

Unità Operativa di Psichiatria n° 8 di Cantù - Erba - Mariano Comense

Direttore: Dr. Mario Vanini

LABORATORI DI DRAMMATIZZAZIONI ESPRESSIVE

Presso il CPS di Mariano Comense vengono svolti laboratori di drammatizzazioni espressive che si ispirano alla tecnica psicodrammatica di J.L. Moreno e si rivolgono ad utenti dell'UOP.

Questa tipologia di attività offre uno spazio particolare e specifico che si basa su "giochi di ruolo" messi in scena da un gruppo di persone, guidate da un conduttore/facilitatore. I partecipanti possono così portare rappresentazioni, utilizzare le proprie possibilità espressive e sperimentare differenti modalità relazionali ed emozionali. Costituisce dunque un "luogo" di accoglimento della complessità del mondo interno di ciascuno.

Tutto ciò si realizza in un contesto di "finzione" attuata in una sorta di "palcoscenico". E' proprio l'ingresso in una dimensione di "recita" che consente di esternare parti interne, affetti, emozioni in nome del personaggio che si sta interpretando. In questo modo è possibile venire in contatto con emozioni in uno spazio "protetto", che apre la strada ad una possibile riappropriazione emozionale.

La drammatizzazione espressiva consente di essere contemporaneamente in due mondi: quello virtuale del personaggio e quello reale in cui ci si osserva mentre si sta recitando. Un presupposto fondamentale è la filosofia del qui ed ora: riferirsi all'"hic et nunc" ci permette di cogliere l'immediatezza dell'istante e consente, pertanto, di esaminare le esperienze nel momento in cui nascono.

Queste drammatizzazioni permettono di "replicare" la realtà, ma come se fosse un oggetto esterno a noi che è possibile osservare prendendone le distanze. Consentono di dirigere la propria attenzione su se stessi per percepire qual è il ruolo che si gioca nelle varie situazioni esistenziali, avendo presente il ruolo altrui e quindi l'aspetto sociale e di relazione della vita umana.

Il soggetto si trova anche nella possibilità di scoprire non solo se stesso, ma di riconoscersi nei vissuti di altre persone.

Il gruppo costituisce una parte integrante delle drammatizzazioni: "vive" le esperienze individuali che diventano così collettive e reciproche.

Questa attività apporta quindi diversi benefici: consente di sviluppare l'espressione dell'individuo in un contesto di gruppo e di attuare una comunicazione con gli altri, apre alla possibilità di sentirsi più integrati, può accrescere autostima ed accettazione, può aiutare a riappropriarsi della gestualità. Costituisce quindi un'attività utile per esprimere il proprio Io e la propria creatività.