero sfogo alla propria fantasia creativa.

Con questo tipo di scene non si tratta più di sperimentare la novità di un punto di vista diverso su un evento accaduto, oppure sue eventuali variazioni realistiche, ma di esplorare una dimensione fantastica e simbolica che, filosoficamente ed esteticamente, rappresenta l'ignoto definitivo, quello interno alla psiche umana. Ci si addentra in un luogo altamente carico di significati simbolici, velati da un significante apparentemente assurdo, ma che va preso con assoluta serietà in quanto frutto sintetico ed analogico del teatro interno del protagonista. Va da sé che questo tipo di scene non sia rappresentabile in ogni sessione: la qualità e l'intensità dei vissuti che trasporta e l'alto livello di curiosità e di spontaneità necessario alla sua produzione fanno sì che esso difficilmente sia adatto con gruppi poco riscaldati.

È necessaria una certa dose di cautela nel condurre questo tipo di scene, per evitare che un'eccessiva focalizzazione sul significante porti a perdere il significato, oppure che un disvelamento troppo rapido tolga al protagonista il piacere e il brivido di esplorare il proprio mondo simbolico. Allo stesso tempo non bisogna perdere il ritmo della scena cercando di esacerbare subito ogni possibile significato celato dietro i significanti,

poiché il rischio è di scivolare nel cognitivo e di perdere la carica emotiva che alimenta la curiosità e la spontaneità del protagonista²¹.

Nel caso in cui la scena rappresenti un sogno, ci si trova di fronte ad una sorta di ibrido tra scene fattuali e non fattuali: in molti casi si rappresenta in uno spicchio il protagonista addormentato o in procinto di addormentarsi, ruolo che fungerà da riscaldamento, tramite un soliloquio sugli ultimi pensieri prima che cali il sonno, per la scena onirica vera e propria. Successivamente si rappresenta il sogno così come si è svolto, come una qualsiasi scena realistica ma, prima del disvelamento che apparenta questa strategia con quelle non fattuali, il direttore spesso chiede al protagonista di proseguire il sogno: ecco l'elemento nuovo, di cui il lavoro precedente costituisce un riscaldamento e un alimento per la curiosità che permette questa esplorazione.

In tutti questi tipi di scene, quando l'esplorazione è stata giudicata ottimale dal direttore, di solito segue una fase di disvelamento, che può preludere o costituire il momento integrativo del lavoro con il protagonista. È questo un ulteriore momento di sorpresa da esplorare nei suoi ruoli e nelle sue dinamiche, precedentemente adombrati dal simbolo ed ora divenuti prepotentemente presenti sulla scena e incarnati da persone reali.

21. Una raccomandazione che spesso si sente dare agli allievi psicodrammatisti è quella di lasciare il protagonista "insaturo", ovvero di non portarlo a conoscere estensivamente tutto di un determinato elemento psicologico presente sulla scena. Questa scelta ingegnosa mira a fornire, nel momento giusto, quella "frustrazione ottimale" che mantiene la curiosità del protagonista viva ed attiva anche al termine della scena o della parte della scena appena terminata, in maniera che la spontaneità sia ancora in movimento e permetta al protagonista di mantenersi attivo e creativo, anche se non necessariamente cosciente di ciò che sta accadendo, nei confronti del proprio teatro interno e dei suoi significati. È chiaro che il concetto di "frustrazione ottimale" ben si attaglia alla dialettica curiosità-sorpresa fin qui esposta: una frustrazione troppo bassa soddisfa pienamente la curiosità del momento, rendendo "noiosa" e non spontanea un'ulteriore esplorazione; una frustrazione eccessiva genera il fastidio di non aver potuto esplorare quell'elemento nebuloso che si è solo intravisto, e quindi la sensazione che "non valga la pena" impegnarsi ulteriormente

Il lavoro col protagonista: il decentramento circolare

Esiste una strategia denominata “decentramento circolare” il cui scopo è la

messa in scena di relazioni fra persone in un contesto nuovo e inatteso, creato lì per lì dal direttore. [...] Qui vedremo interagire delle persone che nella realtà hanno delle relazioni significative ma che sulla scena vengono fatte interagire all'interno di una situazione inedita (Boria, 2005, p. 191).

Vi sono almeno due elementi che caratterizzano questa strategia nei termini della dialettica curiosità-sorpresa. In primo luogo, gli altri significativi chiamati sulla scena non appartengono ad uno stesso ambiente nel momento della rappresentazione, anzi si auspica che appartengano a contesti diversi della vita del protagonista. Essi quindi potrebbero anche non conoscersi nella sua vita, ma si troveranno comunque ad interagire tra di loro sul palcoscenico, costituendo ciò un evento inedito nell'esperienza del protagonista.

La presenza di molti altri significativi sulla scena e di un solo stimolo iniziale da parte del protagonista (una singola battuta, un ruolo, una postura, un *leitmotiv* ecc.) porta una gran quantità di materiale potenzialmente esplorabile: con un riscaldamento adeguato, il protagonista sarà molto desideroso (e timoroso) di entrare in contatto con ciò che si annuncia con la sola loro presenza sul palcoscenico.

Un secondo aspetto insolito del decentramento circolare è il fatto che il protagonista, dopo aver fornito all'alter ego la battuta *starter* dell'interazione, sarà costantemente in inversione di ruolo con uno degli altri significativi, attivando numerose polarità ruolo-controruolo che saranno di volta in volta ascoltate da un testimone, il quale diverrà il ruolo di una nuova polarità relazionale. Lo stato di relativa confusione generato dal decentramento continuo, se ben gestito dal direttore, consentirà al protagonista di alimentare la propria spontaneità ad ogni interazione, fino al momento in cui, tornato nei propri panni, ascolterà le interazioni di cui è stato argomento e sarà pronto per l'integrazione finale.

Questo modo di procedere offre svariate e inusuali opportunità di decentramento percettivo: esso risulta particolarmente efficace per la rottura del copione e per facilitare l'accesso a ruoli spontanei (p. 192).

Durante questa attività la stimolazione è fluida, lo *starter* che viene dal protagonista attiverà solo la prima interazione, che a sua volta fungerà da *starter* a quella successiva e così via, finché il direttore non avrà ritenuto che sia emerso abbastanza materiale da rendere significativo il suo ri-ascolto da parte del protagonista nei propri panni. Quest'ultimo è molto stimolato, sia fisicamente dal continuo spostarsi sul palcoscenico, sia psicologicamente dal continuo entrare in e uscire da ruoli diversi. Sono perciò necessari un'attenta valutazione da parte del direttore sull'opportunità o meno di utilizzare questa strategia²² e un consono riscaldamento del protagonista, in fase di popolamento della scena, affinché siano scelti degli altri significativi adeguati ad interagire nella complessità del panorama psichico dell'individuo in quel momento. Nel caso la curiosità del protagonista non sia adeguatamente sostenuta ad ogni cambio di interazione triadica, ne risulterà un lavoro non ricco quanto avrebbe potuto essere se svolto in un momento più opportuno.

L'integrazione

Uno degli scopi cardine dell'azione scenica di una sessione di psicoterapia psicodrammatica è quello di focalizzare un elemento centrale della vita psichica del protagonista, isolandolo ed evidenziandolo rispetto allo sfondo e rappresentandolo in ogni suo aspetto, non solo in quello intellettuale.

Avviata la rappresentazione, intento del direttore è quello di far procedere le cose in modo che il protagonista riesca a mettere a fuoco un sentimento centrale connesso al suo trovarsi in quella situazione (p. 169).

22. O una strategia simile: le strategie riportate da Boria nel suo libro sono infatti concepite come delle "scalette" utili per i formandi in psicodramma e non vanno intese come strutture rigide di lavoro da ripetere qualora sia necessario. Il decentramento circolare concretizza una scena in cui ciò che avviene è sensibilmente diverso da una "tipica" sessione di psicodramma. Esso è sostanzialmente caratterizzato dal continuo decentramento del protagonista e da ripetute interazioni triadiche ruolo-controruolo-testimone che hanno il protagonista come argomento, e non come elemento. Ciò che dico riguardo il decentramento circolare è pertanto riferibile a qualsiasi scelta registica che abbia queste caratteristiche.

Una volta fatto questo, il passo successivo viene denominato integrazione, ed è presente in una forma o in un'altra in qualsiasi lavoro psicodrammatico.

Come detto riguardo il riscaldamento, anche in questo caso con il termine "integrazione" si può fare riferimento a un processo o a una fase della sessione di psicodramma.

Nel primo caso l'integrazione è il fenomeno per cui il protagonista sperimenta l'irruzione di qualcosa di nuovo nel proprio mondo psichico. Non si tratta in questo caso di una situazione nuova cui deve far fronte, ma di un'esperienza di scoperta e di creazione di un nuovo ruolo che integri in se stesso ciò che si è appena esperito. È il processo cui tende la curiosità, la conquista di quell'ignoto rappresentato dalle proprie potenzialità sconosciute, che coincide con l'atto creativo interno, il quale a sua volta corrisponde spesso con un'azione o una verbalizzazione, percepibile da tutti, sorprendente per la sua armonia e chiarezza. Spesso il protagonista stesso è stupito da ciò che è appena avvenuto, poiché in netto contrasto con l'abituale meccanicità dei ruoli cristallizzati che hanno caratterizzato la sua vita. Si tratta di una sorpresa piacevole, l'esperienza che, in questo caso, l'ignoto esplorato con curiosità può portare frutti soddisfacenti, nella forma del manifestarsi della propria spontaneità e della propria creatività.

Questo processo di integrazione coincide sostanzialmente con l'azione creativa e la liberazione della propria spontaneità, e pertanto è trasversale a tutta la sessione psicodrammatica e non limitabile ad essa: qualsiasi esperienza, dalla colazione al bar all'estasi mistica, è potenzialmente integrativa nel momento in cui il suo attore la mette in atto con spontaneità e creatività ed è in grado di riflettere su di essa, osservando come si inserisce nell'economia della sua persona e come la modifica con nuovi equilibri, nuove possibilità.

L'integrazione come fase della sessione psicodrammatica coincide con il sesto dei "sette gradini" descritti da Boria come fasi tipiche della sessione psicodrammatica.

La fase in cui ora ci troviamo è chiamata di integrazione perché mira a rendere questa tonalità affettiva [emersa dall'azione scenica] più armonicamente inseribile nella globalità delle percezioni e delle emozioni del protagonista. Se questo tono affettivo è già di per sé soddisfacente, la modificazione avviene nel senso di un'esaltazione del sentimento espresso, prima attraverso una più intensa partecipazione ad esso dell'io-

attore, poi attraverso la stimolazione dell'io-osservatore a guardarsi e ridefinirsi in quel momento positivo [...]. Se il tono affettivo è insoddisfacente, l'evento può essere modificato consentendo al protagonista di attualizzare un sentimento diverso, espressione del suo desiderio (p. 169-170).

Tipicamente questa fase è costituita da un soliloquio, da un incontro avente come argomento la scena precedente o da una nuova scena che in qualche modo completa l'avvenimento precedentemente rappresentato. Nel caso in cui questo evento sia portatore di una dimensione affettiva insoddisfacente, e necessiti quindi di una scena integrativa volta a far sperimentare un momento di soddisfazione oggettivamente in contrasto con quanto appena avvenuto, Boria raccomanda di sottolineare la dimensione semireale del contesto psicodrammatico, in modo che la cesura brusca che sta per avvenire non risulti incomprensibile ed artificiosa²³, ma motivata dalla necessità di sperimentare un ruolo attivo e piacevole (in una dimensione che viene chiamata di *plusrealtà* o *realtà del desiderio*).

Si può affermare che tutto il lavoro precedente costituisca un lungo processo di riscaldamento all'atto creativo rappresentato dall'emersione e verbalizzazione esplicita del sentimento centrale del protagonista, e che la fase di integrazione ne sia la riflessione dell'io-osservatore ed il successivo inserimento nella conserva culturale privata del protagonista (oltre che nel co-conscio, co-inconscio e conserva culturale del gruppo), da dove potrà diventare un nuovo spunto, uno stimolo per futuri atti creativi.

L'integrazione è di fatto la "sorpresa finale" del lavoro psicodrammatico, il contesto inedito che consente a tutta la curiosità alimentata dall'inizio della sessione fino a quel momento di convertirsi in spontaneità e in creatività nell'atto creativo dell'unione tra la propria personalità e i nuovi ruoli messi in atto precedentemente.

23. Si ricordi che un protagonista riscaldato, per quanto esperto nello psicodramma, sarà pienamente immerso nell'azione proposta dal direttore, e quindi impossibilitato a fare una riflessione tecnica su ciò che sta avvenendo. Il ruolo del direttore è anche quello di fornire e rendere comprensibile la cornice metodologica dello psicodramma, dando così la sicurezza necessaria al protagonista per esplorare liberamente e con curiosità il proprio teatro interno. In questo senso anche il direttore è un Io ausiliario o, come puntualizza Moreno, "Io super-ausiliario" (1946, p. 323).

La catarsi

Nel definire il proprio concetto di catarsi, Moreno parte dalla filosofia aristotelica, contesto nel quale il termine ha trovato la sua prima applicazione in campo teatrale, per poi integrarla con l'esperienza religiosa.

La catarsi, come concetto, fu introdotta da Aristotele. Egli usò questa parola per esprimere il peculiare effetto che il dramma greco aveva sui suoi spettatori. Nella sua *Poetica* egli sostiene che lo scopo del dramma è di purificare gli *spettatori* attraverso l'eccitazione artistica di alcune emozioni che funzionano come un tipo di sollievo dalle loro passioni personali. [...] L'altra strada muoveva dalle religioni dell'Oriente e del Medio Oriente. Queste religioni sostenevano che un santo, allo scopo di diventare veramente saggio, doveva compiere uno sforzo; innanzitutto doveva realizzare e salvare se stesso [...] Questi due sviluppi che precedentemente si sono mossi per sentieri indipendenti sono stati portati a una sintesi dalla concezione psicodrammatica di catarsi. Dai greci abbiamo preso il dramma e il palcoscenico, dagli ebrei la catarsi dell'attore. Lo spettatore è diventato egli stesso attore (Moreno, 1946, p. 48).

Boria (2005) amplia il ragionamento di Moreno distinguendo una catarsi abreativa da una catarsi integrativa. La prima è una reazione molto intensa, che corrisponde all'improvvisa liberazione dell'energia psichica fino a quel momento incapsulata dai ruoli cristallizzati dell'individuo. È caratterizzata da una rapida detensione emotiva accompagnata da manifestazioni somatiche incontrollabili (pianto, riso, agitazione motoria, pallore ecc.), seguite da uno stato di spossamento.

La catarsi di abreazione ha il significato di sblocco immediato che libera cariche emotive e modalità di espressione sinora inibite, che sconvolge un campo percettivo preesistente, che predispone ad un lavoro successivo di comprensione e riadattamento della propria struttura psichica. Il valore curativo dell'abreazione è perciò effimero, se questa non è seguita dal processo di integrazione (p. 102).

Da queste parole si capisce che, per quanto l'abreazione contribuisca a creare quel campo di novità atto ad incanalare la spontaneità attraverso la brusca dissoluzione del ruolo cristallizzato, da sola non basta a costituire un atto creativo. Non è nemmeno necessaria nell'economia del lavoro psicodrammatico, per quanto sia utile. Ciò che invece è indispensabile è la catarsi di integrazione.

La *catarsi d'integrazione* è molto più contenuta, non traspare dal comportamento, è fatta di sentimenti sfumati. [...] Qui, a differenza della catarsi di abreazione in cui il

soggetto si vede soverchiato dalle emozioni, l'individuo sente di contenere se stesso in un armonico intrecciarsi dei processi psichici primari e di quelli secondari. Egli avverte una sensazione di pace e di benessere (*ibid.*).

La catarsi d'integrazione è parte integrante del processo d'integrazione visto in precedenza e ne costituisce la componente emotiva. Nello *status nascendi* dell'azione creativa sul palcoscenico, il protagonista è invitato ad attivare il proprio Io-osservatore per creare una nuova struttura armonica della propria personalità in cui inserire organicamente gli elementi emersi e vissuti sul palcoscenico. La sensazione di pace e benessere che accompagnano la catarsi integrativa derivano dalla sensazione di aver soddisfatto adeguatamente la propria curiosità ed aver trasformato la propria tensione creativa in un atto spontaneo, creando un nuovo ordine in quello spazio ignoto che, prima dello *status nascendi*, costituiva lo stimolo che insieme attirava e spaventava l'individuo. È la sensazione derivata dal percepirsi *potente*, cioè in grado di agire creativamente e non solo subire o mettere in atto un copione meccanico su cui non si ha influenza.

La catarsi è generata dalla visione di un nuovo universo e dalla possibilità di una nuova crescita (l'abreazione e il sollievo dell'emozione sono solo delle manifestazioni superficiali). La catarsi inizia nell'attore nel momento in cui egli esprime il proprio dramma, scena dopo scena, e culmina nel momento in cui viene raggiunta la svolta cruciale del suo destino (*peripéteia*) (Moreno, 1946, p. 75, corsivo dell'autore).

Nonostante la catarsi integrativa sia il punto focale dell'azione psicodrammatica con il protagonista, non bisogna dimenticare della cosiddetta *catarsi secondaria* o *passiva* che coinvolge il pubblico e gli Io ausiliari. Essi, rispecchiandosi nell'azione sul palcoscenico, hanno di fatto la possibilità di purificarsi, secondo la nozione aristotelica, dalle emozioni ingabbiate nei propri ruoli cristallizzati, partecipando in certa misura all'atto creativo del protagonista, ma anche realizzando la propria integrazione²⁴, a un livello meno intenso, ma nondimeno rilevante. Ciò si può notare nel momento della

24. Il processo integrativo del pubblico si avvale del carattere sorprendente dell'atto creativo del protagonista, di cui si è parlato in precedenza. Esso innesca anche per chi assiste al dramma la dialettica curiosità-sorpresa, che può portare potenzialmente ad una liberazione della spontaneità.

condivisione finale, che tra le sue funzioni ha quella di “piccola integrazione” per chi non è stato protagonista in quella determinata sessione.

I membri dell'uditorio, dunque, seguono gli eventi psicodrammatici e ne vengono coinvolti emotivamente. Il meccanismo psichico dell'identificazione agisce in alcune persone con una tale intensità da avere su di esse un effetto non soltanto catartico, ma anche chiarificatore di alcuni aspetti oscuri del proprio mondo emotivo: è come se queste osservassero se stesse sul palcoscenico ed ottenessero improvvise illuminazioni sulle proprie sindromi. Durante uno psicodramma, dunque, i benefici terapeutici vengono ottenuti non solo dal protagonista, ma anche dai membri dell'uditorio che sono impegnati in un costruttivo lavoro intrapsichico grazie ai processi identificatori: l'uditorio è esso stesso “paziente” (Boria, 2005, p. 87).

POSSIBILI LINEE DI INDAGINE SCIENTIFICA RIGUARDO I COSTRUTTI DI CURIOSITÀ E DI SORPRESA

Premessa

Nel corso di questo lavoro ho illustrato i due costrutti di curiosità e di sorpresa partendo da riflessioni derivate dalla mia esperienza nella scuola e nel tirocinio. Ciò significa che essi sono per la maggior parte frutto della mia personale sensibilità e del mio bisogno di definire meglio certi aspetti della pratica psicodrammatica che di solito sono lasciati per la maggior parte all'intuizione del singolo psicodrammatista. Tuttavia è senz'altro possibile che la definizione operativa di curiosità e di sorpresa che ho qui proposto abbia il proprio spazio nella conserva culturale cui afferisce lo psicodramma, tenendo conto che essa può essere considerata, oltre ad una limitazione della spontaneità, anche una parte della *matrix* da cui scaturiscono nuovi atti creativi.

Le ipotesi e le riflessioni che fin qui ho proposto permangono però al livello di meri ragionamenti individuali se non vengono condivise e approfondite da altri psicodrammatisti e convalidate dalla ricerca²⁵. In questo capitolo proporrò dunque alcune possibili modalità con cui approfondire l'indagine su questi costrutti, fermo restando il primato della sensibilità di ogni psicodrammatista nell'applicarli nel proprio lavoro clinico e scientifico: ad un lavoro che si basa sullo sviluppo e sull'addestramento alla spontaneità mal si adatterebbero delle "verità" date una volta per tutte: esse dovrebbero sempre essere sottoposte al vaglio della critica e alla modifica dettata dall'esperienza.

Troppo spesso noi psicodrammatisti siamo orientati al fare e poco al pensare, e questa è una forte mancanza da parte nostra, che ha portato lo psicodramma fuori dagli ambienti di pensiero, soprattutto quelli accademici (Guglielmin, 2013, p. 72).

25. Per una panoramica sullo stato dell'arte della ricerca nell'ambito dello psicodramma, si veda il contributo di Guglielmin (2013) riportato in bibliografia, sebbene esso si focalizzi sull'indagine dei processi terapeutici in atto piuttosto che sulla validazione operativa dei suoi elementi teorici.

Focalizzerò ora l'attenzione su alcuni possibili ambiti in cui approfondire la ricerca, in vista di una migliore comprensione dei costrutti stessi e delle loro relazioni con l'impianto teorico e metodologico dello psicodramma.

Il test di spontaneità

Moreno stesso inventò e descrisse un test nato con l'intenzione di valutare lo stato di spontaneità di alcuni individui. Esso si situa a metà tra un test psicométrico e un esperimento (Imbasciati, Margiotta, 2005), poiché sfrutta una situazione standardizzata cui vengono sottoposti i soggetti di un campione per valutare una caratteristica psicologica.

Il test di spontaneità ci permette di scoprire i sentimenti allo stato nascente. Mediante questo test il ricercatore può ottenere una migliore conoscenza delle autentiche reazioni che un soggetto può presentare nel corso della propria condotta, e osservare le azioni nel momento stesso in cui si compiono (Moreno, 1953, p. 177).

In questo tipo di test i soggetti vengono posti, uno alla volta, in una situazione realistica della loro vita e vengono fatti interagire con gli esaminatori che interpretano i controruoli richiesti dalla scena. Viene fatta la richiesta esplicita di comportarsi con essi come se si trattasse delle reali persone che rappresentano. Dopo una fase in cui gli individui si riscaldano alla situazione, viene proposto un cambiamento critico improvviso che innesca l'azione drammatica²⁶. A quel punto i soggetti reagiscono a tale cambiamento sulla base della propria spontaneità e gli esaminatori adattano il proprio comportamento alle loro risposte, tenendo in considerazione la necessità di non stravolgere la situazione drammatica prevista.

[...] l'esperimento mira a far entrare il soggetto, nella sua totalità, dentro la sua azione, ad accrescere il numero delle possibili combinazioni e variazioni e – ultimo ma non meno importante – a produrre nel soggetto un'elasticità tale che egli possa chiamare a

26. È da notare che lo stesso Moreno insista più volte sulla necessità che il soggetto del test sia preso di sorpresa dal cambiamento o dai cambiamenti proposti. In questo modo egli non potrà fare affidamento sulle proprie caratteristiche psicologiche cristallizzate, ma solo sulla spontaneità che è stata messa in movimento dal riscaldamento precedente.

raccolta qualsiasi quantità di spontaneità necessaria per qualsiasi situazione si trovi a dover affrontare (Moreno, 1946, pp. 186-187).

Tutta la scena (o le scene consecutive) viene osservata da collaboratori dell'esaminatore esterni ad essa, con lo scopo di valutare la spontaneità delle azioni dei soggetti, nei termini di adeguatezza alla situazione. Essi misurano la durata di tutto ciò che avviene durante il test e le relative latenze, oltre a riportare scrupolosamente ciò che viene detto e agito. Moreno lascia intendere che questi risultati siano confrontati a determinate scale di spontaneità ottenute confrontando le risposte di un campione significativo ed i ruoli tipici della comunità cui appartengono i soggetti, suggerendo quindi di valutare il "quoziente di spontaneità" in base alla loro posizione rispetto alla norma statistica e alla norma culturale.²⁷

Con continue prove ed errori si può ottenere un quadro di riferimento per tutte le situazioni e i ruoli possibili a individui normali o anormali, nei confronti delle quali possono essere esaminate e confrontate le situazioni della vita e i ruoli della vera comunità aperta (p. 193).

L'osservazione infine può essere integrata da una veloce intervista "a caldo" dei soggetti del test, in modo che il riscaldamento ottenuto dall'attivazione dei ruoli richiesti possa essere utilizzata anche per un impiego congruo dell'Io-osservatore.

Da quanto detto è chiaro che il test mira a valutare la spontaneità come "prontezza" ad agire in modo adeguato alla situazione proposta, senza snaturare il senso di una caratteristica psicologica la cui natura è quella di essere difficile da cogliere in termini di standardizzazione.

L'esistenza di questo strumento testimonia il desiderio di Moreno di conferire uno statuto di scientificità ai concetti fondamentali del suo lavoro, in modo che essi non

27. Rimane il dubbio su come comportarsi in questo contesto nei confronti di atti creativi che non collimino con la norma statistica o i valori culturali condivisi dalla comunità di provenienza dei soggetti del test. Un atto scoraggiato dal contesto sociale di appartenenza, che pure suscita benessere e senso di integrazione nell'individuo ed appare coerente in sé e con la situazione, può essere considerato spontaneo nell'ambito dell'applicazione del test? E un atto "ribelle"? Ciò implica un'attenta riflessione sul concetto di "adeguatezza alla situazione" presente nella definizione di spontaneità e sui suoi rapporti con la moralità, riflessione che esula dagli intenti di questo lavoro.

siano solo delle intuizioni filosofiche ma elementi condivisibili nell'alveo della ricerca scientifica psicologica. Ciò permette lo studio e il confronto interdisciplinare tra i costrutti moreniani e quelli appartenenti ad altri orientamenti psicologici, ferma restando la difficoltà a definire operativamente la spontaneità in un contesto sperimentale e psicometrico.

Valutazione del livello di sorpresa nel test di spontaneità

Siccome Moreno insiste molto sulla natura sorprendente, per quanto realistica, della situazione proposta nel test di spontaneità, appare utile, alla luce di quanto esposto in questo lavoro, soffermarsi ed applicare il costrutto della sorpresa a questo contesto e valutarne scientificamente l'impatto sulla produzione della risposta spontanea.

Stante l'ipotesi che la spontaneità in un determinato *status nascendi* è funzione della curiosità presente nella *matrix* e della sorpresa della situazione stessa, sembra necessario valutare in che modo la spontaneità si manifesta al variare del range di sorpresa. Si tratta quindi di somministrare il test di spontaneità ideato da Moreno con alcune modifiche che tengano conto di questo aspetto.

Si potrebbe ad esempio suddividere un campione di individui in gruppi con un paragonabile livello di spontaneità così come definito da precedenti somministrazioni²⁸ o da altri test, e sottoporre ciascun gruppo a variazioni del test in cui la situazione proposta è più o meno inattesa o diversa dalle precedenti. Si possono proporre situazioni di vita quotidiana senza alcuna variazione rispetto alle aspettative (ciò rappresenterebbe il grado minimo di sorpresa, corrispondente ad un continuo processo di riscaldamento che non sfocia mai in una situazione nuova), per arrivare fino a situazioni palesemente improbabili se non addirittura surreali, rammentando sempre il vincolo di agire come se si trattasse di una situazione reale.

28. A differenza di molti reattivi psicologici, che necessitano di molto tempo prima di effettuare una nuova somministrazione, la natura della spontaneità fa sì che il questo test possa essere ripetuto quante volte sia necessario, fatta salva le considerazioni fatte più avanti.

Ciò dovrebbe ipoteticamente evidenziare un range di sorpresa entro il quale il riscaldamento iniziale può suscitare una risposta spontanea e creativa, al di sotto del quale si manifesterebbe una risposta annoiata o delusa, ed al di sopra del quale gli individui risponderebbero in maniera turbata o uscendo dalla semirealtà (ovvero non reagendo). Ripetendo questa variazione nei vari gruppi a diversi livelli di spontaneità dovrebbe essere possibile indagare sulle correlazioni tra i due costrutti.

Vi sarebbero quattro ostacoli a questa procedura:

- in primo luogo, la spontaneità per sua natura non è stabile, per cui non è esattamente prevedibile la capacità di riscaldarsi di un dato individuo in un dato momento, nonostante precedenti valutazioni;
- in secondo luogo, per quanto si cerchi di fornire una situazione il più standardizzata possibile, una situazione può risultare eccezionale per qualcuno ma abitudinaria per altri, sulla base della storia di vita del soggetto e sulle sue caratteristiche e sensibilità²⁹;
- in terzo luogo, non si può ignorare un certo effetto di “assuefazione” alla prova, poiché una ripetuta esposizione alle situazioni sperimentali proposte, per quanto debbano sempre essere diverse l’una dall’altra, potrebbe provocare una sorta di “addormentamento” della spontaneità: il soggetto potrebbe tendere a ripetere le soluzioni già messe in atto in passato e ritenute più creative o più gratificanti, a scapito della spontaneità del momento. Moreno peraltro fa notare come la ripetizione di soluzioni creative precedenti sia un fenomeno presente in qualsiasi contesto;
- in quarto luogo, al contrario, un soggetto potrebbe “abituarsi ad essere spontaneo”, trovandosi quindi a dover essere spostato in corso d’opera da un gruppo ad un altro: ciò non potrebbe che falsare i risultati dei test.

29. Si pensi ad esempio al seguente caso: due soggetti si trovano in un centro commerciale in cui all’improvviso divampa un incendio. Il primo soggetto è un pompiere, il secondo no. Senz’altro la situazione non è paragonabile al lavoro del primo soggetto, poiché in questo caso egli sarà fuori servizio, ma nondimeno vi potrebbero essere delle interferenze dovute al ruolo lavorativo già conosciuto.

Il test di spontaneità modificato in questa maniera dovrebbe poter mostrare le correlazioni tra il livello di sorpresa proposto e il livello di spontaneità manifestato.

Valutazione della curiosità

A differenza della spontaneità, la curiosità non può essere osservata nello *status nascendi* di un atto creativo o in una data situazione: appartenendo essa alla *matrix*, essa è rilevabile solo *prima* che un dato evento si manifesti. Non può esistere quindi un “test di curiosità” come esiste un test di spontaneità. Si possono invece osservare i segni esteriori dello stato di curiosità, alcuni dei quali sono elencati nel terzo capitolo.

Al fine di elaborare una scala di curiosità sarebbe prima di tutto necessario espandere quell’elenco cercando di individuare i segnali più significativi e rilevanti che attestino quella tensione creativa di cui la curiosità è la manifestazione emotivo-comportamentale. Come ho detto, un procedimento del genere sarebbe reso molto complesso dalla natura variegata dell’espressione della curiosità e dalla sensibilità dell’esaminatore, motivo per cui in quella sede ne ho identificati solo una piccola parte, sostenendo che un elenco più dettagliato confliggerebbe con la necessità di mantenersi flessibili ed in contatto con i membri del gruppo da parte dello psicodrammatista. Tuttavia le esigenze della ricerca psicologica sono diverse da quelle dell’intervento, pertanto prima di procedere sarebbe necessario risolvere il conflitto tra la necessità di una procedura standardizzata, ripetibile e condivisibile ed il valore dell’unicità delle situazioni.

Una volta risolto questo problema e stilata una griglia soddisfacente di manifestazioni della curiosità, esse potrebbero essere rilevate da osservatori muti come le risposte al test di spontaneità, con la differenza che l’elemento da osservare si situa subito prima della proposta di scena, nella *matrix* emotiva precedente all’azione scenica.

La natura della curiosità come tensione creativa statica, e non dinamica come la spontaneità, si presta meglio di quest’ultima alla rilevazione tramite questionari o interviste, fatto salvo che un intervento di questo genere coinvolgerebbe molto le capacità cognitive del soggetto, abbattendo quindi la spontaneità e generando probabilmente frustrazione.

La rilevazione dello stato di curiosità effettuata in qualsivoglia modo permetterebbe quindi un confronto tra esso e le risposte spontanee al variare delle condizioni sperimentali. Si tratta non solo di variare il gradiente di sorpresa, come suggerito nel precedente paragrafo, ma anche di prendere in considerazione i diversi modi di proporre la situazione che l'esaminatore può utilizzare: tono più o meno affabulatorio, presenza o assenza di compagni di gruppo, durata del riscaldamento, presenza di elementi obiettivamente ansiogeni o, viceversa, di elementi rasserenanti, utilizzo di proposte stimolanti o calmanti, eccetera. Si potrà così osservare sperimentalmente la correttezza o meno delle ipotesi sostenute nel presente lavoro, nei termini di una correlazione tra la curiosità come definita nel primo capitolo ed il livello di spontaneità di una data azione, così come le relazioni tra i tre costrutti di curiosità, sorpresa e spontaneità. Unificando le conclusioni derivate dalle procedure sperimentali qui proposte si potrebbe dunque pervenire a conclusioni scientificamente valide riguardo il funzionamento dello psicodramma.

Relazione tra curiosità e ansia

Studiare l'ansia pone un problema etico allo sperimentatore: è lecito sottoporre un individuo a una condizione che sappiamo provocare una sensazione di sofferenza, con l'unico scopo di studiare la sua reazione a tale sofferenza? Naturalmente, l'ansia è la conseguenza diretta di una mancanza di spontaneità, per cui ogni processo che mira a liberare quest'ultima tenderà a provocare anche una certa quantità d'ansia, in proporzione alla quantità di spontaneità ancora vincolata a ruoli cristallizzati, ma è ben diverso ottenere questo "effetto collaterale" in un lavoro mirato a stimolare la spontaneità rispetto a proporre volutamente situazioni ansiogene, senza che vi sia una finalità orientata al benessere del soggetto. Questo dilemma etico può essere in parte risolto fornendo un ambiente sicuro, in modo che la reazione ansiosa non comporti gravi danni a chi ne è vittima, ed accogliendo, una volta eseguito il test, la sua sofferenza con spiegazioni ed interventi mirati a risolverla. Tuttavia la ricerca scientifica in psicologia è ricca di esempi in cui il confine tra l'azione etica e l'azione anti-etica è sottile e confuso: basti pensare all'esperimento di Milgram (1974) o a quello di Zimbardo (2007).

Si può ovviare a tale problema limitando la ricerca riguardo l'ansia all'osservazione di questo fenomeno durante gli altri tipi di lavoro, siano essi clinici o sperimentali. Oltre alla catalogazione dei fenomeni riconducibili alla spontaneità e alla curiosità, occorrerebbe quindi un elenco di elementi fisiologici, emotivi, motori, cognitivi e relazionali inerenti l'ansia, avendo la cura di distinguere con attenzione le manifestazioni di eccitazione legate al montare della tensione creativa durante il riscaldamento da quelle che rappresentano una sensazione di vincolo della spontaneità. Esse infatti potrebbero essere piuttosto simili in alcuni soggetti ed in alcune situazioni. Parimenti, bisognerebbe valutare con attenzione il loro trasformarsi in azioni stereotipate, anche tramite interviste "a caldo".

Ad esempio, non è da sottovalutare il fatto che il riso, di solito considerato una manifestazione di benessere, è altrettanto spesso una "valvola di sfogo" comune ed economica per la tensione, non essendo quindi una manifestazione della gioia di creare ma del suo contrario. Ironia, sarcasmo, battute di spirito, scherzi e giochi, soprattutto durante tutto il lavoro precedente l'integrazione e come risposta non adeguata ad una consegna del direttore, mascherano la scarsa propensione del soggetto a prendere sul serio la situazione e, in definitiva, ad agire in maniera spontanea. Ben diversa è la situazione dopo l'integrazione, dove il riso e altre manifestazioni di ilarità possono rappresentare il benessere e il sollievo derivanti dal proprio atto creativo, ma anche quella parte di tensione che non è stata trasformata in spontaneità³⁰.

In merito all'argomento di questo lavoro, nello studio dell'ansia occorrerebbe prestare particolare attenzione alla correlazione tra le sue diverse manifestazioni e quelle della curiosità: come ho ipotizzato in precedenza, uno squilibrio tra la curiosità e la sorpresa della situazione che lo psicodrammatista propone può portare ad un senso di noia e frustrazione se il grado di sorpresa è troppo basso, e ad un senso di timore, con eventuale "fuga nello scherzo", se esso è troppo alto. Ciò può essere agevolmente osservato variando il range di sorpresa nel test di spontaneità come riportato in

30. Emblematico di ciò è il caso in cui un protagonista, dopo un intenso lavoro coronato da una catarsi integrativa, fa battute scherzose sui compagni e sul direttore, che però sottintendono un certo grado di aggressività. Ciò naturalmente non è da censurare né è indice di un lavoro inefficace, ma può essere una miniera d'informazioni per il direttore riguardo al lavoro ancora da compiere.

precedenza, con l'accortezza di registrare le correlazioni tra lo stato di curiosità precedente una data consegna e l'eventuale tipo di reazione ansiosa conseguente.

Tale confronto dovrebbe essere di tipo sia quantitativo (intensità delle manifestazioni di curiosità e ansia) sia qualitativo (quali forme della curiosità si correlano ad una determinata manifestazione ansiosa, ad esempio al riso "sdrammatizzante"?).

Tenendo in considerazione tutte queste variabili, in aggiunta a quelle suggerite da Moreno nella sua descrizione del test di spontaneità, un ricercatore dovrebbe avere risultati sufficienti ad una descrizione scientifica più ampia, e quindi più utile, del fenomeno della spontaneità e di quelli ad esso inerenti.

CONCLUSIONI

In questo lavoro ho desiderato dare una struttura intelligibile a intuizioni personali, in maniera che esse fossero comprensibili e condivisibili, sia per me sia per altri. La funzione di doppio ha un simile meccanismo, nella misura in cui l'io-osservatore integra in un insieme organico le esperienze dell'io-attore, fino a quel momento semplici atti, spontanei o legati a ruoli cristallizzati che fossero. Ed è precisamente questa la funzione che uno psicodrammatista deve saper attivare per agire correttamente.

Spesso in questo mestiere si esalta il valore dell'intuizione e dell'ispirazione sopra quello del ragionamento: è sicuro che senza le prime il lavoro dello psicodrammatista in particolare e dello psicoterapeuta in generale si risolverebbe nell'applicazione standardizzata di protocolli d'intervento che non tengono conto dell'umanità e della peculiarità delle persone che si incontrano in un teatro o in uno studio, ma senza il secondo lo psicodrammatista non saprebbe quello che fa, incarnando quella definizione di spontaneità della psicologia ingenua come tendenza ad agire in maniera anarchica ed incontrollata.

Il termine 'spontaneo' è spesso usato per descrivere soggetti il cui controllo sulle azioni è diminuito [...] Una condotta caotica o un'iperemotività risultanti da azioni impulsive non hanno niente a che vedere col lavoro della spontaneità. Rientrano nel regno della patologia della spontaneità (Moreno, 1946, p. 188).

La riflessione dello psicodrammatista sul proprio lavoro, a posteriori o nei brevi momenti che precedono una consegna, è ciò che gli permette di operare in maniera spontanea e non meramente disorganizzata. È necessario che il direttore abbia ben presente un'intenzione per ogni suo intervento, e non può avere maturato un'intenzione senza un'adeguata riflessione su ciò che è avvenuto precedentemente.

La stesura di questo lavoro costituisce dunque un atto di auto-osservazione necessario ad una comprensione del mio ruolo come psicodrammatista, in maniera che le mie future intuizioni come professionista possano avere una solida base su cui appoggiarsi.

Nel consegnare questo scritto alla conserva culturale, esprimo la speranza che le riflessioni in esso contenute possano essere utili anche ad altri colleghi, affinché siano stimolati, “incuriositi” ad utilizzarle per dare forma a quell’impresa artistica, umana, terapeutica ma anche intellettuale che costituisce la loro esperienza.

BIBLIOGRAFIA

Bion W. R. (1963), *Gli elementi della psicoanalisi*, Armando, Roma, 1988.

Boria G. (2005), *Psicoterapia Psicodrammatica. Sviluppi del modello moreniano nel lavoro terapeutico con gruppi di adulti*, Franco Angeli, Milano.

Boria G., Muzzarelli F. (2009), *Incontri sulla scena. Lo psicodramma classico per la formazione e lo sviluppo nelle organizzazioni*, Franco Angeli, Milano.

Bowlby J. (1969), *Attaccamento e perdita. Vol. 1: L'attaccamento alla madre*, Bollati Boringhieri, Torino, 1972.

Bowlby J. (1973), *Attaccamento e perdita. Vol. 1: La separazione dalla madre*, Bollati Boringhieri, Torino, 1978.

Bowlby J. (1980), *Attaccamento e perdita. Vol. 1: La perdita della madre*, Bollati Boringhieri, Torino, 1983.

Coleridge S. T. (1817), *Biographia literaria*, Editori riuniti, Roma, 1991.

De Leonardis P. (1994), *Lo scarto del cavallo. Lo psicodramma come intervento sui piccoli gruppi*, Franco Angeli, Milano.

Dotti L. (2013), *La forma della cura. Tecniche socio e psicodrammatiche nella formazione degli operatori educativi e della cura*, Franco Angeli, Milano.

Guglielmin M. S. (2013), *La ricerca scientifica in psicodramma. Strumenti utili per attivare iniziative di ricerca in ambito psicoterapeutico e in contesti formativi*, in *Psicodramma Classico*, Anno XV, N. 1-2, Novembre 2013.

Imbasciati A., Margiotta M. (2005), *Compendio di psicologia per gli operatori sociosanitari*, Edizioni Piccin, Padova.

Mahler M. S., Pine F., Bergman A. (1975), *La nascita psicologica del bambino*, Bollati Boringhieri, Torino, 1978.

Milgram S. (1974), *Obbedienza all'autorità*, Einaudi, Torino, 2003.

Moreno J. L. (1923), *Il teatro della spontaneità*, Di Renzo Editore, Roma, 2011.

Moreno J. L. (1946), *Manuale di Psicodramma I. Il teatro come terapia*, Casa Editrice Astrolabio, Roma, 1985.

Moreno J. L. (1953), *Who shall survive? Principi di sociometria, psicoterapia di gruppo e sociodramma*, Di Renzo Editore, Roma, 2007.

Napolitani D. (1987), *Individualità e gruppaltà*, Bollati Boringhieri, Torino.

Zimbardo P. G. (2007), *L'effetto Lucifero. Cattivi si diventa?*, Cortina, Milano, 2008.