

STUDIO DI PSICODRAMMA DI MILANO  
SCUOLA DI PSICODRAMMA

Diplomando Giorgio DUCCO

Tesi di diploma

**IL FILOSOFO, UNO PSICODRAMMATISTA, DEGLI ADOLESCENTI**

Pensieri psicodrammatici in risposta a provocazioni filosofiche

ANNO ACCADEMICO 2022

“L’anima si colora con il colore dei suoi pensieri” (Marco Aurelio)

## Ringraziamenti

Alle mie figlie, Greta e Carola, per il loro continuo sguardo su di me

A Marco che mi ha proposto di entrare in un mondo da palcoscenico

## Sommario

<b>INTRODUZIONE .....</b>	<b>5</b>
<b>CAPITOLO 1 Il filosofo Byung-Chul Han e uno psicodrammatista (e docente).....</b>	<b>6</b>
Informazioni .....	6
Libertà e schiavitù.....	8
Comunicazione e comunità .....	10
Il silenzio, l'ascolto, la risonanza.....	12
Azione .....	14
Mettersi in scena .....	14
Relazioni sui social e in teatro...lo sguardo per far vivere l'altro .....	15
Gli oggetti .....	17
Pornografia e erotismo.....	18
Riti rituali e routine.....	19
Il dolore.....	20
<b>CAPITOLO 2 Il mito e la sessione di psicodramma .....</b>	<b>22</b>
Le similitudini tra il viaggio dell'eroe e la sessione psicodrammatica secondo Gianni Boria.....	23
Elementi aggiuntivi e differenze significative apportate dalla sessione psicodrammatica.....	27
<b>CAPITOLO 3 Esperienze in una classe di adolescenti .....</b>	<b>29</b>
Il contesto di lavoro .....	29
Costruzione del setting in aula .....	30
Primo incontro - 15 febbraio 2022 .....	31
Attività di proseguo e completamento del primo incontro - 23 febbraio 2022.....	33
Secondo incontro - 2 marzo 2022 .....	35
Terzo incontro - 30 marzo 2022 .....	37
<b>CAPITOLO 4 Una prospettiva di intervento nella scuola: dall'emergenza alla prevenzione.....</b>	<b>42</b>
<b>CONCLUSIONE.....</b>	<b>44</b>
<b>BIBLIOGRAFIA .....</b>	<b>45</b>

## INTRODUZIONE

Questa mia tesi nasce da degli incontri.

E non poteva che essere così in uno sguardo psicodrammatico di quello che mi capita.

Un incontro con uno psicodrammatista, Marco, che mi “butta” nella mischia del teatro-scuola, ambiente per me del tutto nuovo che mi permette, nel tempo, di incontrare in modo molto più compiuto delle parti di me.

Un incontro con un filosofo, Byung-Chul Han, che, con uno sguardo acuto, osserva le evoluzioni della nostra società post capitalista e ipertecnologica. Lo sguardo di un filosofo (coreano ma che vive e lavora in Germania, sintesi lui stesso di due anime di questo mondo) che con la lanterna in mano tenta di illuminare le parti oscure, i “dark side” che possono avvelenare nel profondo la nostra società.

Un incontro con gli studenti delle scuole dove insegno, incontro quotidiano, ricco di stimoli continui sul modo in cui gli adolescenti oggi vivono se stessi, le relazioni e i ruoli.

Non vuole essere per nulla uno scritto esaustivo, anzi! Vuole aprire interrogativi, zone d’ombra, stanze ancora da esplorare. Non vuole essere uno scritto filosofico, non ne ho le competenze. Non vuole essere uno scritto pedagogico, non ne sono all’altezza. Non vuole essere uno scritto psicologico, non ho di nuovo le competenze. Non vuole essere uno scritto che aggiunge un tassello alla galassia dello psicodramma italiano, sarebbe elemento di arroganza.

E allo stesso tempo mi sembra che sia un po’ di tutto questo messo insieme. Un testo caleidoscopico per cercare di guardare da punti di vista diversi contaminati tra loro. Una mia carissima amica psicodrammatista un giorno mi disse: “Non ti preoccupare se ti piacciono e fai cose molto diverse: sei un multipotenziale”.

Lo scopo della presente tesi, quindi, è quello di condividere-pensieri e riflessioni che scaturiscono dalle parole del filosofo e dalle esperienze concrete e attive fatte da me nella scuola dove insegno. Tutte le riflessioni hanno come guida una domanda che avevo sempre presente, anche fisicamente, accanto a me nelle letture e nella stesura...

*“In quale modo lo psicodramma e le metodologie attive, per come sono io oggi in grado di capirle, possono mitigare, rallentare o contrastare i fenomeni negativi che osservo attraverso lo sguardo mio e degli autori/attori che incontro?”*

Cercherò pertanto in queste pagine di rispondere a questa domanda che mi interroga nel qui e ora della mia vita.

I protagonisti della scena sono chiari: il filosofo Byung-Chul Han, me stesso come insegnante-psicodrammatista-cittadino, gli adolescenti che ho incontrato e che incontro quotidianamente in una struttura sociale chiamata scuola.

Non farò riferimento con note continue ai testi che sono indicati in bibliografia.

I pensieri da cui parto per le mie riflessioni sono tratti dai seguenti libri di Byung-Chul Han: “Le non cose”, “La scomparsa dei riti”, “La società del dolore”, “La società della stanchezza”, “Psicopolitica”.

L’ultimo contributo che ho incontrato e trovato estremamente interessante, foriero di progetti futuri, è riferito al lavoro di Joseph Campbell ne “L’eroe dai mille volti” dove l’autore illustra la sua teoria del monomito, che incredibilmente ha moltissimi parallelismi con lo psicodramma creato da Moreno.

Una tesi all’insegna dell’insaturo, che ha sempre accompagnato tutto il percorso nella scuola.

## CAPITOLO 1

### Il filosofo Byung-Chul Han e uno psicodrammatista (e docente)

Quali elementi dello psicodramma possono rallentare, mitigare o contrastare i fenomeni osservati dal filosofo?

Il filosofo Byung-Chul Han nei suoi libri offre uno spaccato riflessivo sulla nostra società occidentale di questo periodo. È uno sguardo molto acuto in cui prevale l'attenzione alla lettura dei fenomeni esistenti più che una valutazione o giudizio. È un pensatore che accende una luce, una lanterna, nelle zone buie che si creano all'ombra delle frenetiche attività di comunicazione, di consumo, di progresso tecnologico. I suoi scritti mi hanno molto interrogato come persona, come docente, come psicodrammatista. Una delle cose che più ho imparato dalla scuola di psicodramma e l'incontro con Moreno è "il qui e ora", l'attenzione al dove si è, il punto da cui si parte che deve tenere conto di come siamo (dentro e fuori) in questo preciso momento in cui ci incontriamo, in cui proviamo a guardarci o ci mettiamo sulla scena. Avere la percezione di dove si è e come si è non è una condizione negoziabile per usare gli "occhiali" e gli sguardi psicodrammatici. Non ieri, non domani ma oggi.

Questo è ciò che mi ha più interrogato come psicodrammatista: "Come può essere vissuto e applicato lo psicodramma nella società di oggi? Quale tipo di elementi "terapeutici" può avere per lenire o contrastare le derive sociali, psicologiche, relazionali che si affacciano nella nostra società?"

Questo capitolo è pertanto la sintesi di una serie di riflessioni e interrogativi che mi hanno accompagnato in questo percorso. I testi scritti in *corsivo* sono le parole del filosofo tratti dai suoi libri presentati in bibliografia, il testo in carattere normale riporta i miei pensieri e le mie esperienze alla luce della formazione psicodrammatica.

Il capitolo è suddiviso in blocchi di argomenti che mi sembra potessero essere trame trasversali presenti nel pensiero e nella analisi di Byung-Chul Han, una mia personale rielaborazione quindi che racconta la mia sensibilità e il mio percorso nello psicodramma fin qui affrontato.

#### Informazioni

La comunicazione digitale che ci allontana progressivamente dalla realtà. Comunicazione resa possibile con questa sovrabbondanza dalla tecnologia di internet e dagli strumenti che usiamo come i social media...attraverso un oggetto che sta diventando un non-oggetto, lo smartphone che diventa un infoma, un agente cioè, per come lo definisce Byung-Chul Han, che elabora informazioni. È l'orizzonte di "internet delle cose", oggetti/non-oggetti dotati di intelligenza artificiale che amorevolmente sbrigano per noi qualsiasi incombenza. E la nostra realtà e le nostre relazioni, con noi stessi, con le cose, con l'Altro... che rischi corrono?

*Le energie libidiche si lanciano sulle non-cose: siamo tutti infomani "malati" di infomania. Le cose diventano infomi, agenti che elaborano informazioni.*

Mi ritrovo, purtroppo. Mi sento un malato, con una malattia "l'infomania". C'è un antidoto? Durante tutte le sessioni di psicodramma che ho vissuto nelle EPG non mi sono mai sentito malato, anche se sono state curative! Come allora il palcoscenico di Moreno può riportarmi [ci] verso una realtà non derealizzata? Ha senso pensarlo?

*Le informazioni sono additive non narrative. Solo le narrazioni generano senso e tenuta.*

*Il racconto è una forma di chiusura, ha un inizio e una fine ed è contraddistinto da un ordine chiuso.*

*Le informazioni invece sono additive non producono un canto che genera senso e identità.*

Le informazioni digitali additive sono una visione lucidissima della somma continua delle informazioni stesse, una montagna che continua a crescere ma della quale non si scorge un senso e un filo conduttore...perché solo la narrazione crea dà senso! Moreno ha colto un nodo cruciale, il punto di vista dell'Altro è narrativo, non aggiunge una cosa ma genera un nuovo senso che arricchisce il mio. Lo psicodramma è una esperienza narrativa.

È il percorso logico mentale dall'additività delle informazioni al racconto che è cerchio che si chiude e che dà senso perché è narrativo. In questo senso va letta la sessione psicodrammatica come racconto con un inizio uno svolgimento e un ritorno a casa, non è additivo, ma racconto di senso e quindi contro il mondo moderno, in contrasto con le sue dinamiche, anche in questo è elemento di cura. Nel capitolo dedicato al rapporto tra mito e psicodramma analizzeremo nel dettaglio la struttura narrativa di una sessione psicodrammatica.

*Una società post-fattuale piolla la differenza tra vero e falso, anche le fake sono informazioni anche più efficaci: l'efficacia sostituisce la verità. Nella cultura post fattuale la comunicazione è dominata da impulsi e emozioni forti, poco persistenti in termini temporali. Destabilizzano la vita mentre tutto ciò che stabilizza è impegnativo: fedeltà, legami, relazioni. Ci vuole un'altra POLITICA TEMPORALE.*

Verità, impulsi e emozioni, stabilità. Sono tre elementi che ho vissuto e sono presenti nello psicodramma con qualità del tutto diverse rispetto alle pennellate di Han che descrive la società di oggi. Spostando lo sguardo dal dualismo verità\fake alla verità soggettiva si produce una profonda distinzione tra il punto di vista personale e l'oggettività di una informazione. La verità soggettiva moreniana non dice che tutto è uguale e tutto va bene, ogni opinione ha luogo di esserci perché soggettiva. Viene preservata con gelosia l'esperienza personale che non deve e non può essere messa sotto la lente del giudizio altrui, ogni punto di vista dei vissuti è portatore di un pezzetto di verità con uguale dignità. Questo per me è l'ambito della verità soggettiva di Moreno che non può e non deve essere trapiantato nel campo sociale, politico e delle informazioni dove potrebbe diventare quasi lo slogan 'ognuno la può pensare diversamente e ognuno ha un pezzo di "ragione". Sarebbe come mischiare ruoli diversi. Tuttavia non è una rinuncia moreniana alla conoscenza, si tratta di ambiti diversi. In questo particolare momento storico che oltre a essere post fattuale è anche quasi post pandemico, le informazioni sono anche fortemente divisive. La frequentazione e direi l'addestramento psicosociodrammatico alla verità soggettiva credo che possa essere una ottima fonte di energia collettiva per poter partire dallo sguardo dell'Altro e non da arroccati e inamovibili punti di partenza.

*Oggi corriamo dietro alle info senza approdare ad alcun sapere. Viaggiamo ovunque senza fare davvero esperienza. Comuniciamo interrottamente senza prendere parte ad una comunità (se non virtuale ...una non-comunità). Le INFO generano un modo di vivere privo di tenuta a durata.*

Moreno ne "Il teatro come terapia" definisce lo psicodramma come un metodo di azione profonda che si occupa di relazioni interpersonali. Il termine "profonda" qualifica proprio l'attività che si svolge con le metodologie attive. Non si naviga in superficie, ma si dà il tempo della profondità che inevitabilmente crea nuove "cose" che hanno la caratteristica di tenuta e durata, pur nella loro non fissità ma nella loro continua evoluzione. È pertanto una esperienza in diametrale posizionamento rispetto all'immersione quotidiana nelle informazioni e comunicazioni.

Byung-Chul Han osserva una serie di fenomeni e quello che nella nostra società si rischia di perdere. Nella tabella seguente a sinistra quello che c'è nella attuale situazione, a destra quello in parallelo che si rischia di perdere.

Situazione post fattuale	Cosa in parallelo si perde
Informazione	Sapere
Prendere nota	Conoscenza
Viaggi	Esperienza
Comunicazione	Comunità
Dati	Ricordi
Follower	Incontri

Mi colpisce la lapidarietà delle osservazioni e ne riconosco tutti i rischi, allo stesso tempo nella colonna di destra ci sono quasi tutti elementi che sempre nello psicodramma sono presenti, vissuti e alimentati!

La conoscenza reciproca che nasce dai rispecchiamenti, l'esperienza di sé e degli altri sempre viva e profonda, il senso di comunità anche solo vissuta e costruita in maniera artificiale per la sessione tramite il gruppo che partecipa ad una sessione, l'uso dei ricordi che vengono riportati alla luce e che vengono poi riposti magari con nuove consapevolezze, e ovviamente gli incontri, occhi negli occhi, vero cuore dello psicodramma. Indubbiamente, quindi, da questo punto di vista lo psicodramma è un antidoto ai rischi di perdita di elementi fondamentali nella vita personale e sociale.

*Nell'eccesso di apertura e dell'abbattimento dei confini perdiamo la capacità di chiudere. In tal modo la vita diventa meramente additiva. Lo smantellamento delle forme di chiusura nel nome della sovrapproduzione e del sovraconsumo provoca un infarto del sistema. Non solo i software ma tutti gli ambiti della vita, anche la formazione, sono soggetti alla coazione a ottimizzare. L'incapacità di chiudere ha molto a che vedere con narcisismo. Il soggetto narcisista vive se stesso nella costante produzione di ulteriori prestazioni. L'imperativo del neoliberalismo è l'eccesso dell'apertura e dell'abbattimento dei confini a tutti i livelli. Il luogo è una forma di chiusure e il mercato globale è un non luogo. Anche la connessione digitale abolisce il luogo. La rete è un non luogo impossibile da abitare, difatti in rete si naviga.*

Curiosamente il metaverso cerca di creare dei luoghi virtuali da abitare ... come se sentendo il vero tallone d'Achille crea un percorso palliativo per aggirarlo. Lo psicodramma vive e si sviluppa prima di tutto in un luogo, il teatro. Luogo vero, fisico, dove corpi reali si relazionano nello spazio e nelle emozioni.

## Libertà e schiavitù

*Il dominio dell'informazione che si spaccia per libertà.*

È una delle prime frasi che mi fanno rimanere bloccato sul testo, la parola dominio non mi piace e mi sembra una parola di altri tempi ... oggi abbiamo la libertà, conquistata a caro prezzo nel tempo, e il dominio viene a prendere l'abito della libertà ... mi sento improvvisamente proiettato in un film che non aspettavo di vedere, ecco, mi metto un nuovo paio di occhiali.

Byung-Chul Han completa la descrizione del passaggio dalle cose alle non-cose mettendo in evidenza l'evoluzione del concetto di libertà nel tempo. La tabella sottostante riassume la sua visione del rapporto libertà e momento storico.

Momento storico	Concetto di libertà
Antichità	Non schiavitù
Modernità	Autonomia del soggetto: libertà di azione e di pensiero
Oggi	Libertà di azione sprofonda nella libertà di scegliere e consumare
Futuro	L'uomo senza mano vive una libertà in punta di dita che è illusoria. La libera scelta è una scelta consumistica; non è davvero una scelta perché non agisce

Ogni epoca definisce in modo diverso il concetto di libertà, la deriva che il filosofo vede, mi pare a tinte molto fosche e tuttavia mi sono lasciato contaminare da questa visione. In un futuro in cui la libertà non diventa più tale, come lo psicodramma può arginare questa perdita di senso? Lo psicodramma c'entra qualcosa con la libertà? Solo in un modo privato e personale alla ricerca di espressioni libere di se stesso? Che cosa era la libertà per Moreno? E 'stato un orizzonte che ha toccato e guardato?

Lascio le domande aperte. Consapevole però che agire nel qui e ora di un determinato periodo storico non può non comprendere il porsi, anche come psicodrammatista, di fronte alle questioni valoriali fondanti la nostra società.

*Lo smartphone non è solo un infoma ma anche un efficacissimo informatore che sorveglia costantemente il suo proprietario, la costante raggiungibilità non si differenzia nella sostanza dalla schiavitù.*

*Ci sentiamo liberi eppure siamo sfruttati, sorvegliati, influenzati. In un sistema che sfrutta la libertà non si sviluppa alcuna resistenza. Il dominio arriva a compimento nell'attimo in cui coincide con la libertà. Il potere smart non opera mediante ordini e divieti, non ci rende remissivi bensì dipendenti e drogati. Invece di spezzare la nostra volontà, appaga i bisogni.*

*Il capitalismo si compie appieno nel capitalismo del mi piace, che per via della propria permissività non ha bisogno di temere alcuna resistenza, alcuna rivoluzione.*

Estremamente efficace e forte la sintesi e la visione della nuova schiavitù. Per la mia esperienza come docente questo è uno dei campi di relazione che più caratterizza e allontana la nostra generazione da quella degli adolescenti. Noi siamo soggiogati da questa crescente situazione di sorveglianza ma viviamo in contrasto con la nostra cultura ed educazione, che diventa quasi impossibile da tramandare ...perché cambiano i paradigmi.

In quest'ottica riporto una piccola esperienza che ho fatto in una classe seconda di una scuola superiore. Un'esperienza di schiavitù e dipendenza. Un giorno decido di interrompere la lezione ad un quarto d'ora dalla fine dell'ora. Finisco la frase e mi siedo in silenzio senza dire nulla, senza dare spiegazioni. Qualche attimo di sconcerto silenzioso da parte degli studenti (pochissimi secondi) e poi quasi tutti tirano fuori il telefonino e si mettono a dedicarsi a guardarlo, qualcuno si accascia sul banco a dormire, non più di due chiaccherano fra loro. Tutti diligentemente seduti (o sedati?) sui banchi. Li osservo per 15 minuti, il massimo di interazioni fra loro rappresentano fugaci scambi con avvicinamento dei rispettivi cellulari per vedere reciprocamente quello che c'era sopra. Al suono della campanella, mi alzo, li saluto e vado alla porta. 3 o 4 su 20 alzano lo sguardo, un po' vuoto, e accennano ad un saluto. Gli altri rimangono in attività digitale.

In realtà non è l'unica classe in cui ho fatto questa prova e le reazioni sono state tutte in linea con quello appena descritto.

Nessuna ribellione o movimento scomposto, un ritorno pressoché immediato alla dipendenza e schiavitù dello smartphone come rifugio nel sicuro. Non saprei quali bisogni stesse soddisfacendo...ma sicuramente era lo smartphone che li stava in qualche modo comandando.

I bisogni paiono essere appagati...quali bisogni? Non quelli relazionali che vivono dematerializzati in una bolla di difesa e di distacco, in cui le sofferenze possono essere annullate o enormemente ingigantite. Attività gruppali con metodi attivi che lavorano sulla relazione circolare simmetrica rispettosa e vera, sono occasione per vivere bisogni umani relazionali talvolta faticosi ma estremamente nutrienti che non hanno luogo nella digitalizzazione. La visione di Byung-Chul Han è di carattere sociologico politico, lo psicodramma credo possa contribuire ad una crescita personale e collettiva nel ritorno all'autenticità della relazione in termini di prossimità e di ruolo.

*Il management emozionale si rivela più efficace di quello razionale perché opera più in profondità nella persona. La psicopolitica neoliberale lavora allo scopo di tirare fuori emozioni positive per sfruttarle ma è la libertà stessa a essere sfruttata. In questo la psicopolitica si differenzia dalla biopolitica dell'età moderna industriale che agiva su costrizioni disciplinari e precetti.*

## Comunicazione e comunità

*La comunicazione digitale è costituita da camere di riverbero dove si sente solo la propria voce, amplificata e rafforzata come un'eco da like, friend, follower.*

Lo psicodramma attraverso la ricerca, lo sviluppo e l'amplificazione del "tele" genera risonanze che creano comunità.

*La comunicazione digitale è una comunicazione estensiva, non produce relazioni ma solo connessioni. La comunicazione digitale è comunicazione senza comunità. La comunicazione digitale è estensiva e additiva. Le manca la qualità dell'intensità, non è una narrazione.*

*La comunicazione senza comunità può essere accelerata perché additiva. La comunità invece si basa su riti che sono processi narrativi che non consentono alcuna accelerazione. I simboli stanno fermi, la comunicazione no. Il silenzio che è arresto della comunicazione non produce nulla ed è quindi negato e rifiutato nella società post industriale. Il baccano delle macchine è sostituito dal baccano della comunicazione.*

*Ognuno produce se stesso per ottenere maggiore attenzione. La coazione a produrre crea una crisi di comunità e un proliferare di community che rappresenta un livello inferiore, una forma merceologica e consumistica della comunità ... a cui mancano qualsiasi energia compattante. Essere fedele a se stesso significa essere fedele alla propria originalità, la costruzione della propria identità non può tuttavia limitarsi al sé ma deve svolgersi sullo sfondo di un orizzonte sociale capace di conferirgli una rilevanza che vada oltre il sé. In questa prospettiva autenticità e comunità non si escludono a vicenda, anzi.*

La sessione psicodrammatica ha la struttura del mito come vedremo in dettaglio nel prossimo capitolo. Il protagonista che mette in scena una parte del proprio mondo interiore e lavora sul proprio sé ma non isolato e solo come l'eroe del mito. Il gruppo che accompagna la sessione è lo sfondo sociale che ingloba e arricchisce profondamente il senso del vissuto personale attraverso il fenomeno del rispecchiamento particolarmente vissuto nell'ultimo momento della sessione dedicato alla condivisione delle proprie risonanze. È una cassa acustica che amplifica e che armonizza il percorso di autenticità del tutto personale del protagonista con la comunità che in quel momento è rappresentata dal gruppo stesso. La struttura della sessione psicodrammatica è pertanto particolarmente attuale e permette di esperire nell'azione i due aspetti oggi imprescindibili dell'individualità e della comunità.

*L'autenticità oggi è portata a culto e tale culto dell'autenticità sposta la questione identitaria dalla società alla singola persona e si attua un lavoro permanente alla produzione di sé che atomizza la società.*

In questa prospettiva, presente nella società neoliberista e tecnologica, la struttura psicodrammatica è particolarmente utile, valorizza e pone al centro la persona con la propria assoluta autenticità. Essa espone l'autenticità personale non in un'arena virtuale, che potenzia e alimenta l'aspetto narcisistico, ma su un palcoscenico reale davanti allo sguardo di un gruppo che partecipa e porterà la propria voce prima come concretezza della messa in scena e poi come voce di altre verità soggettive in risonanza telica e comunitaria.

*La coazione all'autenticità porta ad una introspezione narcisistica, ad un impegno costante con la propria psicologia, anche la comunicazione viene organizzata psicologicamente. La società dell'autenticità è una società dell'intimità e della messa a nudo. Tale nudismo dell'anima conferisce tratti pornografici.*

L'intuizione moreniana del teatro come terapia trova la sua attuale declinazione in uno spazio-tempo dove l'autenticità personale e la propria psicologia possono esprimersi e esplorarsi ma senza un rischio narcisistico. Il gruppo con la funzione di specchio e di presenza della comunità è somma narrativa di molteplici verità soggettive, somma non additiva ma che prende origine e energia propulsiva dalle connessioni di "tele". Il direttore e il gruppo riportano il soggetto/protagonista all'interno di un percorso narrativo tipico dello schema del mito. Tale percorso non porta ad una deriva narcisistica ma a percorsi di senso, per quanto individuali e personali, inseriti in contesto comunitario. Lo psicodramma moreniano permette all'essere umano moderno di portare l'accento su se stesso e la propria storia rimanendo fortemente ancorato ad una società di pari-telici.

*Il culto dell'autenticità fa erodere lo spazio pubblico che si dissolve in spazi privati. Oggi il mondo non è un teatro in cui si interpretano ruoli e vengono scambiati gesti rituali, bensì un mercato sul quale ci si mette a nudo e ci si esibisce (da soli). La rappresentazione teatrale cede il passo all'esibizione pornografica del privato. Il culto narcisistico dell'autenticità detiene una parte di responsabilità nel crescente abbruttimento della società. Oggi viviamo in una cultura degli impulsi e degli eccessi anche emotivi che prendono il sopravvento. Anche nei social media si riduce quella distanza scenica costitutiva dell'agire pubblico e si arriva alla comunicazione priva di distanza, preta di impulsi.*

*Nella cultura dell'autenticità solo le emozioni spontanee risultano autentiche. La coazione all'autenticità rende tutto soggettivo accentuando il narcisismo. L'Homo psychologicus narcisistico è prigioniero di se stesso. La sua povertà di mondo lo fa semplicemente girare su se stesso.*

La presa di sopravvento degli impulsi mi ha riportato ad una scena vissuta in un momento di una normale giornata scolastica in un Istituto Superiore. Nel bel mezzo di una lezione uno studente, Christian, alza la mano e dice:

"Vorrei uscire"

"Non puoi aspettare che finiamo la lezione tra circa 15 minuti?" è stata la mia risposta

"No, devo andare al bar perché ho fame"

"Se hai fame credo che tu possa aspettare qualche minuto, poi puoi andare"

Per tutta risposta ha incominciato ad andare in escandescenze.

"Se ho fame ho diritto di mangiare". "Se le ho detto che devo andare...devo andare". "E' da stamattina che voglio mangiare e adesso non aspetto" ... e altre affermazioni del genere. L'agitazione verbale ha poi lasciato lo spazio ad una crescente agitazione fisica sempre più violenta.

La classe rumoreggiava: "Ma deve poi solo andare a mangiare, lo lasci andare". "Almeno mangiare si potrà fare quando si vuole".

Alla fine lo lascio andare: "Se non puoi resistere...vai". Esce in modo rumoroso.

Christian non è uno studente con particolari problemi, non ha nessuna "certificazione" o situazione nota di particolari disagi. È uno studente nella norma.

Questo è un episodio all'interno di una situazione generale dove gli studenti mangiano a qualsiasi ora e abbastanza di continuo.

Non voglio entrare in merito alla questione alimentazione, né tantomeno alle regole presenti o meno, rispettate o meno.

A me risulta un episodio estremamente significativo rispetto alla valutazione che Byung-Chul Han fa della cultura dell'autenticità in cui solo le emozioni spontanee hanno la caratteristica dell'autentico, impulsi e emozioni che molte volte sono incontrollate, incontrollabili, giuste e giustificate per il solo fatto che vengono provate. Da esaudire nello stesso momento in cui vengono provate. L'opposizione e la presenza di un ostacolo ha portato ad una reazione del tutto spropositata che denotava totale mancanza di controllo di se stesso e dell'accettazione di una esperienza di frustrazione dovuta al mio diniego di uscita.

Ho sentito questo studente prigioniero di se stesso...è una deriva del mondo e della cultura che è dilagante con le nuove tecnologie digitali? Temo di sì.

In questo contesto lo psicodramma credo che davvero possa essere un elemento che fa concretamente sperimentare il poter tenere insieme i due aspetti di spontaneità e autenticità con la rappresentazione in scena di fronte alla comunità, di fronte ad un gruppo e non isolatamente in una spirale depressiva narcisistica. Certo è che l'allenamento allo sviluppo del fattore S/C non è la liberazione indistinta di impulsi che prendono il sopravvento. Il cammino educativo nel mondo adolescenziale mi pare molto lungo e impervio per le condizioni di contorno di carattere sociale che portano in direzioni opposte rispetto alla formazione di giovani coscienti di se stessi.

### Il silenzio, l'ascolto, la risonanza

*Il baccano informativo impedisce l'esperienza di presenza vera in cui è insito il momento di silenzio, silenzio della voce e delle comunicazioni continue; lo spegnimento dello smartphone è molto più di una pratica rispettosa per non disturbare, è un elemento essenziale per poter abitare l'incontro.*

Ho vissuto un esempio concreto di questa affermazione, a scuola in una classe in cui ho fatto un intervento di 2 ore di metodologia attiva. Lo scopo di questo primo incontro era aumentare un po' la conoscenza reciproca. Non era il primo intervento che facevo nelle classi, ma questa era la prima volta che incontravo quella classe e mi era stato detto che erano particolarmente vivaci. Quando ci incontriamo nel luogo stabilito (il cortile della scuola) noto che la maggior parte dei ragazzi sta parlottando con lo smartphone in mano, uno sguardo allo schermo e due parole al vicino. Situazione normale quindi. Come in tutte le attività i primi momenti sono da me usati per introdurre brevemente il lavoro e dare le regole comuni per le successive due ore. Mentre parlo mi scordo di dire loro che il cellulare non serve invitandoli di spegnerlo e riporlo in cartella o nello zainetto. Incominciamo l'attività che si svolge piuttosto bene, con crescente partecipazione relazionale tra loro. Quando finiamo ci salutiamo e congedandoci riprendono la strada per tornare nella loro aula...in quel momento in cui si allontanano mi rendo conto di non aver dato indicazione per il cellulare! E me ne rendo conto perché praticamente tutti mettono la mano in tasca, lo estraggono e lo guardano! Ma nessuno lo aveva fatto nelle due ore precedenti...avevano abitato degli incontri di fatto inediti tra loro e non avevano avuto quindi nessuna necessità di essere disturbati! Mi ha colpito molto quello che era appena successo, per la duttilità e adattamento del gruppo di adolescenti...che sono pronti a essere "distratti" con attività che sono coinvolgenti dal punto di vista emotivo e relazionale...dove percepiscono uno spazio di senso che ha valore per essere vissuto.

*Il sacro è un fenomeno del silenzio. Oggi nessuno sta in ascolto, ciascuno produce se stesso. Il vero silenzio è libero da imposizioni, non opprime, regala.*

*Lo stare in ascolto è un atteggiamento religioso. L'ipercomunicazione digitale, la connessione senza confini, non crea legami, ma ha un effetto isolante e accentua la solitudine. Il silenzio è una forma intensa dell'attenzione.*

Nello psicodramma una delle regole del gioco è quella che viene definita "la sospensione della risposta". Quando qualcuno si rivolge direttamente ad un altro componente del gruppo non ci può essere subito una contro risposta. Si vuole evitare l'interdipendenza e favorire l'intersoggettività, evitare il cosiddetto battibecco. Tuttavia, in questo momento storico caratterizzato da ipercomunicazione senza ascolto, la regola dell'assenza di risposta acquista una qualità di esperienza di ascolto silenzioso estremamente feconda. Diventa un modo per far stare in ascolto le persone. Ma non solo dell'altro, ma anche di sé, dei movimenti interni che suscitano l'ascolto dell'altro.

*Il riposo del sabato non segue la creazione la porta a conclusione, subordinando il riposo al lavoro ci sfugge il divino. Il sabato richiede il silenzio, l'ascoltare in silenzio unisce le persone e crea comunità senza comunicazione.*

Nello psicodramma il silenzio si concretizza per esempio nella regola della sospensione della risposta. È un momento di silenzio e di ascolto, in questo meccanismo di riposo divino. È un allenamento al silenzio e all'assenza di parola, perché l'uomo impari ad ascoltare! Risulta essere estremamente efficace nei gruppi di adolescenti a far decrescere l'animosità e la mania di protagonismo dei soggetti più esuberanti permettendo allo stesso tempo a chi di solito resta ai margini di sentirsi allo stesso livello di attenzione.

*Il silenzio e il tacere non ha alcuno spazio nella rete digitale, si crea una struttura dell'attenzione piatta. La comunicazione digitale è orizzontale, nulla spicca nulla approfondisce. Non è intensiva ma estensiva.*

Diversi studi di neuroscienze (Spitzer, 2013) mettono in chiara luce con evidenze scientifiche che la rete digitale e la sua frequentazione in navigazione, riducono sensibilmente la capacità di "sostare" su concetti o situazioni senza poter andare in profondità non potendo quindi accedere a percorsi di apprendimento, sia cognitivo che emotivo-relazionale.

## Azione

*La digitalizzazione prospetta un modo di vivere equiparabile ad un gioco: ecco il gaming*

Che cos'è invece una esperienza di gioco in un contesto psicodrammatico? Credo che possa essere considerato come un riscaldamento all'incontro da un lato, un'attività che è di fatto propedeutica all'azione scenica seguente. Ma nella prospettiva psicodrammatica il gioco è quella "magia" che permette la realizzazione concreta della scena stessa, è quello che viene chiamata semi-realtà. Non "si fa finta che" qualcosa succeda, qualcuno compaia sulla scena, avvengano accadimenti e realizzazioni di punti di vista differenti. Nella semi-realtà si entra con tutto se stessi, in maniera reale, le cose che accadono, le emozioni che si provano, gli incontri hanno la cifra della realtà, pur in un contesto "di gioco", di gioco serio. Ecco che pur nella capacità fantastica che deve essere messa in campo, in gioco appunto, lo psicodramma propone un gioco non irrealista ma tangibile, in modo che la nostra totalità di esseri umani può fare una esperienza reale di un mondo intrapsichico, il nostro teatro interno.

*La mano è l'organo del lavoro e dell'azione. Il dito quello della scelta. L'uomo senza mani del futuro sceglie invece di agire. Per poter agire bisogna superare delle resistenze.*

*Chi agisce rompe con l'esistente e crea qualcosa di nuovo.*

La digitalizzazione sposta l'essere umano dall'azione alla scelta, dalla mano al dito. Moreno ha basato il suo lavoro sull'agire e sull'agire contro le conserve culturali che devono essere superate attraverso l'attivazione del fattore S/C e l'azione che si avvia dopo che dentro di noi abbiamo superato delle resistenze alla non azione. È estremamente attuale e perfettamente nel solco dell'alternativa alla deriva della scelta come unico orizzonte dell'uomo digitalizzato. Nella mia esperienza con gli adolescenti ho sempre percepito forte le resistenze all'azione per quanto semplice e inizialmente corporea. La creazione di un setting adeguato e soprattutto del contesto di regole e di ambiti chiari in cui muoversi, non solo in senso fisico, hanno sempre permesso l'azione personale. Abbandonato il dito che sceglie l'agire ha sempre creato sensazioni di vitalità e il gioco che non è più 'gaming' ma si traduce in un gioco nella semirealtà.

La potenza del riportare nel qui e ora e attivare il fattore S/C risulta pertanto essere particolarmente efficace e quasi necessario rispetto ad alcune derive della digitalizzazione.

## Mettersi in scena

*Sui social ci produciamo, in francese "se produire" che significa anche mettersi in scena. Sui social performiamo le nostre identità.*

*La coazione a produrre trascina la coazione a essere performanti, nel caso del lavoro l'io non deve stare al centro, nel caso della prestazione l'io si rapporta solo a se stesso.*

*Il soggetto di prestazioni sempre più narcisistiche si sfrutta volontariamente e appassionatamente finché non collassa e il suo fallimento si chiama depressione o burnout.*

Nello psicodramma è tutto un mettersi in scena, è il cuore vero dell'intuizione di Moreno. Ma con quale differenze e qualità rispetto al mettersi in scena, in mostra, sul palcoscenico virtuale dei social!

La messa in scena psicodrammatica non richiede valutazioni anzi è in assenza di giudizio; si vive la piena libertà espressiva per come si può ma al massimo delle proprie possibilità. La messa in scena psicodrammatica NON è performativa, ci si sottopone allo sguardo dell'altro non per cercare dei like di approvazione! È una messa in scena che non prelude ad un piacere dell'altro atteso, ad una sua reazione che approvi o disapprovi e magari rimbalzi in condivisione con altri. Nello psicodramma si mette in scena una parte di sé per ricercare e sperimentare nuove possibilità di senso. La messa in scena psicodrammatica è narrativa e non additiva come quelle tipiche dei social.

*Tramite i social media produciamo senza sosta informazioni che devono piacere agli altri per alimentare il nostro narcisismo comunicativo. La nuova massima si chiama sharing: vogliamo condividere tutto con gli altri e questo provoca un chiassoso e assordante tsunami di informazioni.*

*Senza risonanza si è ributtati sul sé, si viene isolati. Il crescente narcisismo si oppone all'esperienza risonante perché la risonanza non è un'eco del sé ma è insita nella dimensione dell'Altro, significa armonia. La depressione è il punto zero della risonanza.*

Nell'attività psicodrammatica è essenziale un momento, conclusivo, in cui si vive la partecipazione, sharing appunto in inglese. Ma il confine e la modalità che il direttore ha sempre la cura di ricordare permettono una "messa in comune" completamente diversa rispetto allo sharing dei social media. Si mette in comune un elemento della propria vita, del proprio vissuto, che è riemerso per rispecchiamento durante la messa in scena di una parte del mondo interno del protagonista. Si fa riferimento alle proprie risonanze personali. Non si alimenta la comunicazione narcisistica perché la condivisione è di elementi personali ma in connessione con una storia appena vista. È una condivisione narrativa in cui le diverse esperienze confluiscono in uno spazio più ampio di senso. Non si condivide tutto...non avrebbe senso ma un elemento significativo, che è riemerso perché c'è stato uno sguardo sull'Altro.

Se la depressione può essere vista come il punto zero della risonanza, l'esperienza psicodrammatica è davvero un luogo di contrasto all'isolamento narcisistico.

### **Relazioni sui social e in teatro...lo sguardo per far vivere l'altro**

*L'elemento tattile è costitutivo di qualsiasi relazione, senza contatto fisico non emergono legami.*

*Utilizzando lo smartphone le informazioni che non mi interessano vengono scacciate alla svelta con un movimento del dito. Quelle che mi interessano sono zoomate. Lo smartphone potenzia l'autoreferenzialità. Nella comunicazione digitale l'altro è sempre meno presente, ci si ritira in una bolla che ci protegge dall'altro. Preferiamo non chiamarlo ma scrivere un messaggio perché per iscritto siamo meno esposti. Scompare l'altro in forma di voce.*

*Anche la voce possiede una dimensione cosale-corporea che si rivela nella sua "grana" nel modo in cui i significati emergono, la voce rende udibile il desiderio.*

*La digitalizzazione fa scomparire l'altro come sguardo. L'assenza dello sguardo è corresponsabile della perdita dell'empatia.*

*L'altro come sguardo è costitutivo della relazione con il mondo. Le belle cose artigianali scaldano in cuore, in qualche modo il calore [...] si trasferisce nelle cose.*

*Oggi il mondo rischia di essere privo di sguardi, non ci osserva più, si smarrisce l'alterità.*

*Questa povertà di sguardo è anche povertà di voce. Lo schermo digitale che definisce la nostra esperienza del mondo ci protegge dalla realtà. L'ego che va potenziandosi in maniera narcisistica non si lascia più toccare dall'altro.*

*Il fatto che l'altro scompaia è evento tragico, ma si compie in maniera così impercettibile che non ne siamo neanche consci. Scompare l'altro come mistero, come sguardo, come voce. L'altro si degrada a livello di oggetto da consumare. Il mondo costituito unicamente da oggetti disponibili e consumabili non permette di entrare con loro in relazione. Ogni relazione presuppone un interlocutore, un tu con cui avere un momento di reciprocità. Un oggetto consumabile non è un tu, non lo sono neanche le informazioni derivanti dai social.*

*Senza un tu non facciamo che girare intorno a noi stessi, la digitalizzazione favorisce la diffusione della depressione. Sottomettiamo ogni cosa ai nostri bisogni. Ma basterebbe una rianimazione dell'Altro per liberarci da questa povertà di mondo.*

*La comunicazione digitale danneggia considerevolmente le relazioni umane. Oggi siamo collegati, ipercollegati, senza tuttavia essere legati gli uni agli altri.*

*Connessione non è sinonimo di relazione. Il Tu ontologicamente viene sostituito ovunque dell'Es. La comunicazione digitale abolisce quasi del tutto l'interlocuzione personale, il volto, lo sguardo, la presenza corporea. In tal modo si accelera la scomparsa dell'altro.*

*Gli esseri umani sono creature della vicinanza che non elimina la distanza ma la comprende. La relazione con l'altro presuppone una distanza che viene variata. La comunicazione digitale rende ogni cosa priva di distanza. La relazione cede il passo al contatto privo di distanza. Questa dimensione di lontananza-distanza è una dimensione essenziale alla relazione, è come se da un mondo tridimensionale passassimo ad uno bidimensionale. L'esperienza della presenza di sé e dell'altro presuppone una esposizione, una vulnerabilità. Senza ferite odo solo l'eco di me stesso. Le ferite sono come orecchie tese verso l'altro.*

Che tipo di relazione (o di non-relazione?) rischiamo di vivere e creare in un mondo digitalizzato? Relazioni senza con-tatto, apparentemente protette perché in una bolla ma distanti o meglio distanziate, senza voce, senza sguardo, autoreferenziate in una spirale di tipo narcisistico. Non-relazioni perché l'Altro sta scomparendo.

Lo sguardo che viviamo nei social è soprattutto nostro verso gli altri, in modo curioso e morboso. I social diventano espressione narcisistica di noi stessi e della nostra voglia di guardare, ma come "guardoni", senza vera osservazione e soprattutto non ci lasciamo osservare ma solo guardare per quello che vogliamo mettere in mostra in attesa di follower e like.

Lo psicodramma è di fatto una possibilità completamente diversa e in opposizione alla modalità denunciata da Han. È un vero elemento di cura relazionale contro la deriva social. Il corpo viene considerato in tutta la sua presenza, in contatto con se stessi e anche in contatto con gli altri, contatti fisici proporzionati alle possibilità di ciascuno nel qui e ora. L'esperienza psicodrammatica è coinvolgente tutto il nostro essere a partire dal corpo per passare nel corpo e per ritornare al corpo, nostro e nella relazione con i corpi degli altri. In intensità diverse, a seconda dei momenti e dei gruppi, ma sempre presente. Un uso del corpo non solo nel contatto ma anche nella presenza e nel posizionamento nello spazio, posizionamento del protagonista ma anche dei componenti del gruppo. La voce è presente, voce che racconta ma anche voce che comunica emozioni, voce mia e degli altri...che mi danno anche voce! Mi danno voce perché mi vedono, è pertanto di straordinaria attualità e forza una delle intuizioni moreniane, dare voce all'altro con il "doppio".

Lo sguardo è costitutivo nello psicodramma, "...poi io ti guarderò coi tuoi occhi e tu mi guarderai coi miei" scrive Moreno nel motto messo a incipit del suo libro "Manuale di psicodramma. Il teatro come terapia". Sguardo che non è solo visione dell'esteriore ma sguardo dell'anima su un'anima, sguardo di un vissuto che fa vibrare e risuonare altri vissuti. Sono sguardi nuovi e inediti che contribuiscono a creare nuove possibilità, mai autoreferenziate. L'empatia si eleva a rispecchiamento e relazioni teliche.

Le occasioni di incontro psicodrammatico riportano ad uno stato di realtà non autoreferenziate, pur nel rispetto del nostro sguardo e della nostra verità soggettiva ma che non sarà l'unica perché sarà in relazione e in confronto con la realtà dell'altro e del suo sguardo su di noi.

Il richiamo alla dimensione spaziale come dimensione essenziale alla relazione che rischia di diventare "bidimensionale" senza spessore, senza profondità, piatta, è molto incisivo. Credo che in questo elemento spaziale, già presente in tutta la messa in scena psicodrammatica (nel posizionamento dei diversi attori della scena e nella sua evoluzione) oggi si presenta quasi la necessità di un particolare accento all'uso della tecnica di posizionamenti sociometrici. Questa è stata la mia esperienza con gli adolescenti: farli posizionare nello spazio circolare rispetto ad un centro (assunto da un componente del gruppo o dichiarato dal direttore) con la regola della vicinanza o lontananza del loro essere dal centro stesso, ha sempre prodotto grande stupore

e interesse. Sia nel momento della scelta che comporta uno spostamento dopo aver assunto una decisione identificativa sia nello sguardo sugli altri, sulla loro posizione. E sempre il desiderio di potersi esprimere (e ascoltare) sul motivo della propria posizione ha sortito comunicazioni ricche di contenuti, sovente inediti, comunicati al gruppo. Mi pare di poter dire che l'assenza di distanza vissuta in modo intenso dagli adolescenti lasci loro una "fame" di spazio che vissuto concretamente si mostra fame di relazione e di comunicazione vera.

Tutto quello che sui social porta a annullare la relazione vera, nello psicodramma è del tutto assente. Il teatro dello psicodramma è di nuovo e ancora teatro di terapia, terapia per la non-relazione digitale.

## Gli oggetti

*Il prossimo passaggio, già in atto, sarà la creazione di un mondo iperreale partendo dalle immagini.*

*La parola oggetto deriva dal latino obicere, opporre contrapporre obiettare. L'oggetto oppone resistenza, si contrappone, dove c'è lui non posso esserci io, lo devo spostare per prendere il suo posto o per passare. Tutto questo non c'è con la digitalizzazione, i media digitali riescono a superare con successo ogni resistenza spazio-temporale. E tuttavia proprio la negatività della resistenza è costitutiva dell'esperienza autentica.*

Nello psicodramma l'altro che abita il nostro mondo interno immateriale prende corpo come alter ego, prende spazio e posto nel teatro. Il teatro interno che è sostanzialmente immaginazione dematerializzata, un po' come la digitalizzazione, prende forma e sostanza sul palcoscenico del teatro. L'effetto smartphone e la digitalizzazione danno ancora maggiore forza al modo psicodrammatico di portare sulla scena concretamente in modo oggettuale e in azione il mondo interno. Esso diventa "opponente" perché diventa oggetto e quindi è reso possibile incontrarlo in modo autentico, attraverso una esperienza autentica, oggettuale, anche opponente, ma proprio per questa resistenza da vincere è resa possibile in modo mirabile una evoluzione e un processo di "cura".

*Gli oggetti transazionali o anche solo oggetti sono carichi di simboli e diventano contenitori di sogni di fantasia. Lo smartphone ci inonda di stimoli e opprime la fantasia.*

*L'inondazione di stimoli frammenta l'attenzione e destabilizza la psiche.*

*Gli oggetti transazionali promuovono una relazione con l'Altro, mentre con lo smartphone intratteniamo una relazione narcisistica, si pone come oggetto autistico.*

*La scomparsa dell'Altro è proprio il motivo ontologico per cui lo smartphone ci rende soli.*

*La comunicazione maniacale è un effetto del sentirsi solo, vuoti. Tuttavia l'ipercomunicazione non è appagante ma fa aggravare la solitudine perché manca la presenza dell'altro.*

*Il pensiero è nella sua essenza analogica, presuppone un elemento emozionale che quindi non può essere dell'intelligenza artificiale.*

*Soprattutto nella letteratura gli oggetti erano presenti, quasi ingombranti, ma avevano uno sguardo su di noi, la loro alterità permetteva in qualche modo anche di definirci.*

Il filosofo fa un parallelo tra gli oggetti transazionali di Winnicott, che permettono al bimbo di approdare con sicurezza alla realtà, e lo smartphone. In mancanza o perdita di entrambi, si vive un momento di panico ma del tutto diverso. Lo smartphone è oggetto narcisistico, l'oggetto del bambino è transizionale e incarna l'Altro. È quindi un vero oggetto che non può essere ceduto, lavato, spostato! Lo smartphone è cambiato con frequenza perché non importante per sé, ma per la sua funzione di infoma.

L'essere inondati di stimoli impedisce l'emersione del fattore S/C, che è la base per attivare la creatività e con essa la possibilità della rottura con gli schemi (la "conserva culturale" secondo Moreno) per creare nuove opportunità della cura del sé e della propria evoluzione.

L'ampio utilizzo di oggetti, anche simbolici, che viene fatta oggi nello psicodramma e in generale nell'uso di metodologie attive permette di ritrovare una dimensione oggettuale. Le proiezioni che si possono fare

aprono delle connessione tra il nostro mondo interno e la realtà esterna. Si rompe o meglio non si crea quella bolla di isolamento autoreferenziale tipico della deriva digitale.

*Le cose tuttavia non sono e non appaiono veramente tali fino a quando non sono usate per quello che sono, un paio di scarpe funziona davvero quando le infiliamo e andiamo in giro.*

Nello stesso modo i ricordi possono essere vissuti davvero non solo e non soprattutto quando vengono recuperati mentalmente, ma quando vengono messi in azione, quando acquistano un senso per me, vivo e visibile.

*La digitalizzazione fa fuori qualsiasi controparte, [...] privi dell'interlocutore non facciamo che ricadere nel nostro ego.*

Si eliminano gli interlocutori...i ruoli e i contro-ruoli, che invece sono fondanti le relazioni, sono in emersione sul palcoscenico psicodrammatico, la costruzione e l'azione della scena psicodrammatica è essenzialmente basata proprio sull'interlocutore, sull'Altro che concretamente compare e interagisce. Interlocutore che può nella magia psicodrammatica essere una persona fisica, un oggetto, un elemento onirico e fantastico.

*Le cose rendono il tempo tangibile, i riti lo rendono calpestabile. La digitalizzazione distrugge ricordi e contatti fisici.*

Il filosofo lancia quasi un grido di dolore che richiama la necessità di dirsi che siamo degli esseri umani fatti di corpo e psiche; la digitalizzazione creata dall'essere umano e dal suo sviluppo ha il grande rischio di minare la basi reali del nostro essere su questo pianeta nel qui e ora.

## Pornografia e erotismo

*Con i mezzi tipicamente social ci denudiamo volontariamente. Lo smartphone diventa un pornophone, mettiamo a nudo e in pasto a tutti cose anche molto personali.*

È molto forte l'immagine del pornophone...

Nel teatro di psicodramma condividiamo solo quello che desideriamo, che ci sentiamo in quel momento. Con la presenza di un gruppo, con uno sguardo vero è più difficile, per fortuna, mettersi a nudo mostrare una parte di sé. Ma allo stesso tempo è una parte di sé più intima, che non richiede "like". Nel teatro di psicodramma è possibile anche mettere in mostra debolezze come occasione di cura della persona. Si mette in mostra ma poco per volta, con una profondità crescente ma anche con la sensibilità del possibile, con il senso dell'insaturo. L'obiettivo non è denudare, ma mettere a nudo quello che è possibile perché sia visto con occhi nuovi, con altri punti di vista.

Se lo smartphone è un pornophone, il teatro è luogo del sentimento e dell'erotismo. Lo psicodramma è erotico.

*È solo il silenzio, il chiudere gli occhi a mettere in moto la fantasia. Senza fantasia c'è solo PORNOGRAFIA. Il disastro della comunicazione digitale prende le mosse dal fatto che non abbiamo più tempo per chiudere gli occhi.*

*Le informazioni sono di per sé pornografiche, nude senza veli senza mistero, la narrazione invece è erotica, c'è una zona cieca un campo cieco luogo della fantasia che si dischiude solo quando si chiudono gli occhi.*

In psicodramma si accede al proprio mondo interno per metterlo in scena, senza narcisismo. Lo si mette in scena ma con lo sguardo del vissuto della propria verità soggettiva, della propria narrazione, del proprio punto di vista e in modo evolutivo si sperimentano nuovi punti di vista. È una messa in scena erotica e l'incontro erotico continua con lo sguardo e il punto di vista dell'altro, mettersi al posto di, invertire i ruoli entrare dentro l'altro, scambiarsi i ruoli è tutto un movimento profondamente erotico ricco di sfumature e di vita non consumabile, ma solo vivibile.

## Riti rituali e routine

*Possiamo definire i riti come tecniche simboliche di accasamento, sono nel tempo ciò che la casa per lo spazio, rendono cioè il tempo abitabile, calpestabile come in una casa.*

*I riti sono tecniche temporali di accasamento. Fanno dell'essere nel mondo un essere a casa. Stabilizzano la vita strutturando il tempo. Rendono il tempo abitabile. A caratterizzarli è la ripetizione.*

*La ripetizione si differenzia dalla routine, la ripetizione è tratto essenziale dei riti che ricordano gli oggetti "in avanti", guardano il futuro. La ripetizione autentica è una forma compattante del passato e del futuro per un presente vivo.*

*I riti modellano i passaggi fondamentali della vita. Sono forme di chiusura senza le quali scivoliamo attraverso, rischiamo di invecchiare senza diventare vecchi e restare consumatori infantili che non diventano adulti.*

*Nel quadro rituale non consumiamo le cose, ma le usiamo.*

*I Riti creano una comunità senza comunicazione (verbale) mentre oggi domina una comunicazione senza comunità. I riti creano una comunità della risonanza capace di armonia.*

I riti non sono ripetizioni routinarie vuote e prive di senso, ma momenti di accompagnamento a passaggi evolutivi. In questo senso anche se sono cose antiche, ripetute e ripetitive non appartengono alle "conserve culturali" di Moreno, che potremmo definire come quelle strutture psichiche, culturali e fattuali che bloccano e impediscono l'evoluzione. La ripetizione dei riti, che va contro una coazione a produrre sempre del nuovo, è quindi un elemento nella stessa direzione dello psicodramma che porta la spontaneità e l'azione a liberare energie trasformative dell'essere umano per la sua cura anche sociale.

Rifletto poi come i gesti rituali presenti nelle organizzazioni (la campanella della classe, l'entrata in una riunione...) sono forse cose da riscoprire per non darli come elementi scontati, ma come momenti utili e necessari per abitare in modo più adeguato il qui e ora all'interno dei diversi ruoli.

*Il nuovo e la novità ad ogni costo determina una aspettativa di novità eccitante che arriverà facendo perdere di vista ciò che è già lì; a caccia di nuovi stimoli perdiamo la capacità di ripetere per approfondire e masticare e "imparare". In questo modo il nuovo si appiattisce velocemente e diventa routine alla ricerca di nuovi bisogni. Per sfuggire il vuoto ecco che consumiamo ancora più cose nuove, nuovi stimoli, nuove esperienze...Questo è parte integrante dell'economia neoliberista che attraverso la pubblicità porta ad un consumo intenso così come ad un vivere intenso.*

Lo psicodramma vive le esperienze nel qui e ora, senza aspettative necessarie di novità, cose nuove. Allo stesso tempo frequenta il campo delle possibilità che rappresentano quindi un elemento di profonda differenza rispetto al nuovo ad ogni costo. Le proprie esperienze vengono rivissute, in qualche modo ripetute per poterle guardare con un nuovo sguardo, un approfondimento di osservazione e sguardo appunto. È questo un movimento e un'azione profondamente diversa dalla ricerca veloce, consumistica, piatta e superficiale che è il declino descritto da Byung-Chul Han per sfuggire alla noia.

## Il dolore

*Le sofferenze sono cifra di un codice: contengono la chiave per comprendere ogni società. È necessario effettuare una ermeneutica del dolore. Se le sofferenze vengono lasciate solo alla medicina ci sfugge il carattere di segni.*

La medicina è evidente un elemento medicale, non desidero certo entrare nell'aspetto della cura psicologica/medica/psichiatrica, ma mi soffermo sulla medicina intesa come elemento esterno che arriva per guarire il dolore. Pensando allo psicodramma e alle metodologie attive in fase formativa credo che possano essere curativi rispetto a elementi di dolore intesi come malesseri soprattutto relazionali all'interno delle organizzazioni. Le situazioni di malessere non richiedono interventi esterni con ricette da applicare, ma un lavoro di attenzione al sintomo [al dolore] che non deve essere sottaciuto, ma rivissuto e guardato attraverso delle attività che liberino energie e possibili soluzioni dall'interno. In questo modo le "cura" sarà più facilmente riconosciuta e per dare risultati più profondi e duraturi.

*Oggi imperversa l'algofobia, la paura del dolore, si evita qualsiasi circostanza dolorosa.*

Nello spaccato che vivo nella scuola ho forte il rimando continuo di famiglie che fanno di tutto per evitare qualsiasi dolore, qualsiasi frustrazione o difficoltà ai loro figli. Mi riporta continuamente alla mente la descrizione fatta da Charmet (Charmet, 2000) rispetto al passaggio da famiglia normativa a famiglia affettiva. Molti adolescenti non riescono a sopportare nessuna situazione "dolorosa", un brutto voto, un rimprovero un po' energico come studenti, l'impossibilità di poter mangiare o bere in qualsiasi momento... sembra davvero che arrivino da una situazione in cui tutto è permesso per soddisfare i loro bisogni (basici) e che tutto è fatto in loro funzione perché non patiscano fisicamente, mentalmente e psicologicamente alcuna fattore di stress. Mi pare che un buon numero di loro stiano crescendo in questa società in cui avendo bandito il dolore non ci sia più nessun allenamento e frequentazione della sofferenza. Sofferenza che quindi terrorizza quando deve essere affrontata o vissuta, anche in minima parte.

*La società palliativa coincide con la società della prestazione dove il dolore viene interpretato come debolezza, qualcosa da nascondere e eliminare in nome dell'ottimizzazione. Oggi il dolore viene privato di qualsiasi possibilità di espressione, viene condannato a tacere.*

*L'odierno soggetto di prestazione si distingue essenzialmente dal soggetto disciplinare. Nella società della prestazione neoliberalista negatività come gli obblighi, i divieti e le punizioni cedono il passo a positività come la motivazione, l'auto ottimizzazione e l'autorealizzazione. Gli spazi disciplinari vengono sostituiti da aree di benessere. La nuova formula di dominio recita...sii felice. La felicità deve garantire un'interrotta capacità di prestazione. Senza alcuna costrizione esterna il soggetto, credendo di essere libero, si sfrutta volontariamente credendo di realizzarsi. SII LIBERO crea una costrizione più disastrosa di SII OBBEDIENTE.*

Volendo lavorare anche in organizzazioni private di tipo aziendale, credo che sia davvero un elemento di riflessione questo, da tener in fortissima considerazione per avere elementi in più di lettura di una situazione generale nella quale le persone che lavorano sono immerse anche senza coscienza.

Le metodologie attive psicodrammatiche possono essere momento in cui elementi dolorosi vissuti nei diversi ruoli lavorativi possono avere voce e espressione, in ogni caso spazio per poter essere in qualche modo vissuti, guardati, detti.

*Al capitalismo manca la narrazione della buona vita. La società dominata dall'isteria della sopravvivenza è una società di non morti. Siamo troppo vivi per morire e troppo morti per vivere.*

*Una caratteristica cruciale dell'odierna esperienza del dolore consiste nel fatto che esso viene percepito come privo di senso; abbiamo disimparato l'arte di patire il dolore. L'inesattezza del dolore suggerisce più che altro che la nostra vita, ridotta a processo biologico, è a propria volta svuotata di senso. La sensatezza del dolore*

*presuppone una narrazione che inserisce la vita in un orizzonte di senso. Il dolore mette in moto un racconto, mentre oggi viviamo in un'epoca post-narrativa. La narrazione è la capacità dello spirito di superare la contingenza del corpo.*

*Nella società palliativa disimpariamo totalmente come si fa a rendere il dolore raccontabile, anzi cantabile, a rendere il linguaggio, a traghettarlo in una narrazione. Privato del linguaggio diventa una questione tecnica.*

*Lo spirito giunge solo mediante il dolore a nuove scoperte, le trasformazioni sono legate al dolore. Senza dolore non è possibile alcuna vera conoscenza capace di rompere radicalmente con il passato.*

È assolutamente necessario avere strumenti e momenti che siano narrativi, momenti in cui si possa recuperare il senso di quello che sta succedendo, di quello che è successo. Il dolore è elemento personale ma la narrazione è e deve essere anche in qualche modo pubblica cioè di comunità. L'incontro con l'altro e i suoi rispecchiamenti, sguardi, tocco anche fisico sono agenti di cura e lenitrici del dolore. E questo anche per il dolore relazionale, le sofferenze in questo senso presenti in tutte le organizzazioni e lo psicodramma permette di dare voce al dolore silente e ridotto a silenzio.

## CAPITOLO 2

### Il mito e la sessione di psicodramma

Come la teoria del monomito di Campbell combacia in modo mirabile con la struttura della sessione psicodrammatica

Nell'analisi delle criticità, presenti o possibili, presentate da Byung-Chul Han emerge con insistenza un elemento costitutivo della tecnologia e della comunicazione, della loro struttura e dell'uso che se ne può fare.

La tecnologia è additiva e non narrativa. Aggiunge "cose" e informazioni una dopo l'altra, una sopra l'altra senza creare o cercare un senso. La sovrabbondanza di comunicazione crea un baccano che impedisce la calma e la comprensione. Inoltre la tipologia di comunicazione, come abbiamo visto, ha la principale caratteristica di essere di natura narcisistica, in cui il centro e il riferimento continuo è se stesso...sempre più distante dalla relazione con gli altri.

Tale comunicazione additiva e narcisistica non ha purtroppo risposte da dare alla ricerca di senso che ci accomuna come esseri umani e dalla cui soddisfazione dipende il benessere individuale e collettivo non consumistico.

C'è pertanto secondo Byung-Chul Han necessità di comunicazione narrativa o di narrazione in genere, che possa riportare l'attenzione al filo di senso che ognuno può intravedere nella propria vita.

Un tempo erano i riti nelle diverse società a restituire il senso del passaggio da uno status a un altro, da una tappa esistenziale a un'altra. Disattesi e abbandonati i riti, fatichiamo, spesso senza accorgercene, a dare un senso al nostro procedere.

Nella nostra società c'è un'effettiva carenza di riti, eppure essi modellano i passaggi fondamentali della vita, sono forme necessarie di chiusura di momenti fondanti la nostra esistenza.

I riti creano la comunità, rendendo il tempo "calpestabile". In tutte le civiltà antiche i riti, in particolare di passaggio, erano elementi essenziali che avevano lo scopo di assistere gli uomini durante processi di trasformazione che comportano mutamenti non solo nel conscio, ma anche nell'inconscio.

Sono sempre stati presenti i miti, racconti orali inizialmente, che avevano il preciso scopo non di dare risposte scientifiche, ma dar voce a realtà primigenie, realtà raccontate per soddisfare necessità religiose profonde, aspirazioni morali, istanze sociali. Racconti che portavano alla luce, per come ognuno personalmente li poteva "leggere", visioni di senso dei fondamenti delle diverse culture e civiltà.

I riti e i miti sono ricchissimi di simbologie e insieme quindi hanno avuto la funzione di fornire simboli che aiutano il progresso dello spirito umano.

Entrambi hanno come struttura interna una visione circolare. Dove partenza, svolgimento e arrivo/ritorno rendono possibile la loro ripetuta rappresentazione, frequentazione, narrazione senza che perdano la loro forza di guida e sostegno dell'essere umano attraverso il tempo e le vicende personali e collettive.

Il mito è quindi un racconto orale, simbolico, evolutivo e apparentemente semplice di un'esperienza o di un evento straordinari. Esso può essere ricondotto a contenuti e temi universali comuni alle varie civiltà della

storia dell'uomo. In questo senso il lavoro principale, che ha dato una svolta alla lettura dei miti e alla costruzione di "nuove novelle", è stato quello di Joseph Campbell che nel 1949 scrive "L'eroe dai mille volti".

Campbell compara un gran numero di miti presenti nelle diverse culture del passato e individua dei tratti salienti e trasversali presenti in essi. Individua uno schema ricorrente che riferisce ad un mono-mito primigenio che chiama "il viaggio dell'eroe".

Secondo Campbell l'esistenza di un filo conduttore universale che lega i miti dell'umanità non deve sorprendere perché affonda le sue radici nella psiche stessa dell'*Homo sapiens*. Nell'essenza il racconto mitico non sarebbe altro che un'elaborazione fiabesca-narrativa delle cosiddette fasi di passaggio, ossia dei momenti di maturazione in cui la mente umana è chiamata a fare i conti con il cambiamento.

Il mito pertanto è per antonomasia una narrazione. Tali racconti sono narrazioni, non additive, e sono portatrici di senso o di possibilità di accesso a strumenti trasformativi in cui ogni essere umano si può riconoscere. I miti sono strutturali in ogni cultura e fortemente attrattivi perché parlano a ciascuno di noi.

Nelle civiltà antiche le gesta degli eroi mitologici avrebbero aiutato la mente dell'individuo ad abbracciare in modo attivo e consapevole il cambiamento e l'evoluzione interiore, anziché rimanere intrappolato nelle fantasie infantili.

Secondo Campbell alla base della narrazione mitologica ci sarebbe un percorso circolare compiuto dall'eroe protagonista articolato in tre momenti principali: la separazione, l'iniziazione (o la trasformazione) e il ritorno.

Questo schema ricorsivo viene analizzato più nel dettaglio individuando diversi passaggi che in estrema sintesi si possono così presentare.

L'eroe sta vivendo la propria vita quando improvvisamente ha una chiamata all'avventura che lo spinge a lasciare tutto per andare verso l'ignoto. Viene sorretto da un aiutante fino all'attraversamento di una soglia dove generalmente deve affrontare un guardiano.

Superata la soglia, si trova in un mondo sconosciuto dove l'eroe deve affrontare un numero considerevole di prove. Durante esse compaiono figure (archetipali) ostili o di aiuto per il superamento delle prove stesse. Al culmine del viaggio affronta l'ultimo scontro che sancisce la sua ascesa e la conquista del dono finale, un talismano che sarà utile dono non solo per se stesso ma anche per la patria (o la comunità) a cui appartiene e da cui è partito. L'eroe riattraversa la soglia per ritornare a casa (vivo o morto) portando con sé il dono soprannaturale.

Sono rimasto letteralmente folgorato la prima volta che ho affrontato la lettura del libro di Campbell, ritrovando in modo per me sorprendente analogie con la struttura della sessione psicodrammatica. Lo schema della sessione psicodrammatica, come è stato rielaborato da Gianni Boria, presenta una possibile sovrapposizione sinottica con il viaggio dell'eroe.

Nel proseguo di questo capitolo della mia tesi cercherò di portare alla luce tali similitudini che mi paiono "incredibili" ma che penso possano in parte spiegare la forte attrattività dello psicodramma stesso per chi si avvicina ad esso, senza distinzione di provenienza né culturale né di studi né di altro...ognuno può vivere una sessione psicodrammatica proprio perché narra in qualche modo un mito...il nostro mito personale, ed è pertanto per tutti.

### **Le similitudini tra il viaggio dell'eroe e la sessione psicodrammatica secondo Gianni Boria**

Nella seguente tabella sono presentati a sinistra i principali passaggi del viaggio dell'eroe definito da Campbell e a destra i corrispondenti momenti presenti in una sessione di psicodramma in cui è presente un protagonista.

MITO	PSICODRAMMA
<i>L'appello o la chiamata dell'eroe</i>	La scelta del protagonista
<i>L'aiuto soprannaturale</i>	Presenza in carico del protagonista da parte del direttore
<i>Attraversamento della soglia dell'avventura</i>	Entrata nella semi realtà
<i>Il mondo sconosciuto</i>	L'esplorazione del proprio mondo interno
<i>La strada delle prove</i>	Svolgimento della scena (sovente in maniera inedita e inaspettata)
<i>Raggiungimento del dono finale</i>	Catarsi
<i>Nuovo attraversamento della soglia dell'avventura</i>	Abbandono della semirealtà, ritorno al qui e ora (hic et nunc)
<i>Il ritorno</i>	La scena viene smontata
<i>L'incontro con la comunità</i>	La condivisione del gruppo

Di seguito mi soffermerò sui diversi momenti descrivendoli dal punto di vista del mito come presentati da Campbell e nella sessione psicodrammatica, in modo da mettere in evidenza gli elementi sinottici dei due percorsi-processi che avvengono.

#### ***L'appello dell'eroe vs la scelta del protagonista***

*Nelle avventure mitologiche compare sempre una figura di guida, la cui comparsa dà inizio ad un nuovo periodo. Con la sua comparsa ciò che deve essere affrontato, generalmente ignoto, si palesa. Una serie di segnali sempre più insistenti rendono l'appello chiaro e non più frainteso. In questa fase del viaggio, l'appello può essere accettato volontariamente, l'eroe può essere trascinato, accettare per una svista o per qualche fenomeno che lo attira.*

La scelta del protagonista avviene dopo una fase di riscaldamento, che permette di entrare in un ambito da esplorare. Si può trattare di fatti portati dai partecipanti al gruppo o argomenti su cui il direttore pensa di porre attenzione per il bisogno del gruppo stesso. Il protagonista può quindi essere scelto o tramite una autocandidatura da parte di un componente del gruppo che manifesta il suo desiderio di esplorare e mettere in scena una parte di sé, o attraverso la scelta del gruppo che individua chi in qualche modo ha maggior "bisogno" di portare in scena una parte di sé.

#### ***L'aiuto soprannaturale vs presa in carico del protagonista***

*Coloro che hanno risposto all'appello incontrano per prima cosa un protettore che fornisce loro degli amuleti contro il "drago" che dovranno affrontare. Il vecchietto o la buona nonna sono frequenti nelle favole europee, la Vergine nelle leggende dei santi cristiani, ecc. All'eroe che si è posto sotto la protezione della Madre Cosmica non può succedere nulla di male. Ricordiamoci per esempio il filo di Arianna che riporta Teseo fuori dal labirinto, Beatrice per Dante.*

La prima cosa che il protagonista della sessione di psicodramma fa è incontrare il direttore, e il direttore prende in carico il protagonista. È un momento molto importante in cui si instaura un'alleanza [terapeutica] tra il direttore e il protagonista che si affida in questo momento per lo svolgimento della sessione. Il ruolo in questo momento del direttore è quello di garantire al protagonista che "ritornerà" dal viaggio" integro e cioè che potrà esplorare ciò che si sente in grado di fare, ritornando alla fine della sessione con una esperienza in più e non disorientato. Il viaggio nell'ignoto, nell'esperienza di mettere in scena una parte del proprio mondo interno, può essere carico di timori, e allo stesso tempo sappiamo come possa smuovere elementi inaspettati e potenzialmente destabilizzanti. L'accompagnamento e la fiducia che in questo momento del percorso il

protagonista affida al direttore dovrà pertanto garantire che in ogni momento il protagonista affronterà solo quello che sarà in grado di sostenere e che alla fine del percorso avrà la possibilità di integrare in modo coerente i diversi momenti vissuti per poter ritornare in una condizione di realtà ordinaria non scompensata.

### **Attraversamento della soglia dell'avventura vs Entrata nella semi realtà**

*Con l'aiuto della guida l'eroe giunge a incontrare "il guardiano della soglia" oltre il quale ci sono le tenebre e l'ignoto, la zona delle potenze soprannaturali, che immette l'eroe nell'ignoto.*

Nello psicodramma il protagonista esplora una parte del proprio mondo interno mettendolo in scena, un evento, un ricordo, una situazione più o meno distante nel tempo che riguarda un particolare ruolo vissuto. Per fare questo è necessario entrare in un contesto definito di semirealtà, in cui il protagonista possa essere immerso nel modo più intenso possibile nello spazio-tempo in cui l'evento o la situazione si svolge. Entrare correttamente e compiutamente nella semirealtà è un elemento molto delicato e di grande importanza. È il direttore che facilita, permette e in qualche modo autorizza il protagonista a poterlo fare. Nella sessione psicodrammatica generalmente l'entrata nella semi realtà avviene con un ingresso temporale preciso. I propri contenuti interni sono esplorati attraverso elementi scenici, come per esempio un episodio della propria vita, o le relazioni presenti in un determinato momento della vita, che sono caratterizzati da vincoli di realtà e il primo vincolo utilizzato, che pertanto permette l'attraversamento della soglia della semirealtà, è sovente il tempo. Il protagonista attraverso forme rituali di accompagnamento sensoriale e mentale viene inviato a riportarsi nel tempo dell'evento da esplorare...inizia quindi il suo viaggio.

### **Il mondo sconosciuto vs l'esplorazione del proprio mondo interno**

*Una volta varcato la soglia l'eroe si trova in un paese di sogno abitato da forme fluide e ambigue dove dovrà affrontare un certo numero di prove.*

Perché la situazione di semirealtà porti alla possibilità di veramente mettere in scena una parte del proprio mondo interno è necessario che il protagonista, aiutato del direttore, costruisca fisicamente la scena. Posiziona su di essa oggetti e altri personaggi in un contesto spaziale in cui posizione, postura, colore e forma siano il più corrispondenti possibili compatibilmente con lo spazio scenico e gli oggetti a disposizione. In questo momento in cui il protagonista si prende il suo tempo per ricreare il proprio mondo interno in scena, i componenti del gruppo presenti e posizionati una zona fuori dalla scena detta uditorio, vengono chiamati ad uno ad uno per impersonare (anch'essi in una situazione di semirealtà) le presenze della scena, persone o cose. La costruzione minuziosa della scena nei suoi elementi essenziali permetterà poi lo svolgersi seguente delle azioni sceniche in modo fluido e funzionale al processo.

### **La strada delle prove vs svolgimento della scena**

*L'eroe incontra diverse prove, le più varie che lo porteranno ad una prova conclusiva. Durante le diverse prove compaiono personaggi molto ostili da combattere e elementi inaspettati di aiuto e supporto all'eroe.*

La scena psicodrammatica si svolge in modalità diverse a seconda del contenuto che il protagonista ha portato. Si svolge comunque attraverso una serie di incontri in cui la polarità ruolo-controruolo viene agita per permettere al protagonista di poter guardare in modo nuovo e inedito una parte di sé. Il percorso si snoda guidato dal direttore attraverso passaggi che permettano l'emersione di elementi, conflittuali o meno, fino al centro, al cuore della scena, al punto o al momento "critico". Le scene possono essere più di una a seconda dello svolgimento della sessione. Una prima scena è un po' il punto di partenza apparentemente conosciuto dal protagonista per poi arrivare e agire aspetti e modalità inedite che permettono l'emersione di aspetti o di incontri inaspettati. Diverse in questa fase sono le tecniche e strategie tipicamente psicodrammatiche che il direttore ha a sua disposizione per facilitare il protagonista nel suo percorso di scoperta e incontro. Tecniche diverse ma che hanno tutte lo scopo di poter avere sguardi e punti di vista inediti, nutrienti e trasformativi.

### **Raggiungimento del dono finale vs catarsi**

*L'eroe raggiunge la prova finale o il matrimonio mistico dopo aver superato tutte le prove. Egli è al limite estremo della terra o nelle più profonde oscurità del cuore. Nel linguaggio figurato della mitologia la donna è la totalità che si può conoscere. L'eroe al raggiungimento dello zenith affronta una prova suprema e si guadagna il premio, il dono finale (archetipo dell'elisir dell'immortalità).*

Il protagonista raggiunge il punto di massimo di coinvolgimento e avviene la catarsi, vive cioè un evento di chiarificazione, di "illuminazione", in senso psicologico un momento di insight e coglie il suo senso di novità/rinnovamento/rigenerazione.

### **Nuovo attraversamento della soglia dell'avventura vs Abbandono della semirealtà**

*L'eroe attraversa la soglia dell'avventura per tornare a casa rendendosi conto che i due mondi in realtà sono uno solo.*

Il protagonista effettuato il suo percorso di incontri, nuovi punti di vista e comprensione interna di significati nuovi, abbandona la semirealtà per tornare nei suoi panni di oggi, nel qui e ora. Il direttore avrà avuto cura di congedare e far ritornare alla propria realtà i partecipanti del gruppo che si sono prestati a interpretare ruoli e controruoli nella scena psicodrammatica del protagonista. Anche in questo caso ci sarà pertanto un abbandono della semirealtà.

### **Il ritorno vs la scena smontata**

*L'eroe rientra alla vita di prima dotato del (nuovo) potere per diffondere la felicità fra gli uomini.*

Il protagonista completa il rientro nella realtà attraverso l'azione (che fa lui) di smontare la scena che aveva creato. In questo modo riporta nel proprio mondo interno le figure, i ricordi che sono stati protagonisti insieme a lui nella sessione di psicodramma. Li ripone dentro di sé ma trasformati per il nuovo sguardo che ha potuto sperimentare.

### **L'incontro con la comunità vs la condivisione del gruppo**

*Rimane nell'eroe la sconcertante differenza tra la saggezza portata dagli inferi (del viaggio) a la prudenza del mondo. Il compito difficile dell'eroe è insegnare di nuovo quello che erroneamente è stato interpretato, come esprimere ad una immagine a tre dimensioni un nuovo significato multidimensionale. L'eroe torna tra noi, trasfigurato per svelarci il mistero del rinnovamento della vita. Può essere la prova più difficile per l'eroe che ritorna dopo il viaggio deve resistere e sopravvivere all'urto del mondo.*

Il protagonista rientra nel gruppo dopo aver portato il suo dono, avendo messo in scena il proprio mondo interno e il viaggio che gli era possibile. Porta in dono un'esperienza vissuta che ha reso possibile una serie di rispecchiamenti e risonanze interne in tutti i partecipanti del gruppo. Il gruppo prende il dono e lo condivide e in parte lo restituisce rafforzato al protagonista sotto forma di condivisione di vissuti personali rispecchiati e risuonati. L'assenza di giudizio, la mancanza di interpretazione permettono al protagonista di completare il proprio viaggio interno amplificandoli attraverso il rispecchiamento telico comunitario. Nello psicodramma quindi il ruolo del gruppo (della comunità) è in questo momento è fondamentale e molto diverso da quello presente nel monomito. La comunità rivelando al protagonista le risonanze di ciascuno restituisce allo stesso piena "cittadinanza" di significato del viaggio appena avvenuto. E' un dono reciproco che arricchisce il gruppo stesso (adesso di nuovo al completo con il ritorno del protagonista) in una messa in comunione di vissuti, rafforzando il legame telico del gruppo stesso.

In sintesi...

*“non vi è alcun dubbio: quei pericoli psicologici che le generazioni passate superavano con l’assistenza dei simboli e degli esercizi spirituali delle loro mitologie e delle loro religioni, noi (poiché non siamo credenti o, se lo siamo, la fede ereditata non risolve i problemi reali della vita contemporanea) dobbiamo affrontarli da soli, o, nel migliore dei casi, con un aiuto incerto, improvvisato e raramente efficace. È questo il problema di individui moderni “illuminati” il cui razionalismo ha escluso l’intervento degli dei e dei demoni nella vita. [...] nei miti e nelle leggende possiamo ancora intravedere qualcosa del nostro cammino umano, [...] parte del nostro problema consiste precisamente nel come farlo” (op. cit. Pag 126).*

In risposta a Campbell: la sessione psicodrammatica è a tutti gli effetti un modo per farlo.

## **Elementi aggiuntivi e differenze significative apportate dalla sessione psicodrammatica**

Mi pare che le principali differenze della sessione di psicodramma rispetto al racconto dei miti siano:

### **La presenza di un gruppo/comunità**

Così come l’eroe è in sostanza solo a compiere il viaggio, nello psicodramma il “viaggio” del protagonista è costantemente accompagnato dal gruppo presente, dal momento della scelta del protagonista stesso, all’aiuto nello svolgimento della scena attraverso la presenza di io-ausiliari fino al momento della condivisione finale. Inoltre il gruppo essendo spettatore permette al protagonista di essere realmente in scena, con lo sguardo del gruppo sempre presente. In questo modo si rende “pubblica” la scena che quindi acquista qualità di realtà (anche se in regime di semirealtà) e non di proiezione mentale di tipo fantasmatico. L’assenza di ogni forma di giudizio permette ai partecipanti del gruppo di vedere e riverberano in loro stessi processi e contenuti portati sulla scena. Il valore della presenza del gruppo è sicuramente uno dei contributi più incisivi e rivoluzionari di Moreno. Il viaggio del protagonista è pertanto del tutto personale ma allo stesso tempo strettamente collegato e supportato dal gruppo con tutte le valenze positive di questa presenza accogliente.

### **Il protagonista non è un essere eccezionale**

L’eroe nei miti ha delle caratteristiche personali che permettono a lui di poter affrontare un viaggio nell’ignoto che nessun altro affronterebbe. Protagonista di una sessione di psicodramma può esserlo chiunque, perché il suo personale viaggio sarà quello che è possibile per lui per come è in grado di viverlo nel momento della sessione. Non viene mai richiesto una “missione impossibile”, ma il viaggio psicodrammatico è reso possibile, grazie al setting e all’avvicinamento riscaldato alla scelta del protagonista, un percorso di immersione nel proprio mondo interno per poter guardare e in parte rivivere realmente da nuovi punti di vista degli aspetti in parte irrisolti che ognuno si porta dentro. Quello che l’eroe faceva in modo “universale” e inavvicinabile, sul palcoscenico dello psicodramma diventa possibile per ciascuno. L’addestramento e dei percorsi più o meno lunghi in gruppi di psicodramma danno progressivamente la capacità, la possibilità e anche il coraggio di poter far emergere delle parti di sé più nascoste o critiche, ma sempre in un quadro di sicurezza e di accettazione personale. La simmetria nel gruppo di questa situazione libera energie da “eroe” in ciascuno rendendo possibile viaggi interni diversamente molto complicati o pensati come impossibili

### **Il fattore S/C**

L’eroe nel mito affronta tutte le prove con un grande spirito e capacità di adattamento, mettendo in mostra e utilizzando tutte le sue abilità, che sono state sicuramente uno dei motivi della sua scelta, per reagire in modo creativo agli imprevisti del viaggio. Il protagonista deve trovare il “coraggio” di iniziare il viaggio e le risorse per superare gli ostacoli. Deve avere la forza di rompere le proprie conserve culturali, per come le

chiama Moreno, per affrontare in modo creativo e nuovo una parte del proprio mondo interno. In questo contesto Moreno ha avuto una straordinaria intuizione che ha tradotto con il termine fattore S/C, un mix di spontaneità e creatività che appartiene a tutti, che è uno stato psico-fisico necessario per affrontare il viaggio psicodrammatico...ma che può (e deve) essere allenata! Non si tratta cioè di doti innate, talenti personali, doni della natura, ma modalità di visione, atteggiamento personale di "libertà" che Moreno di fatto dimostra che appartenga a tutti e che attraverso lo psicodramma possiamo far emergere e potenziare in qualsiasi momento della nostra vita. Possiamo quindi dire che lo psicodramma attraverso la sua pratica e frequentazione offre a tutti la possibilità di imparare a rispondere in modo creativo, spontaneo ed efficace alle sfide della vita, e non solo a coloro che dimostrano di possedere particolari attitudini o talenti, come nel caso degli eroi dei miti.

### **La presenza del direttore psicodrammatista**

Nella visione della sessione come viaggio mitologico, il direttore della sessione ha il fondamentale ruolo di garante. Egli è per il protagonista colui che assicura e garantisce che il viaggio sconosciuto si possa effettivamente compiere con il ritorno "a casa". Il ritorno sarà un ritorno da vivo, anzi, da eroe con nuovo dono! Il protagonista non ritornerà "disintegrato", ma avrà avuto modo di integrare il viaggio fatto con il suo mondo interno, potendo riporre al loro posto le proprie realtà significative psicodrammatiche in modo nuovo e più consapevole. Non farà un'esperienza traumatica dove le prove e gli incontri sulla scena lo "uccideranno", non saranno prove insuperabili che faranno fallire il viaggio. Il direttore è quindi garante di un viaggio reso possibile, con un biglietto di andata e uno di ritorno, grazie ad una attenta azione integrativa finale.

In conclusione possiamo dire che è del tutto evidente che la sessione psicodrammatica ha una struttura narrativa, dove il succedersi dei momenti strutturati, dei passaggi metodologici, dell'attenzione del direttore facilitatore/narratore permette l'emersione e l'integrazione di fatti, incontri, vicende che non sono additive ma che riproducono un senso, aprono e chiudono un percorso per quanto personale e tipico del mondo interno, ma mondo interno di ciascuno in quanto appartenente ad una comunità più ampia pur nella propria unicità.

In questo possiamo ritrovare la forza propulsiva delle intuizioni di Moreno che non poteva certo immaginare una società post industriale intrisa di comunicazioni digitali, ma che andando alla radice del percorso umano di ogni tempo e unendolo alla rappresentazione scenica teatrale ha aperto una strada estremamente virtuosa. Il cammino della comunità psicodrammatica e la particolare intuizione di alcuni (Gianni Boria) di essi ha permesso di mettere in chiaro aspetti metodologici tipici dello psicodramma classico che in maniera mirabile sono strumento di "cura" e di alternativa vera attenta all'essere umano sottoposto a rischi e derive molto pericolose come descritto da Byung-Chul Han. Il processo psicodrammatico, che è la vera attenzione e in parte il cuore di tutta l'attività sognata, pensata e realizzata da Moreno, ha degli aspetti di universalità così come i viaggi degli eroi nei diversi miti. Nei miti ciò che assume maggior valore non sono tanto le tipologie di prove e cosa affronta o ciò che l'eroe porta a casa, ma il viaggio in sé che permette anche il rispecchiamento di ogni componente della comunità che ascolta e assiste lo svolgersi del mito. Lo psicodramma conduce e permette ai protagonisti di effettuare un viaggio di andata e ritorno dentro il proprio mondo interiore, il proprio teatro interno; non ci si sofferma o si indugia sulle interpretazioni proprio perché è il viaggio-processo che interessa, il vero motore dell'esperienza evolutiva.

Il mito è un viaggio nelle forme diverse che può assumere, nei diversi luoghi che può percorrere, nelle diverse entità e persone che può incontrare: ma è sempre mito. È dalla sua forza evocativa, dalla sua forza narrante da cui ogni ascoltatore e ogni protagonista sulla scena psicodrammatica saprà trarre il proprio "insegnamento" e la propria forza trasformatrice. Non è un viaggio che si effettua una volta sola, ma è "il viaggio" che si percorre ogni volta che accettiamo di porci in ascolto della forza trasformatrice, evolutiva e curativa che è in noi.

## CAPITOLO 3

### Esperienze in una classe di adolescenti

Elementi di sperimentazione in un gruppo di adolescenti di scuola superiore,  
esperienze e considerazione di uno docente-psicodrammatista

Nel presente capitolo farò riferimento ad una esperienza di utilizzo delle metodologie attive all'interno di una classe di adolescenti. Non descriverò l'intero processo avvenuto durante gli incontri, ma mi soffermerò su una serie di accadimenti che, nel contesto della situazione analizzata, cercano di verificare e avvalorare le indicazioni riportate nei primi due capitoli. Cercherò pertanto di mettere in evidenza i momenti in cui mi sembra di poter intravedere la funzione di argine e cura dello psicodramma nei confronti di alcuni vissuti degli studenti che sono inseriti in una società post industriale, iperconnessa e additiva come analizzato da Byung-Chul Han.

#### Il contesto di lavoro

Nella scuola dove insegno ho avuto modo di sperimentare un percorso di metodologia attiva in una classe terza dell'Istituto professionale. La scelta si è rivolta ad una classe dove non sono insegnante diretto ma dove ho insegnato l'anno precedente. Gli allievi, quasi tutti, mi conoscevano.

La classe era composta da 22 alunni, 16 maschi e 6 femmine. 6 alunni presentavano diversi disturbi di apprendimento certificati e 2 erano in un percorso semplificato con accompagnamento da parte di insegnanti di sostegno.

La classe viene scelta per i seguenti motivi

- Era già stato fatto un intervento con metodologie attive alla fine del precedente anno scolastico, al rientro dal secondo lockdown per riattivare le relazioni tra loro, intorpidite e fortemente alterate dalla didattica a distanza. Gli effetti dell'intervento erano stati positivi avendo reso possibile una maggiore tranquillità e serenità nei rapporti della classe
- Nella classe è presente una insegnante di riferimento sia come numero di ore di lezione (insegnante di italiano e storia) sia come coordinatrice della classe. Tale insegnante era presente al primo incontro l'anno precedente e aveva intuito la potenzialità della tipologia di lavoro
- Tramite l'insegnante di italiano viene attivata una richiesta di intervento più strutturato per affrontare una situazione relazione della classe che via via diventa più conflittuale. Tale richiesta mi viene fatta dopo che è stata presentata e condivisa dal consiglio di classe dei docenti

Si ipotizzano 3 interventi.

#### **Analisi della situazione della classe dal punto di vista relazione e del ruolo di studente**

L'obiettivo che viene condiviso con l'insegnante di italiano è quello di creare un maggior affiatamento nella classe per migliorare il clima di lavoro, focalizzando una presa di coscienza dal parte degli alunni del loro ruolo di studenti e del senso del gruppo classe come spazio dove lavorare e vivere in modo più sereno possibile.

All'interno della classe la maggior parte degli studenti assumono con difficoltà il ruolo di studente; come molti adolescenti in questi ultimi anni, vengono a scuola portando il loro essere adolescenti e giovani in crescita senza aver chiaro il momento di formazione che vivono a scuola all'interno di un gruppo di lavoro. Essere coscienti di vivere in una realtà con limiti, regole, opportunità e scopi precisi riesce con molta difficoltà

ad essere percepita. Gli adolescenti vivono il contrasto con una realtà fatta di un numero elevatissimo di stimoli additivi che vengono vissuti in maniera equivalente e cioè senza una vera priorità, ma tendenzialmente tutti uguali allo stesso modo e la scuola dove i ruoli sono in gran parte definiti. È presente il senso generale della scuola intesa come luogo dove “devo” andare per imparare e dove ci sono cose da studiare, ma c’è un elemento fortissimo di dovere imposto dall’esterno e non anche (e sempre più nel proseguo del percorso scolastico) scelto e quindi assunto come proprio. Molto forte è la passività che ci sembra tipica dello stare di fronte ad uno schermo che tutto propone sempre ad una velocità notevole. Ci sembra pertanto assolutamente da mettere a tema del lavoro l’affrontare il senso (e quindi al narrazione) del loro essere presenti in classe.

Inoltre dalla analisi fatta dagli insegnanti emerge una crescente difficoltà negli studenti della classe a interagire tra loro in maniera rispettosa, non litigiosa in cui il giudizio vicendevole è estremamente presente. Questo ulteriore elemento di analisi pone l’accento sulle modalità di relazione tra loro. Una relazione che dovrebbe essere funzionale al ruolo da ricoprire e dall’altro deve dare il senso e la differenza del contesto. Di nuovo una ricerca di senso e non di indistinto comportamento anche confuso tra realtà e digitale. Si vuole permettere agli studenti di approcciare la classe come elemento strutturato della società e non come una community dove si può entrare o uscire.

Abbiamo concordato che l’insegnante di italiano fosse presente alle sessioni con il preciso compito, dichiarato agli studenti, di osservatrice speciale di quello che sarebbe successo. Gli studenti avendo un ottimo rapporto con l’insegnante medesimo hanno accettato di buon grado la sua presenza in tutte e tre gli incontri.

La durata di ogni intervento è stata di circa 2 ore e il setting l’aula stessa poiché le misure anticovid non permettevano l’uso di altri locali in maniera più libera. Pertanto ci siamo presi la libertà di gestire in maniera un po’ più elastica la possibilità di distanza reciproca. Concretamente abbiamo spostato i banchi sui lati dell’aula creando uno spazio centrale dove sono state posizionate sul perimetro e in modo circolare le sedie. È stato quindi creato un setting di lavoro in maniera diversa dalle normali indicazioni per attività di gruppo come queste. La scelta di questo setting merita qualche considerazione aggiuntiva prima di procedere alla disamina del lavoro effettuato.

### Costruzione del setting in aula

Questo primo aspetto è già stato elemento di lavoro. La costruzione del setting di lavoro.

L’ideale sarebbe avere un luogo, diverso dall’aula di lavoro quotidiano, dove gli studenti accedono accolti da chi dirigerà il momento di attività con metodologia attiva. Un luogo già predisposto con le sedie e eventuali altri elementi utili. Tuttavia negli elementi molto variabili della realtà ciò potrebbe non essere sempre possibile. In particolare in questi periodi pandemici o post pandemici. Ci auguriamo tutti che le chiusure e le forti limitazioni delle distanze, dell’uso delle mascherine ecc., siano elementi di vita che non torneranno, ma allo stesso tempo sono stati occasioni per adattamenti e sperimentazioni.

La costruzione dello spazio centrale dell’aula da parte degli allievi, fatto da loro, prima di incominciare l’attività vera e propria è sempre stato un momento di interessante osservazione per me. Dandomi evidenza di chi era più propenso al lavoro che avrei proposto o chi invece faceva difficoltà a farsi coinvolgere. Allo stesso tempo emergeva chi prendeva in mano la situazione come leader naturale per organizzare uno spostamento adeguato dei banchi e per far alzare chi era un po’ restio.

Dall’osservazione da parte dell’insegnante in questa prima fase è emerso che chi prende in mano la situazione per gestire la formazione del cerchio sono di solito due ragazze che sono sempre attive quando bisogna fare delle cose per la classe, ma anche qualcuno che di solito è un poco ai margini delle relazioni della classe.

Altro elemento che ho riscontrato utile è che fisicamente sono direttamente loro che rompono lo schema aula con posizionamenti reciproci, per esempio vicini o lontani dalla cattedra, attaccati al muro o alle finestre, in un angolo o al centro dell'aula. Questo movimento risulta già un riscaldamento e lo spazio creato pur non avendo cambiato stanza è uno spazio percepito come nuovo e diverso. Dedicato ad un momento particolare che è del tutto diverso rispetto alle lezioni. Non è mai stato vissuto come un momento di intervallo quanto piuttosto come una attività psicomotoria, in cui emergevano con diverse intensità ruoli evidentemente costruiti (come lo studente che doveva fare il pagliaccio per imbarazzo della situazione) ma anche forme di spontaneità e liberazione da una posizione statica, fisica e mentale. Il tempo di costruzione del cerchio portava progressivamente ad una discesa naturale del chiacchericcio e un aumento dell'attenzione nei miei confronti per l'attesa dell'inizio dell'attività.

Pur nella semplicità dell'azione fatta, gli studenti ogni volta rompevano uno schema e si predisponavano per fare e creare qualcosa di nuovo. L'azione ha permesso sia di variare il setting rispetto alle lezioni (frontali) solite ma anche di interrompere il movimento mentale di "scelta" che normalmente effettuano sugli smartphone durante ogni cambio d'ora. L'uso dello smartphone diventa un momento in cui gli studenti sono occupati o a immergersi nel mondo dei video che vengono consumati in pochi secondi per sceglierne altri o a controllare gli innumerevoli messaggi derivati dai social media, momento che è comandato dal "dito" che è deputato alla scelta (come osserva Byung-Chul Han) e non all'azione che parte da una intenzione.

Questo primo momento permette loro, inoltre, di incominciare a costruire insieme un elemento del loro gruppo uscendo dalla logica del gruppo formato da una addizione di singoli e attivando dinamiche interne anche inedite (come l'assunzione di leader inaspettato notato dalla docente di italiano) finalizzate ad un lavoro comune.

## Primo incontro - 15 febbraio 2022

Obiettivo dell'incontro: arrivare ad un pensiero condiviso di gruppo classe partendo dalle esperienze di gruppo personali

**CONTINGENZE** situazione COVID con l'impossibilità di fare il lavoro fuori dall'aula. Due studenti assenti.

Il percorso pensato per questo primo incontro parte da un momento di riavvicinamento (a coppie) in cui avviene uno scambio ("come sta andando in questo periodo") di riscaldamento e aumento della conoscenza, Il seguente passaggio prevede di ricercare elementi positivi nei gruppi di appartenenza (famiglia, gruppi sportivi, scout, ecc) arrivando infine in sottogruppi più ampi a definire quali elementi e caratteristiche sono desiderate e ricercate nel gruppo classe. Ogni sottogruppo decide la caratteristica che più lo rappresenta e per comunicarlo al gruppo nel suo complesso, a turno, dovrà fare un mimo che dovrà essere indovinato dal resto della classe. Si arriverà quindi ad avere 3 (o 4) parole chiave che caratterizzano il gruppo e che verranno appese su un cartellone nella classe.

Il percorso di identificazione delle caratteristiche del gruppo classe è stato un percorso di costruzione di senso condiviso. Un percorso non sommativo delle diverse attese o esigenze di ognuno, ma un momento di confronto, ascolto e decisione comune. Durante i diversi momenti vissuti dalla classe c'è stato un crescendo di confronto vissuto sempre più come visione dell'altro e ricerca di sintesi. In particolare quando sono stati costituiti i sottogruppi più ampi, sotto indicazione del docente, abbiamo messo nello stesso gruppo le persone che presentavano maggiori problemi di relazione, o per mancanza di relazione o per contrasti anche aspri generalmente riconducibili ad aspetti di antipatia, gelosia o dispetti reciproci. Nei sottogruppi il lavoro è stato sempre proficuo e sereno, gli studenti hanno cioè potuto vivere un momento di lavoro come gruppo classe ognuno con il proprio ruolo di studente, senza isolarsi con lo smartphone e senza evitare in qualche

modo la relazione. Le dinamiche all'interno dei sottogruppi si sono attivate in maniera spontanea e funzionale, avendo eliminato fonti di distrazioni esterne come lo smartphone e la possibilità di chiamarsi fuori dalla relazione stessa. La cornice di regole in particolare di tempo e obiettivo che doveva essere comune ha indubbiamente favorito un clima e un lavoro di confronto.

Un secondo momento della sessione che vorrei mettere in evidenza è quello relativo alla "messa in scena" del mimo della parola scelta da ogni sottogruppo.

Un momento iniziale di smarrimento e di imbarazzo per una consegna inaspettata è stato di fatto condiviso da tutti, ma superato in pochissimi istanti. Si è instaurato una dinamica attore-osservatore di ciascuno ma allo stesso tempo di tutti. In una classe dove l'apparire, il look, l'essere al posto giusto sono elementi molto presenti e caratterizzanti i diversi ruoli assunti dagli studenti, si sono vissuti dei momenti in cui non era la performance del mimo a essere importante ma la sua capacità di comunicazione, non era importante "farlo bene" ma fare in modo che gli altri compagni potessero cogliere il significato e non quindi l'apparenza. C'è stata molta spontaneità e non c'è stato nessun "like" ma spontanei applausi di tutti sia rivolti, talvolta con ammirazione, a chi riusciva a indovinare sia da parte degli osservatori ai mimi stessi.

Riporto una frase, che mi sembra utile, direttamente dai commenti di osservazione che la docente di italiano ha fatto. Il commento fa riferimento al momento di mimo dei sottogruppi:

*I gruppi devono provare a mimare la parola scelta per farla indovinare alla classe. Momento ludico di leggerezza e distensione; importanza del ridere e giocare insieme; emergono maggiore complicità e distensione rispetto all'inizio del lavoro e in generale del clima della classe.*

*Le parole scelte sono **UNIONE, LEGAME, BANCHI UNITI, SERENITÀ.***

L'ultima annotazione che faccio è relativa al valore aggiunto dell'osservatore docente che amplia e arricchisce l'osservazione anche attraverso la sua conoscenza pregressa degli studenti e delle loro dinamiche quotidiane oltre che dei tratti salienti dei loro caratteri. Gli studenti stessi hanno vissuto come nuovo ruolo quello dell'osservatore, erano in attesa, alla fine della sessione, della restituzione (fatta sotto forma di specchio) che la docente ha fatto loro. Non c'è stata nessuna forma di giudizio, ma una lettura e valutazione di quello che aveva visto in termini di dinamiche tra loro. Gli studenti hanno ascoltato con estrema attenzione un adulto di riferimento che li aveva visti all'opera in modalità diverse. Si è rimarcato in maniera positiva la definizione di ruoli diversi tra docente e studenti al fine della creazione di modalità di relazioni tra loro.

## Attività di proseguo e completamento del primo incontro - 23 febbraio 2022

### RESTITUZIONE ATTIVITÀ DI LABORATORIO PER GLI STUDENTI ASSENTI

Durante il primo incontro c'erano 2 alunni assenti. Ho pensato allora di provare a far fare un momento all'insegnante senza la mia presenza. Era già la terza volta che vedeva la tipologia di lavoro (altri incontri alla fine dell'anno scolastico passato) e ne avevamo parlato diverse volte. Insieme decidiamo un lavoro semplice sempre cercando di mantenere dinamiche attive.

La settimana seguente pertanto viene previsto un momento di restituzione da parte della classe ai due assenti e la costruzione fisica del cartellone rimasto in sospeso alla fine del primo incontro.

Questa la scaletta pensate insieme che ho lasciato loro come traccia da seguire. Nelle parentesi ho messo i commenti di carattere metodologico che ho comunicato loro in modo che fosse il più chiaro possibile il perché delle diverse azioni e consegne

#### TRACCIA-SCALETTA LASCIATA AI DOCENTI

Ci sono stati 2 assenti. Ottima occasione per far crescere nel gruppo la consapevolezza di quello che è successo. [Usiamo la contingenza come occasione per addestrarli all'osservazione e alla comunicazione]

Mettere 2 sedie davanti alla classe dove far sedere i due assenti.

Loro ascolteranno senza poter dire nulla, saranno solo in ascolto.

Primo giro libero (potrebbero intervenire 3-4 persone):

*"Che cosa abbiamo fatto?"*

[In questo momento si vede chi si vuole esporre e prende le redini come leader in dinamica del tutto diversa di quella libera. Potrebbe essere una buona osservazione esterna]

Secondo giro libero (di nuovo 3-4 persone):

*"Che cosa abbiamo visto o sentito che accadeva come gruppo?"*

Terzo giro...a partire da xxx (scegliere una persona che sicuramente darà un inizio adeguato, non banalizzante):

*"In una parola come mi sono sentito a partecipare al lavoro della settimana scorsa."*

[Il terzo giro invece riporta simmetria e circolarità. Lo sperimentano di nuovo e i due compagni assenti lo vivono anche se come spettatori. Autoosservazione dello stato d'animo che rimane dopo 1 settimana dal lavoro fatto]

Finito il primo... "A chi passi la palla?" fino a quando tutti si sono espressi

Adesso i due assenti hanno a disposizione 2 domande che possono fare direttamente ad un compagno:

*"Mi rivolgo a xxx e ti chiedo...."*

[Dialogo a due per non perdere una domanda e creare allo stesso tempo (o rafforzare) un legame positivo tra 2 componenti del gruppo. La scelta non sarà per nulla casuale, racconterà delle cose e potrebbe essere inedita]

A questo punto si prende un cartellone e si mettono le-4 parole emerse dai sottogruppi, il cartellone viene appeso.

[Si riporta in modo concreta il primo risultato del lavoro esposto e visibile a tutti].

“Abbiamo fatto un altro passo, ne faremo degli altri nei prossimi giorni e nelle prossime settimane”

### **COMMENTO DEI DOCENTI DOPO AVER EFFETTUATO IL MOMENTO**

*La classe racconta ai due studenti assenti al primo incontro quali sono state le attività svolte e le sensazioni che hanno lasciato; in un secondo momento i due studenti possono porre un paio di domande scegliendo chi sarà a rispondere. S. sceglie i più timidi e taciturni (T., C.), R. i compagni a cui è più legato. Emerge nuovamente la difficoltà nel rispettare i turni della comunicazione, parlandosi sopra con commenti. La classe è seduta nei banchi e le insegnanti sono ai loro consueti posti, il fatto di non disporsi in cerchio e che non sia presente il prof. Ducco rende la condivisione meno efficace e soprattutto meno distinta dal contesto della lezione.*

*Nell'ultima parte dell'ora vengono riportate le parole scelte dai quattro gruppi sul cartellone, che viene poi appeso sulla parete di fronte alla cattedra. Le ragazze si occupano delle scritte (in particolare S., R. e P.), i ragazzi appendono il cartellone.*

### **CONSIDERAZIONI**

Emergono pertanto alcuni aspetti degni di considerazione:

- La necessità comunque di trovare pur nella semplicità uno spazio e una disposizione che si differenzi dalla routine della classe, far rimanere gli studenti ai loro banchi per una attività prolungata rischia di essere troppo poco efficace
- La modalità di comunicazione senza il rispetto dei tempi e dell'assenza di risposta è un elemento difficile da acquisire che richiede tempo e addestramento, potrebbe essere necessario soprattutto all'inizio farli vivere come una regola legata alla attività
- L'assenza di un elemento esterno (direttore-facilitatore) è una criticità che nasce sia dalla definizione dei ruoli, sia dalla necessità di un addestramento specifico in questo caso dei docenti in modo che riescano meglio a creare un clima di lavoro diverso dalla lezione frontale. E' infatti emersa da parte loro molta difficoltà nel seguire quello che avevamo concordato. Pur nella semplicità dell'attività lasciata fare in autonomia...le piccole attenzioni, il ritmo nel dare le consegne, la "presenza" del direttore, la piena coscienza del processo ricercato e guidato...sono elementi che, mi rendo conto in queste situazioni, sono costitutivi della nostra professionalità e richiedono tempo per essere acquisiti. Nel capitolo finale della presente tesi introdurrò elementi di proposte per progetti futuri nella scuola anche in questo senso.

## Secondo incontro - 2 marzo 2022

Obiettivo dell'incontro: passare dai desideri all'azione per realizzarli

**CONTINGENZE** nessuna contingenza da segnalare

In questo secondo incontro si vuole accompagnare ciascun membro della classe ad assumersi singolarmente la responsabilità di una azione concreta che si sente di poter portare avanti per fare in modo che gli obiettivi di gruppo emersi la volta precedente possano essere concretamente agiti.

Questo secondo incontro è stato costruito, dopo un primo veloce momento di riscaldamento psicomotorio senza l'uso di parola, attivando inizialmente una maggiore conoscenza tra loro. A turno dal cerchio un alunno si metteva al centro dicendo: *"Sono un tipo che.."* e gli altri si posizionavano più vicini (molto) o più lontani (poco) a seconda di quanto si sentissero in sintonia con l'affermazione. Questa semplice attività di carattere sociometrico era stata pensata con un ritmo abbastanza sostenuto, ma ha presentato alcune sorprese che hanno fatto variare le tempistiche in corso d'opera. Il posizionamento al centro del cerchio avviene in modo molto fluido e gli elementi portati a conoscenza dei compagni non sono quasi mai banali e sovente riportano elementi inediti, sottolineati dagli sguardi interessati e talvolta stupiti dei compagni. Ad ogni posizionamento, dopo aver lasciato qualche breve istante di presa di coscienza di come il gruppo aveva occupato lo spazio, permettevo l'espressione di 3 o 4 alunni aiutandoli con l'inizio del doppio, per esempio: *"Mi sono messo qui perché..."*. In modo inaspettato emergeva con crescente interesse la voglia di raccontarsi da chi era preso in considerazione e il desiderio di ascolto da parte degli altri. Con lo sguardo molti di loro erano in attesa di poter dire qualcosa. L'attività allora ha seguito un criterio di simmetria non solo per il posizionamento al centro (a turno tutti lo hanno fatto), ma anche rispetto alle dichiarazioni degli altri compagni. La classe era al completo con 21 alunni e l'attività ha occupato più di 50 minuti, senza nessuna sensazione di noia o di fatica nell'ascolto e nell'attesa del proprio o altrui turno. E' diventata una vera e propria attività di scambio e crescita del co-conscio.

Le mie riflessioni su questa situazione sono le seguenti.

Gli alunni hanno potuto esprimersi senza sentire il giudizio degli altri o attendere i "like", hanno invece visto e poi sentito il punto di vista altrui rispetto a "come sono io". Hanno vissuto un momento di relazione e comunicazione semplice ed efficace lontani dagli schermi del telefono che isolano e non permettono la spontaneità della messa in comune. Hanno vissuto anche un momento di espressione e reciproca esposizione prima nello spazio (con il loro posizionamento rispetto al centro) e poi nella parola, potendo in qualche modo mettersi in scena senza il bisogno della performance, ma potendosi mettere in mostra semplicemente per quello che si vuole in quel momento dire di sé. E' pertanto emerso un crescente desiderio di raccontarsi e di ascoltare gli altri.

**Commento dell'insegnante in osservazione:**

*Gli studenti si posizionano facilmente e spontaneamente rispetto alle dichiarazioni dei compagni.*

*Attività a volte interrotta da commenti per suscitare l'ilarità altrui; interventi per suggerire se il compagno non risponde subito; necessità di riempire il silenzio. Difficoltà nello spiegare la propria affermazione.*

Il lavoro è poi proseguito con la scelta da parte di ogni studente di un oggetto personale che aveva in classe che lo rappresentasse come studente. L'oggetto veniva presentato a tutti e brevemente svelato. L'ultima attività è consistita nello scrivere su un foglietto una concreta azione che ognuno si impegnava a fare per

potere rendere vivi e possibili gli obiettivi che si erano dati il precedente incontro. Ogni azione veniva poi detta ad alta voce e posizionata sul cartellone che tornava quindi appeso in aula.

In questa fase del lavoro riporto alcune osservazioni relative alla scelta e presentazione da parte degli studenti di un oggetto che li rappresentasse in quanto studenti. La scelta è stata effettuata con qualche difficoltà, era il primo momento in cui si presentavano personalmente come studenti di fronte agli altri, attivando una capacità di autolettura di se stessi. Per alcuni di loro non è stato per nulla immediato e facile. Il clima del gruppo ha facilitato e allo stesso tempo reso “necessario” farlo, nessuno si è rifiutato di farlo anche i più timidi o quelli meno pronti a entrare in modo così attivo e chiaro nel ruolo di studente di fronte a se stessi e agli altri. L’uso degli oggetti come mezzo di comunicazione e di parziale significato simbolico è stato utile e proficuo in linea con l’allontanamento nell’uso del cellulare o delle immagini. La concretezza della scelta oggettuale e la fisicità di ciò che avevano scelto è stata anche di grande aiuto anche nel momento della spiegazione ai compagni.

L’insegnante riporta questo commento:

*Anche in questa attività emerge la difficoltà di rivolgersi ai compagni e di ascoltare senza commentare, emergono inoltre le difficoltà di riempire il proprio tempo a disposizione, di mantenere il focus sulla consegna e di focalizzarsi sul ruolo di studente.*

Tutto il percorso effettuato nel secondo incontro ha fatto emergere il lavoro talvolta faticoso degli studenti di entrare in modo attivo, chiaro e dichiarato nel ruolo di studente. Tuttavia è stato un percorso co-costruito da loro stessi, in cui l’assenza di indicazioni esterne tipiche della scuola (soprattutto da parte dei docenti) ha permesso lo svolgimento di un percorso anche in questo caso narrativo. Il gruppo è emerso per come in quel momento era in quanto classe, aumentando la consapevolezza del ruolo e della difficoltà di stare nel ruolo stesso. Anche l’ultimo momento quasi celebrativo in cui ogni studente davanti a tutti apponeva sul cartellone la sua azione futura a favore della classe è stata vissuta con senso di responsabilità pur nelle difficoltà. In merito l’insegnante commenta: *“L’attività ha fatto emergere la difficoltà di individuare azioni concrete da mettere in atto per raggiungere gli obiettivi comuni.”*

E’ stato un incontro in cui gli studenti hanno vissuto l’azione e il mettersi in scena come occasione per incontrare il loro essere studenti, lontani da comunicazioni individuali e con il vivere il loro senso di stare insieme ricercato e costruito insieme, in modo originale per il gruppo, reale e non mediato da visioni esterne presenti sulla rete o sui social. Un’esperienza pubblica in quanto ognuno era esposto e visibile agli altri componenti del gruppo e privata perché riferita solo a loro stessi, senza la necessità di “postare” alcun commento sui social. Una esperienza vissuta nel campo della realtà, del qui e ora, ancorata a oggetti e impegni concreti.

## Terzo incontro - 30 marzo 2022

Obiettivo dell'incontro: guardiamo le criticità presenti per raggiungere gli obiettivi

**CONTINGENZE:** la settimana precedente l'incontro, è avvenuto un episodio di un furto nella classe. Due studenti sono in DAD, quindi presenti ma collegati in video da casa. La presenza dei due ragazzi in DAD mi verrà comunicata solo alla mia entrata nell'aula per fare l'incontro.

Nelle due settimane precedenti l'incontro con la professoressa di Italiano si pensava al tema da affrontare con la classe e ci si era orientati sulle criticità presenti per raggiungere gli obiettivi di benessere che il gruppo si era dato nei due precedenti appuntamenti. Poi è avvenuto un episodio molto grave, un allievo subisce un furto di circa 300€, scoppia un forte litigio e animosità nella classe anche perché episodi analoghi erano avvenuti negli anni passati. La professoressa mi dice che si sono susseguiti nella classe interventi di colleghi e vicepresidenza che hanno avuto scarsi risultati. Gli interventi sono stati o sotto forma di "sermone" giudicante o alla ricerca dell'emersione pubblica del colpevole anche attraverso la richiesta di delatori. Di fatto non è emerso nessun colpevole, la classe si è chiusa in una sorta di mutismo di fronte al fatto e il clima è diventato molto freddo e sospettoso, l'evento ha creato e rivitalizzato spaccature tra gruppetti.

L'insegnante pertanto mi chiede di fare un intervento in merito, decidendo di non far saltare l'incontro previsto.

L'idea è la seguente: l'interessato al furto è un leader molto forte ma che si sente superiore, ha costruito il suo gruppo maschile di consenso e partecipa molto poco alle dinamiche della classe sentendosi di fatto superiore. Il punto che l'insegnante pone come centrale, e che condivido con lei, è che tutti gli interventi che ci sono stati nella classe non hanno mai dato di fatto voce agli studenti che risultano ammutoliti.

Decidiamo pertanto di non fare un incontro in cui la partenza sarà chiaramente "occupiamoci del grave fatto avvenuto tra voi", ma di permettere loro di scegliere come gruppo di cosa vogliono in qualche modo occuparsi.

Questa situazione non mi permette di avere una scaletta di riferimento precisa. Intendo pertanto fare un aggiornamento per lasciare lo spazio libero di espressione a tutti e al gruppo in quanto tale per verificare se il furto è davvero per tutti elemento di criticità come gruppo. Saranno loro che sceglieranno su cosa lavorare, sarà una loro emersione di necessità. La parte iniziale pertanto di "aggiornamento" la penso strutturata in modo semplice in cui ci sarà spazio per avvenimenti positivi e negativi. E poi...vedremo cosa emerge! Il punto di indirizzo rimane, per scelta condivisa con il docente di italiano, il lavoro su aspetti critici che sono di ostacolo al raggiungimento dei desiderata emersi come gruppo nelle volte precedenti e che sono fisicamente presenti in aula, appesi su un cartellone.

I due studenti in DAD sono coinvolti dando loro il compito di osservatori speciali e privilegiati di cosa accadrà durante l'incontro.

L'aggiornamento era incentrato su una cosa positiva e una negativa che erano successe nell'arco di tempo intercorso dall'ultimo incontro avvenuto. Prima a coppie e poi in 3 sottogruppi, si sono confrontati su questi aspetti. Alla fine ogni sottogruppo aveva scelto, tra tutte quelle portate dai componenti, o una cosa positiva o una cosa negativa che maggiormente aveva caratterizzato il periodo. Tre rappresentanti dei sottogruppi sono stati messi accanto con le spalle rivolte verso i compagni. Ognuno dei compagni doveva votare quale delle tre cose più gli sembrava rappresentare il periodo passato. Senza nessun dubbio il voto più consistente è stato dato all'evento "furto". Era pertanto emerso dal gruppo stesso che era l'argomento su cui avremmo continuato a lavorare per il resto del tempo mancante.

Era evidente che il fatto “criminoso” era stato molto significativo, ma l’emersione direttamente dal gruppo in modo spontaneo e senza nessuna direttiva esterna ha permesso di entrare in un argomento molto delicato perché il gruppo stesso ne sentiva la necessità. Non era per nulla scontato e questa scelta ha permesso loro di assumersi la responsabilità di parlarne e di affrontare l’avvenimento senza che dall’esterno, in qualche modo autoritario, ci fosse una indicazione in questo senso.

Il gruppo pertanto era pronto a questo punto a raccontare la propria verità, senza interpretazioni esterne che risultavano essere in qualche modo additive perché non avevano mai fatto riferimento al senso, e quindi al racconto, che il gruppo aveva o doveva darsi rispetto all’accaduto.

La ricerca di senso di un avvenimento all’interno di una comunità è vincolante rispetto alla crescita e alla buona riuscita della comunità stessa.

Sono stati due i momenti principali nello svolgimento del proseguo dell’incontro.

In un primo momento in cui gli alunni hanno avuto la possibilità di fare emergere i non detti. Un allievo ha preso il ruolo di “furto” e gli altri, in modo spontaneo, chi se la sentiva, dava voce a questo personaggio che era comparso un po’ all’improvviso tra loro.

E’ stato un momento molto liberatorio per qualcuno. Sono stati circa una decina gli alunni che hanno preso parola. C’è stato sicuramente una emersione degli schieramenti tra loro, ma in un momento di ascolto reciproco senza forme di giudizio con uno spazio temporale adeguato senza battibecchi. Anche chi è stato in silenzio e in ascolto, e che quindi non ha voluto esprimere a voce la propria posizione, ha partecipato ed è stato a modo suo presente nel gruppo.

Il secondo momento è stato vissuto per dare una prospettiva di uscita dall’accaduto e di reinizio per il gruppo. Il cartellone appeso richiamava l’unità tra loro e moltissimi interventi precedenti avevano fatto riferimento alla fiducia reciproca venuta meno. Sono state posizionate due sedie che davano le spalle al resto del gruppo, in una sedia (la sedia vuota) c’era il gruppo classe e sull’altra sedia a turno si sedeva uno studente per volta, a questo punto era necessario recuperare la simmetria di tutto il gruppo. Rivolgendosi al gruppo doveva dire che cosa avrebbe fatto di concreto per recuperare la fiducia e l’unità perse dal gruppo.

E’ stato un momento molto intenso in cui è emerso soprattutto il senso che ognuno di loro aveva dato all’accadimento furto all’interno della classe. Prima ancora di raccontare l’impegno più o meno concreto che ognuno prendeva, c’è stato in modo quasi corale la necessità di dare il proprio senso e la propria verità soggettiva dell’accaduto, ma mai indicando un colpevole o emettendo un giudizio verso dei singoli. E’ stato uno sforzo collettivo di vera narrazione, non una serie di affermazioni additive, ognuno per se’ ma l’insieme di visioni che componevano quello che il gruppo aveva vissuto.

Questo momento è durato più del previsto perché alcuni studenti, che non si erano in qualche modo esposti nel primo momenti di doppio al personaggio “furto”, hanno voluto utilizzare l’occasione per dire alla sedia vuota come vedevano la classe in quel momento e per quello che era successo.

L’ultima annotazione in merito a questo momento è relativa alla prima persona che si è seduta sulla sedia. Quando c’è stata da parte del direttore la consegna era palpabile la difficoltà di iniziare. E’ stata pertanto invitata l’insegnante che in quel momento poteva rientrare in gioco come adulto di riferimento del gruppo. E’ stato accettato da parte del gruppo che ha ascoltato con estrema attenzione. In quel momento l’insegnante non era confusa nel ruolo come un elemento del gruppo classe, ma svolgeva il preciso ruolo di docente/educatore che osserva e vede il muoversi del gruppo come spettatore. In parte il suo intervento, che ha avuto anche elementi affettivi importanti e dichiarati, ha autorizzato alcuni alunni a esprimersi con più libertà e allo stesso tempo ha dato una cornice ulteriore di senso all’espressione di ognuno di loro che non si è sentito giudicato neanche da un adulto di riferimento, che ha espresso la sua verità soggettiva e il suo specchio al gruppo stesso.

Alla fine di questo momento i due studenti in DAD, che hanno avuto il ruolo di osservatori, esprimono la loro soddisfazione per il lavoro portato avanti dalla classe e una sensazione di benessere. Constatano che queste attività li aiutano ad essere più uniti e sereni, anche se poi dopo un po' ricadono negli stessi errori.

L'ultimo momento è stato di autosservazione attraverso la consegna: *"In questo momento mi sento..."*

Ecco alcune delle frasi emerse e segnate dall'insegnante:

P. "Bene, a posto con me stesso"

D. "Molto bene"

S. (l'allievo a cui è stato fatto il furto) "Più rilassato"

T. "Stanco"

C. "Bene"

G. "Stufa dell'omertà"

S. "Normale"

B. "Meglio di prima"

### **Considerazioni finali dell'insegnante**

*In generale, gli studenti hanno espresso una sensazione di maggiore benessere e appagamento rispetto alla tensione creata dal furto nei giorni precedenti.*

*Dall'ultimo laboratorio alla fine dell'anno scolastico, il furto non è più stato rivangato e gli studenti si sono dimostrati più affiatati e collaborativi, anche in occasione dell'esame di qualifica (avvenuto nell'ultimo mese dell'anno) che hanno dovuto affrontare insieme. Inoltre il loro spirito di classe è riemerso in occasione di un evento luttuoso che li ha segnati profondamente, ma che li ha uniti ancora di più.*

In sintesi vorrei fare alcune osservazioni sugli elementi emersi durante questo ultimo incontro con la classe.

Un evento critico presente nel gruppo ha provocato reazioni di frattura interne. Il clima della classe è peggiorato e gli interventi esterni non hanno determinato evoluzioni positive, anzi, tendenzialmente hanno creato una maggiore rigidità delle rispettive posizioni. Un ulteriore elemento è stato l'uso delle "chat" dei social da parte degli studenti tra loro, ma soprattutto delle famiglie che sono intervenute con messaggi (riportatemi solo in modo molto parziale) poco consoni e forieri di confusione. Purtroppo è diventato uso comune nelle scuole creare delle chat tra i genitori degli alunni dove vengono talvolta riversati contenuti e reazioni senza controllo e fuori contesto. Gli alunni sono stati letteralmente bombardati da comunicazioni di vario tipo e da molte persone senza un vero quadro di riferimento. Una situazione molto tipica della nostra era di ipercomunicazione. I diversi interventi non avevano un chiaro svolgimento di senso o di priorità e sono stati vissuti da parte degli alunni in modo paritetico, "ognuno diceva la sua".

Nessuno aveva chiesto o dato voce agli studenti oltre la richiesta del racconto dei fatti.

Mi sembra che tale situazione sia emblematica del rumore talvolta assordante che si vive in una situazione di facilità di comunicazione.

Attraverso una attività con metodologie attive, gli alunni hanno avuto modo di ricostruire (o incominciare a farlo) il loro senso dell'accaduto, la loro narrazione, che nasce dal loro vissuto, non somma di visioni personali ma insieme co-costruito di verità soggettive che danno origine alla verità del gruppo.

La comunicazione finale di sostanziale benessere e di scioglimento di tensione che è stata dichiarata dagli studenti mi sembra una sintesi efficace del vissuto del lavoro fatto, pur nella difficoltà che hanno incontrato nello svolgersi delle attività.

Inoltre il commento dell'insegnante che abbracciava anche la parte finale dell'anno scolastico pone ulteriore attenzione al processo di integrazione del gruppo che ha portato a poter affrontare in maniera costruttiva per il gruppo di lavoro situazioni impegnative (l'esame di qualifica) e personali di sostegno reciproco (nel caso dell'evento luttuoso).

La creazione di spazi di confronto e scambio relazionale reali, non mediati da mezzi tecnologici, in cui possono emergere sia vissuti emotivi che cognitivi senza distrazioni esterne ha prodotto un processo del gruppo di crescita e di soluzione ad un avvenimento critico.

L'azione, la messa in scena, lo sguardo del gruppo sono stati indubbiamente elementi di cura per il gruppo.

## QUALCHE RIFLESSIONE DELLO PSICODRAMMATISTA RIVOLTA AL FILOSOFO

Durante questi incontri con una classe di adolescenti sono state vissute e viste una serie di situazioni che vanno nella direzione delle possibili "risposte" a Byung-Chul Han che sono state viste nel primo capitolo.

- Durante tutti gli incontri mai nessun smartphone è stato guardato anche solo per curiosità...o noia. La prima volta la regola è stata dichiarata (*"il telefono per le prossime due ore non ci serve e vi chiedo allora di spegnerlo e riporlo nella vostra cartella"*) mentre le altre volte è stato un implicito accordo. Le ipercomunicazioni sono tossiche e creano dipendenza, ma non hanno il sopravvento quando gli adolescenti sono riportati a vivere il loro corpo, il loro sentire e la relazione con l'Altro
- L'azione (creare uno spazio fisico di lavoro, muoversi per posizionarsi rispetto ad una affermazione di un compagno, spostarsi per scegliere un evento critico, posizionarsi su una sedia non rivolta verso gli uditori, ecc.) permette davvero di poter rompere uno schema relazionale o di pensiero per potersi dare una possibilità di espressione o di visione da un nuovo punto di vista
- L'ascolto dell'altro, silenzioso ma attento, come durante la presenza della sedia vuota, permette di poter sentire punti di vista che non avrebbero avuto luogo. La presenza dell'altro crea risonanze che anche se non espresse permettono una distensione emotiva di benessere generale, che non è stata vissuta ognuno per sé davanti ad uno schermo di telefono ma insieme ai compagni.

## CAPITOLO 4

### Una prospettiva di intervento nella scuola: dall'emergenza alla prevenzione

Le esperienze di metodologie attive fatte in alcune classi negli ultimi due anni e le riflessioni che ne sono scaturite, mi hanno portato a costruire un progetto di intervento nelle classi calato nella realtà che oggi osservo. Il primo aspetto in considerazione è la struttura attuale della scuola, in cui gli spazi (le aule), il loro utilizzo (i banchi posti frontalmente alla cattedra), i tempi fissi scanditi dal suono della campanella sono elemento di forte rigidità soprattutto considerando e la contemporanea esigenza crescente da parte degli adolescenti di avere occasioni, stimoli e modelli di costruzione di relazioni adeguate. Adeguate per l'età ma soprattutto adeguate per il ruolo che essi svolgono nella scuola, quello di studenti all'interno di un gruppo. Un secondo aspetto che mi pare estremamente importante è che gli interventi con metodi attivi non devono essere relegati a situazioni emergenziali o a percorsi in qualche modo occasionali. Quello che ho osservato in questi ultimi anni come insegnante è che gli adolescenti hanno sempre meno capacità di vita di gruppo. Le relazioni in dinamica libera che si riscontrano e che vengono agite sono sempre più istintive e denotano una carenza di schemi di riferimento. Direi che due a questo proposito sono gli aspetti che più incidono. Il primo è una sempre più ridotta presenza di gruppi primari nella loro vita (come osservato da molti sociologi o psicologi che si occupano del settore giovanile), gruppi che pur nella loro diversità sono, o meglio, erano luoghi di confronto, allenamento relazionale, costruzione di regole condivise ecc. Mi riferisco a gruppi parrocchiali, gruppi scout, associazioni di carattere politico, gruppi sportivi anche non agonistici, per fare alcuni esempi. Il secondo aspetto è quello analizzato nel primo capitolo della presente tesi e che fa riferimento all'uso straripante da parte dei giovani di comunicazioni digitali, digital media, social che non aprono alla relazione, ma rinforzano una bolla relazionale e narcisistica. Bolla che impedisce la crescita delle capacità relazionali, e forse anche, come diversi studi di neuroscienza dimostrano e affermano, della parte del cervello deputata alle relazioni e alle competenze necessarie per viverle.

Credo pertanto che sia necessario prevedere degli interventi più diffusi, a bassa intensità, che siano di carattere preventivo rispetto alle situazioni emergenziali (sempre presenti) e che mirino a costruire delle modalità di relazione ecologica positiva e serena nei gruppi classe.

Il terzo aspetto è un po' più delicato e di carattere sperimentale. Penso che le metodologie attive dovrebbero essere maggiormente patrimonio dei docenti, di alcuni docenti. La mia storia di formazione è da questo punto di vista particolare e non ha senso pensare e prevedere che un certo numero di docenti diventino psicodrammatisti per poter conoscere e fare nelle classi delle attività. Penso pertanto che ci sia la necessità di prevedere delle forme di addestramento che permettano ad un piccolo gruppo (inizialmente) di docenti di una scuola di essere in grado di applicare delle piccole azioni continuative nel tempo. Della azioni di mantenimento del gruppo classe, con le logiche presenti nella metodologia. Volendo fare una metafora io la vedo un po' come la gestione di una automobile. Quando c'è un guasto importante si chiama o si va dal meccanico, la normale manutenzione deve essere pensata dal proprietario. Analogamente in caso di emergenza relazionale in un gruppo classe è fortemente indicato un intervento esterno fatto in modo molto strutturato, mentre durante il normale svolgimento dell'anno scolastico ci possono essere delle attività che mantengano il clima e richiamino le regole condivise e efficaci di relazione. In questo senso nel progetto prevedo di attivare un gruppo di insegnanti con in quali si farà un gruppo di sperimentazione delle tecniche e di intervizione-supervisione di quello che succede nelle loro classi quando fanno delle piccole attività. La presenza di un docente-psicodrammatista permetterà di valorizzare tutte e due gli aspetti della formazione, conoscendo dall'interno le dinamiche tipiche di una classe.

L'elemento di supervisione poi è fortemente innovativo nella scuola. In nessuna occasione c'è uno spazio pensato per un confronto vero sulle "cose" che succedono nelle classi, confronto che possa portare a sguardi diversi sugli avvenimenti. Purtroppo il lavoro del docente nelle superiori così come è pensato e vissuto è estremamente autoreferenziale e isolato.

Fatte queste premesse la proposta è basata sul fatto che le metodologie attive prediligono l'azione e le situazioni agite per attivare attraverso il movimento e l'esperienza nuove opportunità relazionali che rompano schemi cristallizzati e interdipendenti a favore della spontaneità e dell'intersoggettività. Ogni individualità del gruppo ha le stesse possibilità di espressione, un tempo per ognuno per esprimere se stesso in un setting relazionale che favorisca e promuova la simmetria e la circolarità nel gruppo in cui è determinante il richiamo al ruolo di studente vissuto dagli allievi.

Il gruppo classe struttura le proprie relazioni interpersonali in modo libero non sempre riuscendo a creare climi sereni e favorevoli al lavoro di studenti. Tale situazione sembra essere sempre più frequente e risulta importante potere dare ai gruppi classe gli strumenti e le opportunità per strutturare relazioni gruppali più funzionali alla vita scolastica.

Per far questo si intravedono due tipologie di intervento sinergiche:

- Un percorso di "team building", di costruzione cioè del gruppo nel rispetto delle sue peculiarità, gruppo di adolescenti che non si sono scelti e che si frequentano quotidianamente in un ambiente formativo, la scuola, caratterizzata da schemi temporali e organizzativi rigidi.
- La necessità di potere effettuare degli interventi piccoli ma mirati per mantenere e promuovere nel tempo relazioni maggiormente equilibrate, cooperative e positive favorendo quindi un clima sereno e preventivo anche nei confronti di atteggiamenti di bullismo o prevaricazione tra studenti.

La prima tipologia di intervento è da affidare a formatori esterni alla scuola e specificamente formati per lo sviluppo di dinamiche gruppali, formatori che non intraprenderanno percorsi di carattere psicologico specifico, ma si faranno promotori di esperienze relazionali del gruppo di adolescenti nel loro ruolo di studenti.

La seconda tipologia di intervento è tipicamente affidata ai docenti della scuola, che devono essere adeguatamente formati e accompagnati con un percorso di supervisione/intervisione tra loro e un supervisore formatore esterno. Si prevede pertanto un primo gruppo di insegnanti che, attraverso un attento lavoro di progettazione e verifica continua del lavoro effettuato praticamente nelle classi, porterà all'interno di un certo numero di classi delle attività dedicate a favorire strutture positive di relazioni gruppali. Anche in questo caso il lavoro proposto agli studenti non sarà di carattere psicologico ma incentrato sul ruolo di studente e delle relazioni tra essi.

Le attività proposte all'interno delle classi saranno semplici e avranno cadenza variabile a seconda della classe, della risposta agli stimoli, al numero di docenti che potranno agire sulla classe stessa e ai monitoraggi intermedi che verranno effettuati.

Il numero di classi coinvolte dipenderà dalle disponibilità finanziarie del progetto, dal reperimento nella scuola di docenti interessati a tale progetto e alle tipologie di classi e relative problematiche emergenti. Pertanto il progetto è adatto sia a classi prime che incominciano il percorso nella scuola e che potrebbero beneficiare a medio-lungo termine di strutturazione collaborativa e attiva del gruppo classe sia a classi più avanzate che richiedono ristrutturazione delle dinamiche interne relazionali.

Gli interventi nelle classi da parte di formatori esterni sono da programmare durante il tempo scuola (al mattino) mentre le attività di supervisione sono programmabili nel pomeriggio con scadenza variabile ma indicativamente mensile.

## CONCLUSIONE

Come psicodrammatista mi affaccio ad una nuova attività, di cui vedremo con curiosità che cosa potrà essere, e per farlo mi sono chiesto in quale contesto adesso, nel qui e ora, mi sto per muovere. È questo lo spirito di osservazione che mi è piaciuto trovare e incontrare, con uno sguardo ampio rispetto ad alcuni aspetti fondanti il nostro modo di vivere oggi.

Sembra che dal punto di vista sociale siamo in un tempo in cui è arrivata una “tempesta perfetta”: viviamo in una società neo-liberista in cui il capitalistico consumistico ha trovato nuove strade per il suo sviluppo basato sul soddisfacimento del piacere attraverso la nostra libertà portandoci ad una stanchezza da autosfruttamento; la rivoluzione digitale sta rapidamente sconvolgendo la modalità di comunicazione che si vive soprattutto sui social media attraverso l'uso ormai inalienabile dello smartphone; la trasformazione della famiglia da normativa a affettiva rende i giovani orfani di limitazioni e punti di riferimento di adulti capaci di indicare delle strade; scompaiono i riti, elementi di collante per la comunità che non è più tale e si frantuma e si declassa in community; perdiamo il senso del dolore in una società palliativa in cui non è più accettata la sofferenza.

Ecco, ho voluto entrare nella stanza delle cose brutte o potenzialmente tali che vengono gridate da Byung-Chul Han per aumentare la consapevolezza e lo sguardo critico. Nel guardare la parte oscura è cresciuta la consapevolezza che le intuizioni di Moreno sono attualissime. Non poteva certo neanche immaginare una società iperconnessa e postindustriale come la nostra e tuttavia il suo lavoro, la sua ricerca e il suo metodo, andando alla radice dell'essere umano, sono possibili e fecondi anche oggi.

In questo mio scritto conclusivo del percorso della scuola di specializzazione in psicodramma ho messo il mio sguardo che è fatto di molti occhiali diversi, di esperienze diverse che ho permesso che mi provocassero, mi interrogassero e non mi attraversassero senza lasciare segno tangibile.

Un mio piccolo mantra personale che mi porto dentro da qualche tempo recita: “Nella vita le cose brutte quando decidono di arrivare non chiedono il permesso e fanno tutto quello che vogliono, le cose belle per viverle davvero bisogna sceglierle.”

Lo psicodramma è una delle belle possibilità che esistono concretamente per vivere in modo profondo e reale le relazioni e il nostro posto in questo mondo. Le esperienze fatte all'interno di un gruppo classe reale hanno portato una serie di evidenze, per me chiare, che i metodi attivi di derivazione psicodrammatica sono una reale possibilità di argine e cura per le derive negative che la nostra società occidentale ha di fronte.

Strade aperte, nuove sfide, terapia e formazione, cura e prevenzione...come psicodrammatista mi sento chiamato a percorrerle per come ne sarò capace, per come esse di apriranno davanti a me.

## BIBLIOGRAFIA

- Byung-Chul H., 2022. Le non cose. 121 pag. Giulio Einaudi editore
- Byung-Chul H., 2021. La società senza dolore. 80 pag. Giulio Einaudi editore
- Byung-Chul H., 2016. Psicopolitica. 110 pag. Nottetempo editore
- Byung-Chul H., 2012. La società della stanchezza. 130 pag. Nottetempo editore
- Campbell, J., 2012. L'eroe dai mille volti. Lindau Editore
- Charmet, G.P., 2000. I nuovi adolescenti. Raffaello Cortina Editore
- Moreno, J.L., 1985. Manuale di Psicodramma. Il teatro come terapia. Atrolabio Editore
- Spitzer, M., 2013. Demenza digitale. 325 pag. Corbaccio editore