

# Recitare per ritrovare se stessi

**Walter Orioli,**

psicologo, direttore della Scuola di formazione in Teatroterapia, Associazione Politeama Monza. Insegna alla Sorbona nel corso di Drammaterapia ed è autore di testi diventati dei classici sul tema del teatro in funzione terapeutica.



Conoscersi attraverso gli strumenti della recitazione e del teatro: questo il fine di una tecnica sempre più diffusa

## Un supporto alla psicoterapia?

*Sono una ragazza di 25 anni, molto interessata a tutto quello che ruota intorno alla psicanalisi e allo studio della nostra interiorità. Ho sentito parlare di teatroterapia come tecnica di supporto alla psicoterapia. Vorrei avere qualche informazione in più sull'argomento, in particolare mi piacerebbe sapere in che cosa consiste e per quali problemi è indicata.*

Susanna - Milano

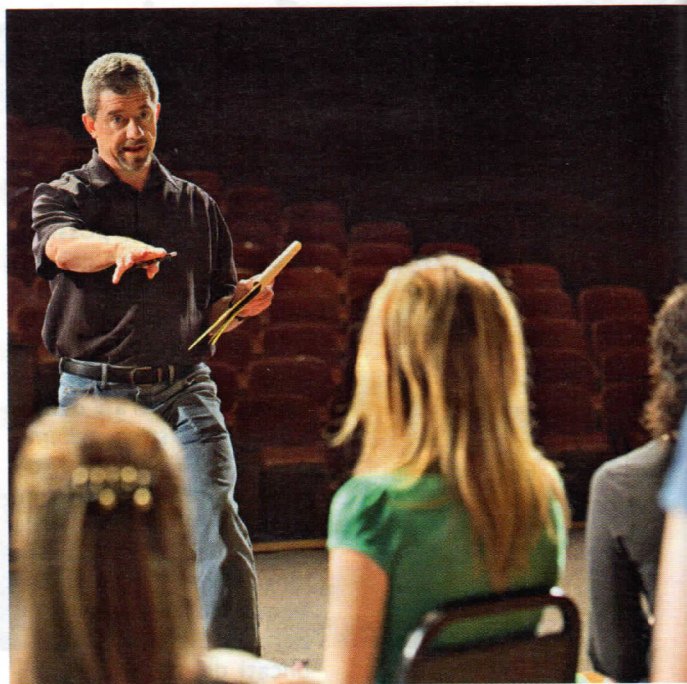
La teatroterapia è un'esperienza introspettiva che ruota intorno al piacere di fare teatro co-

me codice di relazioni e di espressione dell'attore. In fondo, è semplice come mangiare o giocare, anche se implica qualche forma di educazione al movimento corporeo e di impostazione vocale, indispensabili alla creazione del personaggio da mettere in scena e che rende possibile la trasformazione del Sé.

La disciplina implica il lavoro dell'attore su se stesso, che consiste nell'imparare a camminare con diverse posture, saltare, cantare, ballare, agire nello spazio con una profonda consapevolezza del proprio corpo e con altrettanta spontaneità; un training che avviene prima dell'espressione ed è fondamentale per la sua manifestazione, senza il quale non facciamo che scimmiettare gesti che conosciamo o abbiamo già visto da qualche parte. Un primo obiettivo consiste nel depurare il rapporto tra corpo, voce e mente nella relazione con l'altro e con se stesso al fine di svelare nel paziente-attore i mascheramenti posturali e sviluppare altri comportamenti recitativi.

Sia chiaro, in ogni modo, che la teatroterapia non produce diagnosi, né interpretazioni psicologiche e non può sostituire cure farmacologiche o psicoterapie individuali, ma le affianca rafforzando nuove visioni di sé.

Lei chiede anche per quali problemi è indicata la teatroterapia. Abbiamo verificato che è applicabile in ogni problematica, ma con modalità diverse a seconda



## \* LA TEATROTERAPIA SERVE A METTERE IN CONTATTO LA PARTE SANA CON QUELLA "MALATA" PER POTERLE INTEGRARE

delle disfunzioni. In ambito strettamente terapeutico lo psicologo-teatroterapeuta cura il paziente inserendolo lentamente nel gruppo di terapia a mediazione teatrale, portandolo con gradualità a riprendere contatto con il corpo, la voce, il patrimonio gestuale, la ritualità e infine l'espressione artistica. Spesso il teatro serve a mettere in contatto la parte sana con quella "malata" per poterle integrare o far sì che si accettino l'una con l'altra.

Come forma di terapia è adatta soprattutto per soggetti con identità non chiaramente strutturate, i quali possono scoprire le proprie capacità espressive, ma anche per i nevrotici e i casi di "border line" che,

proprio attraverso la ripetizione gestuale, trovano la possibilità di sviluppare l'lo adulto. Nelle depressioni, come nelle forme di autismo, il teatro apre spiragli di comunicazione che sono il preludio al cambiamento. Nei casi di psicosi grave si consiglia di partire dal lavoro sul testo, utilizzando in modo limitato i processi regressivi.

In ambito riabilitativo con carcerati, tossicodipendenti, disabili, non vedenti, persone anziane, il teatro è usato con scopi di risocializzazione, in quanto l'attività teatrale riporta il soggetto in contatto con la spontaneità, aiutandolo a riscattarsi dalle paure del passato. Per saperne di più le consiglio di consultare il sito: [www.teatroterapia.it](http://www.teatroterapia.it).