

Glossario

Acting in: è la rappresentazione di un evento o un contenuto sulla scena psicodrammatica, in condizioni di semirealtà, in un contesto controllato e protetto. L'*acting in* viene talvolta confuso con l'*acting out*, dal quale si differenzia non solo per il contesto nel quale si svolge, ma anche per l'intenzionalità terapeutica e per il grado di consapevolezza e di padronanza dell'attore.

Acting out: «...termine psicoanalitico introdotto da S. Freud per indicare il tentativo del paziente in trattamento analitico a non misurarsi, per paura, con i suoi conflitti inconsci, cercando soluzioni sul piano di realtà. [...] Poiché la psicoanalisi è una "cura con le parole" condotta in uno stato di riflessione, l'agire, frequente nei casi di psicopatologia e nei disturbi del comportamento, riduce l'accessibilità al trattamento analitico» (Galimberti, *Dizionario di psicologia*, 1992)

Alleanza collegiale psicodrammatica: si riferisce alla particolare alleanza terapeutica che si viene a creare nello psicodramma. Pone l'accento da un lato sul ruolo di vicinanza e di autenticità del direttore di psicodramma (che mette in campo non solo la sua competenza tecnica ma anche la sua genuina umanità), dall'altro sul ruolo attivo del paziente/protagonista, che viene invitato ad essere terapeuta di sé stesso (Leutz, 1987).

Alter ego: è la funzione assunta da un membro del gruppo quando agisce il ruolo del protagonista sulla scena psicodrammatica. In tal modo l'*alter ego* può consentire al protagonista di vedersi dall'esterno, oppure di interagire con se stesso nei panni di altri significativi del suo mondo relazionale.

Atomo culturale: è quella costellazione di elementi culturali presenti in un individuo, la quale propone modelli di ruolo e di controruolo che condizionano il comportamento. L'atomo culturale contribuisce a caratterizzare la modalità di funzionamento di una persona: esso – come l'atomo sociale – è un elemento che partecipa alla strutturazione della personalità. Costituisce altresì la sedimentazione dei ruoli e dei controruoli esperiti nel corso della vita ed è in continua evoluzione.

Atomo sociale: è costituito dalle persone dell'ambiente di vita di un determinato individuo in un determinato momento temporale, e che interpretano i ruoli complementari necessari. La persona attraversa numerosi atomi sociali nel corso della sua esistenza e sperimenta di conseguenza un'ampia gamma di ruoli e controruoli. L'atomo sociale evidenzia altresì la collocazione spaziale (vicinanza o lontananza emotivo-affettiva) di tali persone in relazione al soggetto.

Atomo sociale percettivo: è la percezione del complesso degli altri significativi, che hanno popolato il mondo delle relazioni di un individuo. Si struttura in base alle percezioni e ai vissuti di ognuno dei suoi atomi sociali reali. Per raggiungere i suoi fini terapeutici, lo psicodramma deve agire su questo atomo "percettivo", al fine di ottenere la modificazione e l'arricchimento dei ruoli attuali che integrano l'atomo culturale.

Azione: è semplicemente ciò che avviene nel momento. Lo psicodramma privilegia il punto di vista dell'azione rispetto al punto di vista del racconto. Anche il racconto può diventare azione se viene inserito in un contesto di azione.

Bambino psicodrammatico: ognuno ha dentro di sé un *bambino psicodrammatico*, che è la rappresentazione interna dell'infanzia, così come si è costruita attraverso l'esperienza diretta di essere bambino (in quella specifica famiglia e realtà esistenziale), il rapporto con i bambini reali incontrati nella propria esperienza e il complesso delle emozioni, dei desideri, dei bisogni e dei timori connessi alla relazione con l'infanzia. Questo condensato di emozioni e rappresentazioni, unito agli elementi valoriali e alle aspettative, entra in gioco inevitabilmente quando un adulto si rapporta ad un bambino.

Catarsi: è un evento cognitivo-emotivo che consente la liberazione di emozioni e l'*insight*. Possiamo distinguere tra *catarsi di abreazione* e *catarsi di integrazione*. La prima si riferisce al fenomeno della liberazione di emozioni a lungo contenute o negate: tale catarsi si manifesta con il pianto, l'espressione della rabbia o con il riso liberatorio ed è spesso la premessa per una ristrutturazione del campo percettivo. La catarsi di integrazione si riferisce al graduale lavoro di ristrutturazione del campo percettivo che avviene nel corso del lavoro psicodrammatico e che consente l'*insight*. I due processi sono connessi nello psicodramma, per cui è preferibile parlare di *integrazione catartica* più che di catarsi.

Controruolo: è il ruolo complementare con cui un individuo interagisce quando assume un determinato ruolo. Ad esempio, se il ruolo è quello di genitore il controruolo sarà quello del figlio (o della figlia).

Creatività: la creatività è definita da Moreno in stretta relazione con la spontaneità, costituendo il *fattore s-c* (spontaneità–creatività). Spontaneità e creatività sono interdipendenti. La creatività si definisce nell'atto concreto, la cui caratteristica è di fornire risposte adeguate a situazioni nuove o risposte nuove a situazioni note o cristallizzate. Lo psicodramma ha l'obiettivo di favorire lo sviluppo di ruoli più spontanei e creativi nell'individuo e nei gruppi.

Drammatizzazione: è un'azione passibile di dinamica evolutiva. Definiamo drammatizzazione l'azione di un soggetto che si trova ad interagire con altri soggetti od oggetti, in modo tale che l'azione ne venga influenzata ed influenzi a sua volta, creando una sorta di “discorso” o “dramma”. La drammatizzazione implica interazione, apertura di possibilità, ma non necessariamente. Vi sono drammatizzazioni stereotipate, fissate in schemi ripetitivi che non portano evoluzione o significativo cambiamento nei soggetti implicati.

Direttore: il conduttore di un gruppo di psicodramma viene definito *direttore di psicodramma*, per la funzione direttiva che assume nella predisposizione del *setting* della sessione, nella formulazione delle consegne e nella scansione dei tempi e delle tecniche. La funzione direttiva si riferisce al contesto, non ai contenuti, ed ha l'obiettivo di favorire lo sviluppo della spontaneità e l'esaltazione della soggettività del protagonista.

Doppio: è sia una *tecnica* che una *funzione psicodrammatica*. In quanto tecnica, il *doppio* è un membro del gruppo che, assumendo la stessa postura del protagonista e mettendosi al suo fianco (oppure ponendosi dietro di lui con un discreto contatto della mano sulla spalla), mette in parole i contenuti e le emozioni che ritiene che il protagonista stia provando. La funzione di *doppio* viene attivata in vari momenti della sessione di psicodramma, quando il protagonista ha l'opportunità di fermarsi e porre attenzione su ciò che gli sta passando dentro. Spesso questo avviene su stimolo del direttore, che facilita la verbalizzazione con frasi come: “in questo momento sento che...”.

Funzioni psicologiche o relazionali: l'adulto è il *controruolo o ruolo complementare* del bambino. Il controruolo adulto, proprio per la responsabilità che riveste e per l'intenzionalità e la consapevolezza di sé che gioca nella relazione, attiva intenzionalmente una serie di funzioni psicologiche e relazionali che di volta in volta assumono significati nutritivi, strutturanti, riparativi, stimolanti, contenitivi, ecc., rispondendo a specifici bisogni evolutivi del bambino. Le tecniche psicodrammatiche attivano specifiche funzioni corrispondenti (*doppio, specchio, rispecchiamento, role playing, inversione di ruolo, Incontro*).

Incontro: secondo Moreno, l'*Incontro* costituisce il modello di relazione interpersonale capace di consentire sia il massimo di autoespressione che il massimo dell'arricchimento nel contatto con l'altro da noi. È caratterizzato da reciprocità e da *tele*: «Io guarderò te con i tuoi occhi e tu guarderai me con i miei».

Interdipendenza: riferita alle relazioni, indica una loro strutturazione sul modello del “botta e risposta”. Una relazione interdipendente vede la prevalenza dell'affermazione sull'altro o in relazione all'altro, piuttosto che l'autoaffermazione della soggettività. Un esempio di relazione interdipendente è il transfert.

Intersoggettività: riferita alle relazioni, indica un loro srotolarsi in una direzione che favorisce l'emergenza, la valorizzazione e il rispetto della soggettività di tutti i soggetti implicati. La creazione di relazione intersoggettive nel gruppo è il compito fondamentale del conduttore di psicodramma.

Inversione di ruolo: è sia una *funzione* che una *tecnica psicodrammatica*. Essa è la tecnica base dello psicodramma e consiste nel “far entrare nei panni di un altro” il protagonista. La funzione di *inversione di ruolo* viene attivata sia nel momento in cui la persona si mette dal punto di vista di un altro e ne percepisce il peculiare modo di sentire, sia nel momento in cui vede se stessa con gli occhi di un altro.

Io ausiliario: è un membro del gruppo che assume sulla scena psicodrammatica il ruolo di un altro significativo dell'ambiente relazionale o del mondo interno del protagonista. L'*io ausiliario* ha la funzione di assorbire e di rendere concreti e percepibili i fantasmi transferali del protagonista.

Io ausiliario professionista: è un membro dello staff formativo o terapeutico che affianca il direttore nella conduzione del gruppo, agendo i ruoli richiesti (*doppio, alter ego, io ausiliario, ecc.*). Si colloca come anello di congiunzione tra il direttore e il gruppo.

Io-dio: la concezione moreniana dell'**Io-dio** definisce la centralità del soggetto, come potenziale creatore del suo destino e delle sue relazioni vitali; il corollario di tale concetto è il valore ed il rispetto della soggettività, per quanto particolare, strana o diversa essa possa sembrare. Nello psicodramma il paziente si chiama non a caso “protagonista”;

Tratto da : **Luigi Dotti – Lo psicodramma dei bambini** – F. Angeli ed Milano, terza ed 2009

esso assume una collocazione centrale ed un rilevante compito creativo (= Creatore) in relazione al problema o alla scena che propone.

Matrice: Moreno la definisce come un *locus nascendi*. Essa è una coordinata spazio-temporale, fondante i vincoli umani. La matrice è un'area nella quale l'essere sviluppa gli incontri, agisce ruoli e controruoli che determineranno le sue caratteristiche tipiche di funzionamento nella relazione con gli altri.

Matrice di gruppo: può essere anche definita matrice sociometrica. Essa comprende tutte le strutture vincolari di un gruppo, che possono essere evidenziate dall'indagine sociometrica. Esprime inoltre le caratteristiche culturali, normative, valoriali e simboliche di un determinato gruppo. In tal senso comprende il concetto di co-inconscio gruppale.

Matrice d'identità: si riferisce sia ad una *fase di sviluppo* che ad un *livello di intervento* psicodrammatico. In quanto fase di sviluppo indica il momento in cui il bambino evolve dalla matrice materna, sperimentando la dinamica fusionalità/individuazione, attraverso la relazione con il controruolo materno, che assolve precipuamente la funzione di *specchio*. Nello psicodramma, quando si riattualizza una scena legata alla fase evolutiva della matrice di identità oppure una scena connotata da dinamica fusionalità/individuazione, si sta operando a livello di matrice di identità.

Matrice familiare: si riferisce sia ad una *fase di sviluppo* che ad un *livello di intervento* psicodrammatico. Come fase di sviluppo si colloca successivamente alla matrice di identità, ed è segnata dall'evoluzione dalla dualità (figura materna/bambino) alla triangolarità. Nell'intervento psicodrammatico si opera a livello di matrice familiare quando si elaborano scene legate a quella fase di sviluppo o connesse ai temi della triangolarità o della funzione del terzo (paterno).

Matrice materna: indica sia una *fase di sviluppo* che un *livello di intervento* psicodrammatico. La matrice materna è la prima fase di sviluppo dell'essere ed è contraddistinta dalla relazione fusionale e nutritiva con la figura materna. Si sovrappone temporalmente alla fase orale di Freud. Nell'intervento psicodrammatico si opera a livello di matrice materna quando si elaborano scene connesse a questa fase di sviluppo o legate ai temi della dipendenza e della fusionalità.

Matrice sociale: indica sia una *fase di sviluppo* che un *livello di intervento* psicodrammatico. Come fase di sviluppo si colloca successivamente alla matrice familiare ed è caratterizzata dalla preminenza dello sviluppo delle competenze sociali extrafamiliari e dall'interiorizzazione dei ruoli sociali della cultura di appartenenza. Nell'intervento psicodrammatico si opera a livello di matrice sociale quando si elaborano scene legate a questa fase di sviluppo oppure riferite al tema dell'integrazione tra ruoli socioculturali e ruoli psicodrammatici. In quest'ultima accezione l'intervento coincide con il lavoro a livello sociodrammatico.

Matrice valoriale: indica sia una *fase di sviluppo* che un *livello di intervento* psicodrammatico. La matrice valoriale è successiva alla matrice sociale e copre l'arco della pubertà e dell'adolescenza. Essa è contrassegnata dal confronto con i valori della cultura di appartenenza e dalla ricerca dell'identità personale. Nell'intervento psicodrammatico si opera a livello di matrice valoriale quando si elaborano scene legate a questa fase di sviluppo o connesse alle tematiche della valorialità e della ricerca d'identità.

Medium: è tutto il materiale (anche "materiale umano") che consente un'attività psicodrammatica, ad esempio: fogli e matite colorate, sedie, oggetti, maschere, cuscini, teli, musica. Anche le persone che interpretano dei ruoli in uno psicodramma (io ausiliari) sono una speciale categoria di *medium*. Il *medium* o materiale ha essenzialmente le seguenti funzioni: assolve al compito di "spugna" che assorbe e attutisce le relazioni transferali; diventa un oggetto transizionale tra conduttore e gruppo, capace di creare un'area intermedia tra realtà esterna e rappresentazioni interne del reale; si presta a favorire la produzione simbolica e fantastica, spostando immediatamente l'attività da un piano di realtà ad un piano di semirealtà; diventa *vincolo percettivo* per l'attività psicodrammatica.

Metodi d'azione (action methods): sono tutti i metodi che privilegiano l'azione, sia come modalità di conduzione che come strumento per il trattamento dei contenuti emergenti nel gruppo.

Playback theatre: ideato da J. Fox, si ispira al teatro della spontaneità di Moreno. Esso è una forma teatrale (utilizzata anche con obiettivi formativi o terapeutici) nella quale uno staff di attori mette in scena all'istante le storie narrate dal pubblico, che può rispecchiarsi in esse.

Tratto da : **Luigi Dotti – Lo psicodramma dei bambini** – F. Angeli ed Milano, terza ed 2009

Plusrealtà: è la realtà arricchita dal desiderio. Nello psicodramma si agisce in plusrealtà quando una scena del passato o del presente viene rivissuta secondo i bisogni, i desideri o le fantasie del protagonista. Nel sociodramma analogamente lo stesso avviene in relazione al gruppo.

Proiezione nel futuro: tecnica psicodrammatica consistente nel far concretizzare sulla scena psicodrammatica gli ipotetici sviluppi futuri di una situazione proposta da un protagonista.

Protagonista: è il membro del gruppo che assume in un momento dato della sessione la posizione centrale, ed esplora il suo mondo sulla scena psicodrammatica con l'aiuto del direttore e degli io ausiliari.

Psicodramma: deriva i termini greci ψυχή (*psiche* = anima, soffio vitale) e δράμα (*drama* = azione, rappresentazione scenica). Lo psicodramma è la metodica ideata da J. L. Moreno ed è volta ad esplorare il mondo psichico con l'azione e la rappresentazione scenica. Lo psicodramma che si ispira all'impostazione teorica e metodologica del suo ideatore viene definito "classico", per differenziarlo da altre modalità di diversa ispirazione (psicodramma psicoanalitico, junghiano, ecc.).

Psicodramma pedagogico: è l'applicazione del metodo psicodrammatico ai contesti educativi e pedagogici. Si riferisce sia all'apprendimento dei contenuti che alla formazione della persona, e mira all'obiettivo dell'educazione integrata o globale.

Riscaldamento (*warming-up*): è così denominata la prima parte di una sessione di psicodramma, volta a favorire la comunicazione tra i membri del gruppo, a far circolare le emozioni e a promuovere la spontaneità. L'attività di riscaldamento è la *conditio sine qua non* per avviare un lavoro psicodrammatico col protagonista o con il gruppo. Il riscaldamento altresì è un processo che riguarda ogni momento della sessione nel quale sia necessario attivare la spontaneità.

Rispecchiamento: è il processo attraverso il quale un individuo riconosce parti di sé in un'altra persona. Nei gruppi, di terapia o di formazione, specificamente, vengono favoriti i processi di rispecchiamento.

Role Creating: trasformare spontaneamente e creativamente un ruolo, dando ad esso la propria impronta personale nell'interazione con gli altri ruoli.

Role playing (*gioco di ruolo*): si riferisce sia ad una *tecnica formativa* che ad una *fase di sviluppo del ruolo*. In quanto tecnica consiste nella messa in gioco di determinati ruoli del mondo professionale da parte dei membri del gruppo. Si differenzia dallo psicodramma in quanto non vi è un protagonista che rappresenta un frammento del proprio mondo, ma una opportunità di messa in azione di una scena (emblematica o di realtà) nella quale alcuni membri del gruppo entrano nei ruoli in essa previsti. In quanto fase di sviluppo del ruolo, il *role playing* si colloca in posizione intermedia tra il *role taking* e il *role creating*.

Role Taking: prendere, assumere un ruolo così come viene proposto o imposto dalla cultura di appartenenza.

Role Training: percorso strutturato di apprendimento di un ruolo o di una gamma di ruoli. Mira all'apprendimento della spontaneità più che all'adesione ad un copione. Si articola sul lavoro su varie dimensioni del ruolo: ruolo generico, ruolo futuro, ruolo in situ, ruolo desiderato (plusrealtà) e ruolo temuto.

Ruolo: secondo Moreno, il ruolo è la forma operativa che l'individuo assume nel momento specifico in cui reagisce ad una situazione specifica nella quale sono implicate altre persone od oggetti. Ogni comportamento che ha un senso, in situazione duale o sociale, con scambi verbali o non verbali, è un ruolo.

Ruolo psicodrammatico: è il ruolo che può essere creato a piacimento nella situazione di semirealtà della scena psicodrammatica. In tale contesto i controruoli possono essere modificati, trasformati, deformati in base alle esigenze del mondo interno del protagonista. I ruoli psicodrammatici esprimono tutta la gamma dei ruoli interni dell'individuo, nel loro esternarsi sulla scena psicodrammatica.

Ruolo sociale: ogni ruolo esperito in condizioni di realtà, ove un ruolo interagisce con un controruolo, che esiste come dato di realtà, indipendentemente dai desideri e dalle intenzioni del soggetto. Nella vita di tutti i giorni ognuno vive relazioni o ruoli sociali, confrontandosi con controruoli proposti dall'altro ed essendo ognuno controruolo per l'altro.

Ruolo sociodrammatico: rappresenta idee ed esperienze collettive. In particolare esprime la risonanza individuale del mondo socioprofessionale o di uno specifico gruppo sociale, nel suo esternarsi sulla scena nello spazio di semirealtà.

Semirealtà: dimensione affine al gioco. Essa è diversa dalla realtà (essendo fittizia e arbitraria), ma al tempo stesso le emozioni che induce sono vive e reali, come pure reali sono le regole e i vincoli, che costituiscono un dato di realtà. Il termine semirealtà esprime questa doppia valenza, di arbitrarietà e di necessità. Lo psicodramma alterna momenti di *realtà* (l'*Incontro* tra le persone nella loro concreta umanità) a momenti di *semirealtà* (la rappresentazione scenica, ad esempio).

Sociodramma: trattamento psicodrammatico di problemi o situazioni sociali o familiari: rapporti genitori–figli, insegnanti–allievi, bianchi–neri, ecc. (in generale). Se nello psicodramma protagonista è il singolo, nel sociodramma protagonista è il gruppo, nelle sue dimensioni culturali, simboliche e di relazione tra i diversi ruoli presenti nel gruppo stesso.

Sociometria: è la misurazione–rilevazione delle relazioni esistenti in un gruppo dato. Si distingue una *sociometria statica* (che si concretizza a livello grafico nel *sociogramma*) ed una *sociometria d'azione*, che consiste in attività volte a verificare le relazioni presenti in un gruppo in un momento dato.

Spazio terapeutico: secondo Moreno è la scena psicodrammatica, *locus nascendi*, spazio transizionale, di esplorazione, di libera circolazione degli affetti, dove l'individuo può scoprire ed esplorare le sue possibilità e i suoi ruoli.

Specchio: è sia una *tecnica* che una *funzione* psicodrammatica. La tecnica dello *specchio* 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 da fuori”. La funzione di *specchio* viene attivata nello psicodramma ogni qual volta un protagonista o un membro del gruppo hanno la possibilità di ottenere un rimando esterno.

Spontaneità: è concepita da Moreno in stretta relazione con la creatività (il *fattore s-c*). Si evidenzia attraverso la percezione di sentire la disponibilità a mobilitare le proprie energie al fine di realizzare rapporti adeguati e creativi con la realtà. La spontaneità gioca nella dinamica dell'individuo una funzione antitetica all'ansia. Ove c'è è pienezza di spontaneità l'ansia scompare.

Teatralizzazione: l'azione, la drammatizzazione e il *role playing* avvengono in un contesto ove qualcuno guarda, ove vi è la consapevolezza di un attore e di un osservatore. Potremmo dire che vi è teatralizzazione nel caso in cui vi sia *compresenza o alternanza delle funzioni di io attore ed io osservatore*, in un contesto che *dà dignità* ai contenuti rappresentati. Ciò che è importante è la possibilità di attivare entrambe le funzioni per integrarle in un insieme percettivo, emotivo e cognitivo nuovo.

Tele: deriva dal greco *τελέ* (*telé*), che significa “a distanza”. Indica la capacità delle persone di entrare in relazione emotiva reciproca per giungere ad un *Incontro*. Ha pertanto caratteristiche di reciprocità e di bidirezionalità, a differenza dell'empatia, che è unidirezionale. Il *tele* si differenzia altresì dal *transfert*, che ne costituisce la trasformazione “patologica”. Accanto alle relazioni di *transfert* permane attivo il processo di *tele*, elemento base su cui poggia la terapia psicodrammatica.