



SCUOLA ITALIANA DI PLAYBACK THEATRE

ELABORATO FINALE

Corso di Teatro per lo Sviluppo di Comunità

*Il Playback Theatre come Strumento di Cambiamento  
Personale*

*Dal fuori scena alla scena tra ruolo e posizione*

*Allieva: Erika Anna De Stefano*

*Relatore: Marco Finetti*

## INDICE

1. L'origine del cambiamento
2. L'inizio...
3. Il palco tra ragione e sentimento...
4. Lo spazio dei ruoli
5. Il "Dai... sì dai!"
6. Tra "ruolo" e "posizione"
7. Nuovi orizzonti

## 1. L'origine del cambiamento

Con il termine “cambiamento” si intende letteralmente: Mutamento, Trasformazione, Variazione.

E' un aspetto che nell'essere umano ho sempre trovato molto affascinante e soprattutto possibile.

In particolare grazie al mio percorso universitario, sono entrata in contatto con teorie psicologiche e sociologiche che parlano di cambiamento come trasformazione dell'essere da uno stato ad un altro.

Ma ancora di più ha lasciato in me un segno profondo lo studio del “colloquio motivazionale”<sup>1</sup> che porta al cambiamento.

Il colloquio motivazionale, introdotto nella pratica clinica da William R. Miller e Stephen Rollnick, è da anni riconosciuto come uno dei più potenti strumenti professionali per gli operatori sociali, sanitari ed educativi.

Il colloquio motivazionale si basa su un paradigma di pensiero che permette di aiutare ogni persona a cambiare la propria vita reimpostando quegli stili disfunzionali che nascono da un inadeguato adattamento alle problematiche della vita.<sup>2</sup>

È un approccio che consente di “agganciare” non la patologia della persona bensì di lavorare sulla sua motivazione, per rinforzarla progressivamente.

Io credo molto in questa teoria e anche con le persone con cui entro in contatto per motivi lavorativi, cerco di risvegliare in loro emozioni o desideri forti che possano diventare il vero stimolo al cambiamento.

Attraverso questo elaborato cercherò di descrivere il mio percorso di cambiamento, il mio cambiamento personale avvenuto mediante il Playback Theatre.

Un cambiamento lento e faticoso, per alcuni aspetti, da cui ne è uscita una persona diversa; un'altra Erika che forse non sarebbe mai arrivata, se un giorno sulla mia strada, mentre ancora studiavo, non fosse arrivata una persona a propormi qualcosa di inaspettato.

---

<sup>1</sup> William R. Miller, Stephen Rollnick, “Il colloquio motivazionale: preparare la persona al cambiamento”, Edizioni Erickson, 2004, pp. 50-53

<sup>2</sup> <http://www.ferdinandopellegrino.com/psicologia-psicoterapia-clinica-articoli-38/32-lo-stile-di-vita-disfunzionale>

Premetto che in realtà un grande cambiamento nella mia vita lo avevo già attuato qualche anno prima, quando, dopo aver preso una decisione molto importante, decisi di iscrivermi all'università, nonostante mille difficoltà, il giudizio delle persone e le incerte prospettive.

In quel momento della mia vita ero molto determinata a completare il mio percorso universitario e ciò si notò durante gli anni di studio.

Ma quello fu un cambiamento personale rivolto ad aspetti esteriori della mia vita, un cambiamento di ribellione e di rivalsea nei confronti delle persone che mio circondavano e delle decisioni sbagliate che avevo preso fino ad allora.

Il tempo passò e giunsi al tirocinio previsto nel percorso universitario in Servizio Sociale.

Fu qui che la vita mise quella donna particolare sulla mia strada. Ancora oggi credo che non sia stato un caso, tra tante tirocinanti, essere stata affiancata proprio dalla persona che mi presentò il Playback Theatre.

E fu così che un giorno venni a conoscenza dell'esistenza del "Corso di Teatro per Sviluppo di Comunità" della Scuola Italiana di Playback Theatre.

Da qui iniziò una nuova fase del mio lento, lungo percorso al cambiamento.

## 2. L'inizio...

Iniziare qualcosa di nuovo può risultare complesso e disorientante.

Spesso si è stimolati dalla curiosità e dall'interesse ma comunque, mettersi in relazione con persone nuove, può suscitare timidezza e imbarazzo.

Anche il mio ingresso nella scuola non fu semplice.

Mi ero iscritta alla scuola di Teatro per Sviluppo di Comunità con l'idea di seguire un percorso che avesse sempre attinenza con i miei studi sociali, ma in una chiave diversa dove non ci fossero più libri e banchi ma qualcosa di più attivo e pratico che mi permettesse di imparare cose nuove per una mia formazione personale, ma anche da spendere un domani in campo lavorativo.

Intraprendere questo percorso metteva però in evidenza una mia difficoltà; interagire con altre persone e, per farlo, avrei dovuto cambiare posizione nei confronti delle relazioni.

I primi contatti con i compagni di corso furono attraverso le tecniche così dette di “riscaldamento” volte a favorire la comunicazione fra i membri del gruppo, a far circolare le emozioni e a promuovere la spontaneità.<sup>3</sup>

Ma nella mia esperienza personale questo primo passaggio risultò molto difficile da affrontare, poiché, per come mi sentivo, mi sembrava impossibile entrare in relazione con l'altro.

La rigidità governava il mio corpo che quasi si rifiutava di fare qualunque cosa.

Gli esercizi che mi causavano maggiori difficoltà erano quelli di contatto fisico nei quali era anche richiesto uno scambio di sguardi tra noi allievi.

Altro momento di rigidità e imbarazzo lo provavo quando, incrociando i compagni, dovevo lavorare sulle differenti espressioni del viso in base ad un sentimento (allegria, stupore, rabbia) esternando la mia spontaneità ed espressività.

Può capitare che davanti a una richiesta esterna di fare delle “cose” ci sia un po' di rigidità, persone nuove, contesto nuovo, ma in me percepivo dei grossi limiti che portavo nei confronti degli altri.<sup>4</sup>

Erano le mie paure e le mie difese che nel tempo si erano rafforzate creando in me uno scudo protettivo nei confronti delle persone.

Il cammino verso il cambiamento era appena iniziato e le cose da cambiare in me erano tante e ben radicate, ma qualcosa di nuovo era pronto ad accogliermi, dovevo solo accettare che entrasse a far parte di me.

I mesi all'interno della scuola sono passati velocemente e lentamente sono riuscita a prendere maggiore confidenza con i compagni e con l'ambiente.

Ho iniziato a salire sul palco e ad apprendere le prime nozioni teorico/pratiche fino ad arrivare alla prima performance allievi.

L'emozione quella sera era altissima e i risultati sono stati gratificanti. Ricordo ancora benissimo che avevo talmente tanta adrenalina in corpo che a fine performance ho iniziato a ridere senza fine.

---

<sup>3</sup>Jacob Levi Moreno, <http://web.tiscali.it/jlmoreno/page11.html>

<sup>4</sup>Jacob Levi Moreno, <http://www.jacobmoreno.it/recensione002.htm>

Quella serata fu la prima di molte altre sempre ricche di emozione, preparazione e aspettative personali.

### 3. Il palco tra ragione e sentimento...

Il setting di lavoro del playback è il palco che può essere strutturato o creato a seconda delle situazioni, anche perché questa forma di teatro sociale avviene per le persone e tra le persone anche nei contesti meno convenzionali dove nascono le storie che poi prendono vita.

Come scrive J. Fox il Playback Theatre è un modo per restaurare la tradizione orale<sup>5</sup>

*“...è la presenza di uno speciale tipo di dialogo che si dispiega attraverso le storie dei narratori. Non si tratta di un dialogo ordinario, in quanto avviene attraverso le scene rappresentate sul palcoscenico. Troviamo più azione e meno parole che in un dialogo ordinario. In più, l’enfasi non è cognitiva.”*

Quindi all’interno di questo panorama c’è il pubblico e ci sono gli attori.

Questi ultimi attraversano diverse fasi per portare in scena il cuore di una storia o di una singola emozione.

*“Nel playback theatre è più corretto parlare di attori piuttosto che di io-ausiliari. Nello psicodramma la funzione di io ausiliario viene solitamente assunta dai membri del gruppo. Anche quando vengono utilizzati io ausiliari professionisti essi sono parte del gruppo, ne vivono tutte le esperienze, eccetto quella di essere protagonista”<sup>6</sup>*

*“Nel playback theatre non vi è un protagonista, che mette in scena la sua problematica psicologica o relazionale, ma un narratore che racconta un frammento significativo della sua storia. Questo frammento può essere un problema, ma anche semplicemente un aspetto divertente o tragicomico della sua esperienza. Il narratore racconta e poi osserva gli attori che danno forma drammatica al suo racconto. Viene utilizzata la funzione di specchio, non l’inversione di ruolo, né il doppio, per lo meno in modo intenzionale ed esplicitato. Vi è separazione tra chi narra (= il pubblico) e chi agisce drammaticamente (= gli attori ).”<sup>7</sup>*

---

<sup>5</sup> Rubrica: PLAYBACK THEATRE, Jonathan Fox, “Playback theatre: un rituale per i nostri tempi” p.3

<sup>6</sup> Luigi Dotti: “Forma e azione, metodi e tecniche psicodrammatiche nella formazione e nell’intervento sociale” – F. Angeli ed. Milano, terza ed 2007

<sup>7</sup> Ivi, p.3

Un aspetto importante da comprendere è il concetto di “ruolo”.

Secondo Moreno il Ruolo è la forma operativa che l'individuo assume nel momento in cui reagisce ad una situazione specifica nella quale sono implicate altre persone od oggetti.<sup>8</sup>

Il Ruolo è l'espressione vera, autentica del nostro modo peculiare di essere in quel momento.

Il ruolo è l'espressione vera dell'essere.<sup>9</sup>

Per arrivare ad esprimere “l'essere vero del qui e ora” bisogna imparare ad ascoltare le emozioni con la parte più profonda di noi stessi, “la pancia”, e non razionalizzare.

Nel libro di Massimo Enzo Grandi, l'autore descrive questo momento come l'importanza che un'azione venga compiuta in una sfera ben cosciente del Qui e Ora, senza trovare nel passato la causa del proprio agire con lo scopo di una conseguenza nel “futuro”<sup>10</sup>.

Proprio in queste parole ritrovo l'essenza che ho cercato di fare mia per riuscire a portare in scena il cuore delle storie.

Non pensare a esperienze passate personali e, soprattutto, non agire con razionalità pensando al risultato finale del mio agire.

Riuscire ad attuare nella realtà questi principi è essenziale nel PT per lasciare il maggior spazio possibile alla spontaneità e alla veridicità dell'emozione che arriva all'attore dal racconto del narratore.

Portare in scena un ruolo pensando al risultato finale, priva l'agire dell'attore della naturalezza che invece nasce proprio dall'immediatezza dell'azione.

Nella pratica della mia esperienza non è stato per niente facile questo passaggio che piano piano ho imparato a capire.

Quello che mi capitava era di comprendere ciò che in teoria avrei dovuto fare, ma poi, nel concreto, attivavo altri meccanismi che mi appartenevano di più.

Effettivamente riflettendo sul mio percorso, capisco che in prima battuta agivo come avevo imparato a comportarmi grazie alle esperienze della vita.

---

<sup>8</sup> Luigi Dotti: “Lo psicodramma dei bambini”, F. Angeli ed. Milano, terza ed 2009, p.4

<sup>9</sup> Ivi, p.1

<sup>10</sup> Massimo Enzo Grandi, “Qui e Ora: Un eterno "ora" nel "qui" che si trova ovunque”, Chakra Edizioni 2011, p.10

Molto razionale, organizzata e precisa per molti aspetti, non ero in grado di lasciare le situazioni senza controllo, né tantomeno di elaborare stimoli esterni attraverso i sensi.

Ricordo benissimo i momenti in cui pensavo a “cosa fare” in scena e superare quella barriera per me è stata la cosa più difficile che mi ha cambiata anche come persona.

Ma questo passaggio, un po' per tutti gli allievi, deve avere il tempo di maturare per compiersi.

Naturalmente la soggettività e i vissuti personali incidono notevolmente sui tempi e i modi in cui avvengono i cambiamenti di crescita e acquisizione delle competenze.

Il momento cardine in cui l'attore deve mettere in funzione la sua “pancia” è quando si trova nella posizione del “fuori scena” cioè una posizione neutra di ascolto attivo di ciò che il narratore sta raccontando.

L'ascolto attivo avviene nel “qui e ora” e pone attenzione al significato del messaggio per riuscire a cogliere ciò che si esprime nella comunicazione verbale sapendo cogliere i contenuti, attivando un processo costruttivo, attivo, attento e non un semplice “sentire”<sup>11</sup>.

Ascoltando la narrazione della storia è importante che l'attore si lasci attraversare dalle emozioni che il racconto ci trasmette e non tanto dai singoli episodi, importanti per contestualizzare la storia, ma che non devono essere visti come l'essenza da portare in scena.

L'attore porta sul palco l'emozione che ha raccolto dalla narrazione per poi trasformarla in azione attraverso il movimento del corpo, nel suono della voce e nell'espressività del viso.

Per me è diventato un momento di grande liberazione positiva entrare in scena, mi sento bene interiormente e carica di energie che mi permettono di esprimere al massimo tutto ciò che sono riuscita ad interiorizzare del narratore e della sua storia.

Entrare in scena significa assumere un ruolo ed è importante, come scrive Marco Greco nel testo “Lo specchio nel Playback Theatre”, che le azioni di performance non riproducano solamente l'azione raccontata, ma che i performer si assumano la responsabilità di

---

<sup>11</sup> Annamari Ziliani, Beatrice Rovai, “Assistenti sociali professionisti” Carocci Faber Edizioni, 2008, p97



restituire delle soluzioni, di donare delle idee nuove, degli esiti che sono, inevitabilmente, sorprendenti. E' un tema di responsabilità. La "responsabilità di offrire lo specchio".<sup>12</sup>

La tecnica dello specchio *nello psicodramma classico (J. L. Moreno)* consiste nel porre il protagonista fuori della scena in posizione di osservatore della scena stessa, che viene interpretata da un alter ego, da altri "io" ausiliari.

Il protagonista in tal modo può vedersi "fuori dalla scena".

Quanto descritto è quello che a questo punto della mia formazione cerco di fare ogni volta che salgo sul palco.

Il concetto di responsabilità, inteso come la "possibilità di prevedere le conseguenze del proprio [comportamento](#) e correggere lo stesso sulla base di tale previsione"<sup>13</sup>, mi appartiene particolarmente per il mio modo di essere e per l'educazione che ho ricevuto, ma in questo contesto è importante che venga letto come un processo positivo di attenzione e di rispetto verso la persona che narra e la sua storia.

Non lo vivo mai con ansia e giudizio, ma con attenzione!

Secondo la mia esperienza, solo attraverso una presenza totale del performer durante la narrazione della storia, con ascolto attivo (cercare di comprendere l'altro stabilendo un rapporto positivo caratterizzato da un clima in cui una persona possa sentirsi empaticamente compresa, accettata e non giudicata)<sup>14</sup> e partecipato, è possibile portare sulla scena il cuore della storia e le emozioni che si racchiudono al suo interno.

Durante una performance nel mettere in scena una storia, non la si riproduce solamente, ma si prova a far emergere il detto e il non detto del narratore, ciò che si potrebbe nascondere dietro un sospiro o nella profondità di uno sguardo.

Quando il narratore, alla fine della performance, si stupisce di cose viste, ma non dette, di aver ritrovato vissuti nascosti o ancora, di aver osservato situazioni e provato emozioni a cui non aveva pensato, ecco questa per me è la magia del Playback Theatre.

#### 4. Lo spazio dei ruoli

---

<sup>12</sup> EXCHANGE 2010 , Atti del convegno, Marco Greco, "Lo specchio nel Playback Theatre", p.9

<sup>13</sup> <http://it.wikipedia.org/wiki/Responsabilit%C3%A0>

<sup>14</sup> <http://www.medicitalia.it/dizionario-medico/ascolto-attivo>

Alcuni aspetti fondamentali del playback che gli attori devono imparare a gestire sul palco sono: ascoltarsi tra di loro e accogliere gli stimoli che provengono dai compagni.<sup>15</sup>

Nel momento in cui si entra in scena portando il proprio ruolo, la concentrazione è tale da rendere difficile pensare di riuscire a fare qualunque altra cosa, la mia sensazione personale spesso è quella di trovarmi in una condizione di isolamento mentale che ho imparato a gestire un po' per volta.

Riuscire ad avere una visuale d'insieme che consenta all'attore di osservare anche gli spostamenti e le iniziative che i compagni portano sul palco.

E' indispensabile riuscire ad avere un panorama completo di ciò che gli altri attori portano sul palco per poter gestire al meglio l'alternanza delle singole azioni e voci.

Solo mediante un processo di ascolto e di osservazione di ciò che avviene sul palco da parte degli attori, è possibile dare vita alla storia e al suo significato in modo autentico evidenziando i diversi livelli che si possono ritrovare al suo interno.

Nel Playback Theatre si può lavorare su vari piani: personale, gruppale, sociale e archetipico/transpersonale.

Ognuno di questi richiede un suo spazio che viene conquistato sulla scena dall'attore che ha intenzione di portare un ruolo che esprima quel livello in particolare.

Diventa quindi essenziale ascoltare gli altri per "sentire" se qualcuno desidera entrare nella scena portando qualcosa di diverso che ha bisogno di trovare il giusto spazio.

I quattro livelli rappresentano le diverse angolazioni da cui è possibile fotografare la narrazione.

*Personale*, riguardante la singola persona (attore) con la propria soggettività porta sul palco il ruolo in prima persona.

*Grupale*, il senso del "noi" rispetto al contesto Sociale.

---

<sup>15</sup> [http://playbacktheatre.org/wp-content/uploads/2010/05/Lotti\\_Rituale.pdf](http://playbacktheatre.org/wp-content/uploads/2010/05/Lotti_Rituale.pdf)

I membri del gruppo interagiscono e si influenzano a vicenda in un'ottica non più soggettiva e individuale, ma come insieme di persone che hanno bisogno l'uno dell'altro per arrivare agli scopi che il gruppo si è prefissato.<sup>16</sup>

*Sociale*, rappresenta una o più tematiche appartenenti alla comunità emerse dalla narrazione che vengono evidenziate dall'attore tramite parole e frasi che esplicitano il contesto macro in cui è inserita la storia che viene portata in scena.

*Archetipico/Transpersonale*, è la forma preesistente e primitiva di un pensiero. Vuol dire "condivisione fondamentale dell'esperienza umana"<sup>17</sup>.

L'archetipo è un sorta di prototipo universale per le idee attraverso il quale l'individuo interpreta ciò che osserva e sperimenta.

Gli archetipi integrandosi con la coscienza, vengono rielaborati continuamente dalle società umane, si manifestano «contemporaneamente anche in veste di fantasie e spesso rivelano la loro presenza solo per mezzo di immagini simboliche»<sup>18</sup>

Carl Gustav Jung parla di "Inconscio Collettivo" il quale sarebbe popolato da archetipi i quali costituiscono la base stessa di ogni esperienza transpersonale.<sup>19</sup>

Ricordo molto bene gli esercizi fatti durante la formazione per individuare i diversi livelli e imparare a portarli sulla scena.

Un lavoro molto stancante di ricerca personale che mi spingeva a trovare altro dentro di me.

Dimensioni che nella quotidianità non cerchiamo, magari le viviamo spontaneamente, ma che non evidenziamo come parte predominante di un'esperienza.

Provare a lavorare su dimensioni diverse, per poi lasciarle emergere nella spontaneità dell'azione, è un lavoro complesso che permette di conoscere meglio se stessi, le proprie risorse e limiti.

Come in molti aspetti della vita, anche nel PT, ci sono situazioni nelle quali percepiamo maggiori difficoltà di gestione.

Come scrive Marco Finetti nella sua tesi: "La sfida per il performer è quella di superare il pericolo di autoreferenzialità nell'attribuirsi un'unica funzione interpretativa che per

<sup>16</sup> [http://it.wikipedia.org/wiki/Gruppo\\_sociale](http://it.wikipedia.org/wiki/Gruppo_sociale)

<sup>17</sup> R. Barone, S. Bruschetta, A. Frasca "Gruppoanalisi e sostegno all'Abitare. Domiciliarità e residenzialità nella cura comunitaria della grave patologia mentale" Ed. Franco Angeli, 2014

<sup>18</sup> G. Carl Jung, "L' uomo e i suoi simboli", Ed. TEA, 2007 p.52

<sup>19</sup> [http://it.wikipedia.org/wiki/Archetipo#Carl\\_Gustav\\_Jung](http://it.wikipedia.org/wiki/Archetipo#Carl_Gustav_Jung)

quanto ben svolta prescinde da un'ottica di macro (contesto sociale in cui è collocata la performance, gruppo dei presenti, caratteristiche manifeste del narratore, ecc.), nonché da un ottica analitica della propria dimensione identitaria personale. In generale, nel tentativo di fare una analisi che astragga possibilmente dalla specifica narrazione è possibile affermare che il maggior rischio di tale atteggiamento è quello di porre il performer (individuale o collettivo) come protagonista che travalica (ma non supera) il limite e finisce con il perderlo di vista, identificandosi con la una ri-narrazione stravolgente che rischia talvolta di risultare giudicante e pertanto irresponsabile nei confronti del narratore originario".<sup>20</sup>

Riuscire a non mettere in scena una "ri-narrazione" è un traguardo arduo che a oggi credo di aver raggiunto qualche volta, ma su cui ho ancora molto da imparare.

Questo significa che tutto avviene senza premeditazione, studio o accordi sulle parti per cui quello che si porta in scena è frutto di un pensiero guidato essenzialmente da ciò che si cattura dalla narrazione in qualità di emozione e suggestione.

Una delle difficoltà maggiori che ho riscontrato durante il percorso formativo è risultato essere il fatto di non coprirsi l'un l'altro con le parole e di imparare a concedere spazio. Offrire spazio all'altro è il vero atto d'Amore possibile che il Playback Theatre propone e spinge a fare: se vogliamo che una scena "funzioni", ovvero non sembri finta ma quanto più reale e autentica, è necessario lasciarsi andare senza giudizi e consentire all'altro, insieme a noi sul palcoscenico, di esprimersi spontaneamente.

Solo così anche il pubblico vedrà qualcosa di emozionante: se sono sorpresi gli attori e autentici nelle loro emozioni, anche il pubblico lo coglie.

L'atto d'Amore che ho fatto nei confronti di me stessa è stato quello di allontanarmi dal "dover essere" lasciando trasparire la mia spontaneità.

Ho imparato a giudicarmi meno e ad amarmi di più.

Sono riuscita a "vedere l'altro" e ho smesso di nascondermi dietro finti arbusti spinosi.

Il cambiamento di posizione che ho fatto verso me stessa e gli altri, ha migliorato la mia vita sotto diversi aspetti non solo relazionali ma anche lavorativi.

Ho imparato a dare fiducia al prossimo proprio come sul palco quando accogli il movimento di un tuo compagno fiducioso che ne nascerà qualcosa di importante.

---

<sup>20</sup> M. Finetti, "Intenzionalità e limite nell'azione del Playback Theatre" p.6

Offrire se stesso all'altro in un gesto d'amore limpido e spontaneo per esplorare nuove possibilità è per me una magia che si ripresenta ogni volta.

Riuscire ad avere una visione completa del palco e dei propri compagni, significa anche riuscire ad ascoltare la voce di un altro attore che inizia a parlare e sentire la cadenza della voce per comprendere quando il suo intervento si concludere per potersi nuovamente inserire nel discorso.

E' una difficoltà abbastanza condivisa di chi all'inizio riesce solo a vedere se stesso in funzione di quello che vuole dire e fare.

Non è egoismo, ma incapacità di percepire l'altro e "vedere" la scena con tutti i suoi attori che si muovono sul palco.

Questa forma di egocentrismo con il tempo si impara a gestirla.

Man mano che si acquisisce sicurezza e il corpo si scioglie nei movimenti che diventano spontanei e sempre meno dettati dalla ragione, ecco che il cervello può dedicarsi ad altro che non sia pensare al "cosa dico" e "cosa faccio".

A questo punto corpo e mente possono ascoltare all'unisono cosa accade intorno e percepire eventuali cambiamenti o inserimenti da parte degli altri attori.

Ma questo richiede un'altra competenza che si affina giorno dopo giorno mettendosi in gioco volta dopo volta; conoscere i propri compagni in maniera profonda, riuscire a creare sinergie importanti tra le diversità dei singoli che si trasformano in risorse per il gruppo e ad accettare le proposte che possono arrivare da ognuno degli attori in qualsiasi momento.

## 5. Il "Dai... sì dai!"

Una delle dieci regole d'oro dell'improvvisazione teatrale recita:

*“Ricorda che devi distinguere tra ATTORE (che sei tu) e PERSONAGGIO (che è colui che interpreti). L’ATTORE non dice mai di no cioè non rifiuta mai ciò che porta il suo compagno in scena...”<sup>21</sup>*

Partendo da questa regola mi riaggancio a quanto accennato nel paragrafo precedente per approfondire questo argomento altrettanto importante nel Playback Theatre.

Dentro questa espressione *“Dai, sì dai”* risiede, secondo me, un ingrediente essenziale della ricetta che consente al Playback Theatre di far fluire storie ed emozioni sul palco dall’inizio alla fine di una performance.

*(DAI, SÌ DAI. E' ciò che si dicono i bambini quando giocano: un bambino dice: DAI, facciamo questo? E l'altro risponde: SÌ DAI! È l'emblema del fatto che si accetta tutto senza polemizzare, senza giudicare, entrando completamente nelle proposta altrui e assumendosi la responsabilità insieme all'altro di quelle che saranno le conseguenze).*

Rappresenta inoltre un altro nodo del percorso formativo che, per quanto mi riguarda, ha richiesto impegno e lavoro per arrivare a capire e ad accettare che sul palco si è una squadra e che, per funzionare e portare risultati, deve cooperare.

Il termine *“cooperare”* significa letteralmente: *“Operare con altri per il conseguimento di un fine, per partecipare a un'azione comune”<sup>22</sup>.*

Parte del mio cambiamento personale, ma anche rispetto ai miei compagni e al P.T., è stato proprio quello di rendermi conto che il lavoro sul palco non era un insieme di parti in assolo che in qualche modo stavano insieme ma, al contrario, una parte unica costituita da tante piccole unità.

Quindi, ritornando alla regola iniziale *“L’ATTORE non dice mai di no e non rifiuta mai ciò che porta il suo collega in scena”*, il *“Dai, sì dai”* vuol proprio significare questo; quando un compagno sul palco propone un suono e/o un movimento, gli altri attori lo prendono e lo propongono a loro volta.

In questo modo l’onda del cambiamento che si vede sul palco da uno *“stato”<sup>23</sup>* all’altro crea movimento sulla scena in un continuum armonioso che oltre a dare ritmo alla scena, porta stimoli diversi che ogni singolo attore può aver percepito dalla storia narrata.

---

<sup>21</sup> Scuola Italiana di Playback Theatre, materiale formativo, *“Le 10 regole d’oro dell’improvvisazione teatrale”*

<sup>22</sup> [http://www.grandidizionari.it/Dizionario\\_Italiano/parola/c/cooperare.aspx?query=cooperare](http://www.grandidizionari.it/Dizionario_Italiano/parola/c/cooperare.aspx?query=cooperare)

<sup>23</sup> [http://dizionari.corriere.it/dizionario\\_italiano/S/stato.shtml](http://dizionari.corriere.it/dizionario_italiano/S/stato.shtml)

Anche questo passaggio nel mio percorso formativo è avvenuto molto lentamente, ma in modo spontaneo, nel senso che è avvenuto seguendo il naturale percorso di crescita e di cambiamento dettato dalla maturazione personale rispetto al gruppo di lavoro e all'acquisizione di tecnica e di sicurezza rispetto al palcoscenico.

Un po' per volta mi rendevo conto che non ero sola sul palco e che riuscivo ad essere nel "qui ed ora" insieme alle mie compagne, a respirare la stessa aria e a condividere le stesse emozioni tradotte in suoni e movimenti condivisi (come ad esempio nel coro<sup>24</sup>).

Questo cambiamento ha fatto accrescere una maggiore fiducia in me stessa e nelle mie potenzialità anche perché mi rendevo conto che stavo realmente compiendo un percorso che mi stava accompagnando in una qualche direzione e, forse, a fare qualcosa di nuovo nella mia vita.

## 6. Tra "ruolo" e "posizione"

Nei paragrafi precedenti ho affrontato il tema del ruolo e il suo significato ma ritengo interessante fare una distinzione tra due termini che sono uniti tra loro per la consequenzialità con cui investono l'attore, ma che sono molto differenti nella pratica.

Il ruolo nel contesto teatrale viene definito "La parte, il copione che un attore recita in uno spettacolo"<sup>25</sup>.

Quindi in parole semplici vuol dire "fare la parte di.....".

In una storia in cui vengono descritti vari personaggi (per esempio: padre, madre, figli ecc.) gli attori sceglieranno quale di questi ruoli portare in scena.

Nel Playback Theatre gli attori porteranno in scena i diversi ruoli sulla base dell'improvvisazione quindi senza definire le parti o il copione come avviene nel teatro classico.

Ma portare sul palco il "ruolo" della madre, per esempio, non significa nulla se a quel ruolo non viene data una "posizione".<sup>26</sup>

Scrive Jacques Lacan *"Quando ascoltiamo la storia di un soggetto possiamo considerare i significanti come i pezzi di una scacchiera. La loro caratterizzazione dipende dalle regole del gioco (la struttura dell'inconscio), regole che ne determinano la funzione.*

<sup>24</sup> Jo Salas, Playback Theatre: "UMA NOVA FORMA DE EXPRESSAR AÇÃO E EMOÇÃO" Editore Agora, p.51

<sup>25</sup> <http://it.wikipedia.org/wiki/Ruolo>

<sup>26</sup> [http://dizionari.corriere.it/dizionario\\_italiano/P/posa.shtml](http://dizionari.corriere.it/dizionario_italiano/P/posa.shtml)

*Non importano quindi la forma e l'immagine che hanno i pezzi, ma quello che fanno: ecco perché il padre di cui può parlare un paziente non coincide con il significante paterno.”<sup>27</sup>*

E' quindi importante capire quale aspetto di quella madre mi è arrivato come attore ascoltando la storia, cosa ho sentito con la mia pancia, cosa ho elaborato con i miei sensi e ora sono pronto a portare in scena?

Può accadere che nella storia la madre abbia vissuto momenti felici alternati a periodi di sconforto o altro ancora.

L'emozione vera che arriva nel profondo attraverso l'ascolto empatico della storia di questa donna sarà quello che l'attore porterà in scena e definirà quale "posizione" ha assunto nel "ruolo" di madre.

Naturalmente le "posizioni" che si possono evidenziare in una storia possono essere più di una e l'attore può portarne in scena diverse in momenti differenti ascoltando se stesso e i compagni.

Nella pratica della formazione non è stato così semplice capire la differenza dei due termini e, spesso, mi è capitato di portare in scena un ruolo che però non esprimeva una posizione e questo perché, secondo la mia esperienza e le mie riflessioni, per arrivare a dare una posizione ad un ruolo è necessario fare proprie le fasi di cui ho parlato nei paragrafi precedenti.

L'ascolto empatico, l'elaborazione delle emozioni attraverso la pancia senza razionalizzare troppo, essere nel qui ed ora della storia, tutti questi aspetti insieme permettono all'attore di trovare l'essenza del significato da dare al ruolo.

Solo quando si riesce veramente a sentire con il cuore e a far vibrare le corde dei sentimenti, è possibile dare vita al ruolo prescelto attraverso l'energia della posizione.

Io ho provato questa esperienza partendo dai ruoli che maggiormente si avvicinavano alla mia persona, soprattutto in un primo periodo del percorso formativo.

Erano spesso posizioni tristi e arrabbiate nelle quali riportavo le mie emozioni vive e presenti di un periodo doloroso della mia vita.

Ma questo mi ha permesso di capire con il tempo la differenza tra:

---

<sup>27</sup> <http://www.psychomedia.it/pm/modpsy/psypat/terminio2.htm>



portare in scena un ruolo con una posizione che io definirei “fredda”, cioè non elaborata attraverso la pancia ma attribuita in modo razionale, e:

portare in scena un ruolo amalgamato a una posizione “calda” nata dall’emozione del racconto che può portare l’attore a staccarsi dalla realtà per immergersi in un mondo parallelo in cui esprimere se stesso.

Formarsi in un percorso di anni significa anche questo, darsi il tempo che gli eventi maturino e che le nozioni teoriche impartite dai formatori, possano tramutarsi in qualcosa di comprensibile e condiviso.

Ma questo passaggio può avvenire solo se nell’allievo avviene quello che in gergo è stato chiamato, da parte mia e dei formatori, “tac”.

Con questo termine si è voluto sintetizzare il cambiamento interiore che avviene nell’attore nel momento in cui “sente” dentro di sé la posizione del ruolo che assumerà nella scena, elaborando le emozioni che giungono dalla storia, in maniera spontanea.

Per me è stato così. Una sera, durante una performance All’Oasi di Cavoretto per l’annuale incontro di Artinscena<sup>28</sup>, ho assunto il ruolo di una ragazza con problemi fisici e mentali che veniva descritta dal narratore come “molto arrabbiata e sola”.

Quel ruolo non lo dimenticherò mai, ma tantomeno dimenticherò me stessa in quella posizione.

Le emozioni della ragazza mi appartenevano.

Mi è bastato non pensare e lasciarmi andare alla scena per sentire emozioni conosciute e portarle sul palco con grande forza ed energia.

Il mio corpo e la mia mente erano una cosa sola e agivano spinti da pulsioni che nascevano dentro di me e che, liberamente senza nessuna forzatura dettata dal pensiero, trovavano modo di essere esternate attraverso la voce, lo sguardo e ogni singolo movimento che sottolineava l’emozione del momento.

Ricordo benissimo che alla fine della storia ero distrutta, scombussolata e fuori dalla mia realtà. Ho impiegato ore per riprendermi.

Sicuramente in quel ruolo ho messo tutta me stessa senza filtri ed è stata un’esperienza bellissima e illuminante.

Finalmente avevo provato cosa significasse portare in scena le emozioni, non usare la testa ma la pancia.

---

<sup>28</sup> <http://fidp.net/sites/fidp.net/files/aviva.pdf>

Quella è stata la sera in cui ho sentito dentro di me il mio “tac”.

Da quella volta cerco sempre di portare, nei ruoli che interpreto, quell'intensità di sentimenti.

Non è sempre facile, le variabili che incidono su una performance sono innumerevoli, ma se non avessi mai provato dentro di me l'esperienza di quella sera, ancora oggi non saprei cosa cercare. E invece oggi lo so.

## 7. Nuovi orizzonti

Con questo elaborato che presento per potermi diplomare presso la Scuola Italiana di Playback Theatre, si conclude una parte importante della mia vita ma non finisce la mia avventura con il PT.

Come ho descritto in queste pagine il mio percorso di cambiamento ha coinvolto diversi aspetti della mia persona sia interiori che relazionali.

Ho imparato ad esser meno severa con me stessa, ad accettare che non sempre riesco a fare tutto nel modo migliore e che a volte posso anche dire di “no” a qualcuno.

Nelle relazioni con gli altri ho scoperto che le diversità possono rivelarsi risorse importanti che permettono ad un gruppo di essere bilanciato e funzionale.

Questa esperienza la vivo costantemente con le mie compagne della scuola di PT insieme alle quali ho creato un'associazione culturale che ha l'obiettivo di far conoscere il Playback Theatre e utilizzarlo come strumento formativo nelle diverse occasioni che si presentano sul territorio.

Siamo otto donne che l'8 marzo del 2013 hanno dato vita all' *“Associazione Intrecciastorie”*

Un'esperienza arricchente, che tra fatiche e difficoltà, riusciamo a portare avanti e che ci permette di crescere insieme e di lavorare costantemente per diventare un gruppo sempre più fluido e amalgamato.

La sintonia tra noi ragazze sul palco è essenziale per riuscire a dar vita ad una performance che trasmetta emozioni.

Naturalmente siamo tutte donne con una vita complessa che spesso assorbe le nostre energie e i problemi di ogni giorno a volte ci seguono anche sul palco.

Quando accade, riuscire a fare il percorso di ascolto empatico di una storia e di elaborazione attraverso la pancia che ho descritto in queste pagine, diventa estremamente difficile.

Spesso il riscaldamento che precede la performance ci permette di allontanare i pensieri negativi e di trovare la sintonia tra di noi per poi riuscire ad “ascoltarci” e a “vederci” in modo spontaneo e profondo sul palco.

Ho scoperto quanto amo queste amiche, compagne e donne che come me vivono la loro vita tra momenti felici a periodi tristi e sorridere ogni volta che qualcuno ci dice: “...siete otto donne tutte molto diverse, sia di aspetto che di carattere. Ma si vede che siete molto unite!”

Sì, grazie al Playback il mio cambiamento è avvenuto.

Ho ancora le mie paure e le mie insicurezze, alcune “impronte” che hanno segnato il mio cammino non mi lasceranno mai, ma sicuramente oggi riesco ad affrontare la realtà con uno spirito più determinato e positivo che cerca un raggio di sole anche nel cielo più buio; e adesso che non sono più sola, se quel raggio di sole non riesco a vederlo, ci sarà sicuramente qualcuno a indicarmelo.

Vorrei concludere questa tesi con una frase che condivido:

*"Ci sono sempre due scelte nella vita: accettare le condizioni in cui viviamo o assumersi la responsabilità di cambiarle"*

Denis Waitley (scrittore)

## Ringraziamenti

Vorrei ringraziare i docenti della Scuola Italiana di Playback Theatre di Torino che mi hanno accompagnata in questo viaggio al cambiamento indicandomi la via quando non la vedevo e incoraggiandomi nei momenti di difficoltà.

I miei genitori per l'aiuto nella gestione della mia vita che mi ha permesso di frequentare le lezioni.

Le compagne di corso che ho conosciuto in vari momenti della formazione con le quali ho condiviso sorrisi ed emozioni.

Le mie intrecciate per il bellissimo viaggio iniziato insieme in cui credo moltissimo.

Tutte le persone che hanno creduto in me anche nei momenti difficili.

## BIBLIOGRAFIA

- Annamari Ziliani, Beatrice Rovai, "Assistenti sociali professionisti" Carocci Faber Edizioni, 2008
- G. Carl Jung, "L' uomo e i suoi simboli", Ed. TEA, 2007
- Jo Salas, Playback Theatre: "UMA NOVA FORMA DE EXPRESSAR AÇÃO E EMOÇÃO" Editora Agora
- Luigi Dotti: "Forma e azione, metodi e tecniche psicodrammatiche nella formazione e nell'intervento sociale" – F. Angeli ed. Milano, terza ed 2007
- Luigi Dotti: "Lo psicodramma dei bambini", F. Angeli ed. Milano, terza ed 2009
- Massimo Enzo Grandi, "Qui e Ora: Un eterno "ora" nel "qui" che si trova ovunque", Chakra Edizioni 2011
- M. Finetti, "Intenzionalità e limite nell'azione del Playback Theatre"
- R.Barone, S.Bruschetta, A.Frasca "Gruppoanalisi e sostegno all'abitare. Domiciliarità e residenzialità nella cura comunitaria della grave patologia mentale" Ed. Franco Angeli, 2014
- Rubrica: PLAYBACK THEATRE, Jonathan Fox, "Playback theatre: un rituale per i nostri tempi"
- Rubrica: PLAYBACK THEATRE, Jonathan Fox, "Playback theatre: un rituale per i nostri tempi"
- Scuola Italiana di Playback Theatre, materiale informativo, "Le 10 regole d'oro dell'improvvisazione teatrale"
- William R. Miller, Stephen Rollnick, "Il colloquio motivazionale: preparare la persona al cambiamento", Edizioni Erickson, 2004

## SITI INTERNET

- Jacob Levi Moreno, <http://web.tiscali.it/jlmoreno/page11.html>
- Jacob Levi Moreno, <http://www.jacobmoreno.it/recensione002.htm>
- <http://www.ferdinandopellegrino.com/psicologia-psicoterapia-clinica-articoli-38/32-lo-stile-di-vita-disfunzionale>
- <http://it.wikipedia.org/wiki/Responsabilit%C3%A0>
- <http://www.medicitalia.it/dizionario-medico/ascolto-attivo>
- [http://playbacktheatre.org/wp-content/uploads/2010/05/Lotti\\_Rituale.pdf](http://playbacktheatre.org/wp-content/uploads/2010/05/Lotti_Rituale.pdf)
- [http://it.wikipedia.org/wiki/Gruppo\\_sociale](http://it.wikipedia.org/wiki/Gruppo_sociale)
- [http://it.wikipedia.org/wiki/Archetipo#Carl\\_Gustav\\_Jung](http://it.wikipedia.org/wiki/Archetipo#Carl_Gustav_Jung)
- [http://www.grandidizionari.it/Dizionario\\_Italiano/parola/c/cooperare.aspx?query=cooperare](http://www.grandidizionari.it/Dizionario_Italiano/parola/c/cooperare.aspx?query=cooperare)
- [http://dizionari.corriere.it/dizionario\\_italiano/S/stato.shtml](http://dizionari.corriere.it/dizionario_italiano/S/stato.shtml)
- <http://it.wikipedia.org/wiki/Ruolo>
- [http://dizionari.corriere.it/dizionario\\_italiano/P/posa.shtml](http://dizionari.corriere.it/dizionario_italiano/P/posa.shtml)
- <http://www.psychomedia.it/pm/modpsy/psypat/terminio2.htm>
- <http://fidp.net/sites/fidp.net/files/aviva.pdf>