

Educazione alla Teatralità e Movimento Creativo
Aspetti relazionali
Gaetano Oliva
pp.93-112

Tratto da: Elena Colombetti (a cura di),
Il senso dell'altro. Muri, dialoghi, paure, ponti,
Milano, Vita e Pensiero, 2018.

a cura di
ELENA COLOMBETTI

Il senso dell'altro

Muri, dialoghi, paure, ponti



VITA E PENSIERO

Educazione alla Teatralità e Movimento Creativo

Aspetti relazionali

*Gaetano Oliva**

L'Educazione alla Teatralità è un'arte che sviluppa il proprio pensiero attraverso la compartecipazione tra le arti performative, espressive e letterarie da un lato e le scienze umane dell'altro – in particolare la pedagogia, la psicologia, la sociologia, la filosofia e l'antropologia. L'Educazione alla Teatralità si pone l'obiettivo sia di educare le persone *tramite* e attraverso le arti espressive, sia di educarle *alle* arti espressive sviluppando la creatività e l'espressività personale di ciascuno. L'Educazione alla Teatralità nasce come teoria consequenziale alle teoretiche artistiche e pedagogiche del Novecento, ha come obiettivo primario quello di favorire il benessere psico-fisico e sociale della persona, per questo si pone come un mezzo e non come un fine della propria crescita e del proprio modificarsi; la teatralità e l'arte in generale, così concepite, vengono ad assumere il ruolo di veri e propri 'veicoli' per la conoscenza di sé.

La scientificità della metodologia di questa discipli-

* Docente di Teatro d'animazione, Facoltà di Scienze della Formazione, Università Cattolica del Sacro Cuore.

na ne permette un'applicabilità in tutti i contesti e con qualsiasi individuo, dal momento che pone al centro del suo processo pedagogico l'uomo in quanto tale e non in quanto necessariamente abile a fare qualcosa. Uno dei principi fondamentali dell'Educazione alla Teatralità è la costruzione dell'attore-persona; l'obiettivo principale è lo sviluppo della consapevolezza del sé, della creatività e della fantasia attraverso un lavoro condotto, su basi scientifiche, dall'attore-soggetto su se stesso. Al centro di questo lavoro c'è il processo di formazione ed espressione della persona che vuole valorizzare le differenze e le particolarità di ciascuno.

Fondamentale per l'affermazione della propria identità per lo sviluppo della fantasia e della creatività è la conservazione della propria espressività, che rappresenta il punto di partenza, l'elemento cardine per il confronto con l'altro.

La pre-espressività

Se è vero che ogni persona non può non comunicare, non è altrettanto vero che ogni persona è sempre consapevole del suo *status* espressivo. L'Educazione alla Teatralità parte dall'assunto che ogni soggetto ha una propria pre-espressività naturale che lo caratterizza in modo particolare, anche se non è consapevole di ciò. Prenderne coscienza significa conoscere se stessi e questo implica la voglia e l'intenzione di mettersi in gioco, di andare alla ricerca e alla scoperta di sé in modo profondo. «Il concetto di pre-espressività, quindi, serve in quanto è in relazione

all'attore, una persona che usa una tecnica extra-quotidiana del corpo, in una situazione di rappresentazione organizzata; nasce con l'individuo e lo accompagna lungo tutto il suo cammino modellandosi e trasformandosi con lui. In questo senso allora non è quindi corretto fare riferimento all'uomo e alla pre-espressività come due realtà distinte: i due termini si coinvolgono reciprocamente»¹.

La persona non rivela pienamente se stessa se non scopre e accresce la propria pre-espressività. Lo sviluppo della fantasia e della creatività è conseguentemente l'obiettivo principe da raggiungere per valorizzare le qualità personali dei soggetti in gioco. Quest'obiettivo è raggiungibile seguendo la formula sintetica: «pre-espressività + metodologia = sviluppo della creatività individuale»².

In questa formula, all'interno della parola 'metodologia' è contenuta anche l'esperienza necessaria dell'improvvisazione. Questo strumento ha uno scopo educativo prima ancora che teatrale perché ha una forza introspettiva enorme, essendo capace di lasciar affiorare innumerevoli elementi personali (emozioni, ricordi, intuizioni, sensazioni) altrimenti nascosti e sommersi ma che influenzano la personalità e l'azione del soggetto.

La pedagogia del laboratorio: luogo artistico, educativo e formativo

Il luogo didattico, pedagogico e creativo dove si sviluppa il processo di crescita della persona e dove si sviluppa la creatività individuale è il laboratorio di arti espres-

sive, uno spazio fisico e mentale di sperimentazione e ricerca, condotto secondo una precisa metodologia psico-pedagogica.

Aspetti fondamentali del laboratorio sono: lo sviluppo della consapevolezza del sé, dei propri linguaggi della comunicazione e la relazione personale tra i partecipanti; una relazione analoga dovrà esistere tra gli attori e gli spettatori del progetto creativo che conclude il laboratorio stesso. L'apertura all'altro, l'essere 'con' è una caratteristica che appartiene profondamente all'uomo; si tratta di un'apertura che non è un semplice scambio di comunicazione, ma un'esperienza di partecipazione affettiva e di reciprocità. Il desiderio di incontrare l'altro deve essere però reale e autentico: ciò implica che ciascuno accetti l'altro così com'è. Il laboratorio quindi è un'occasione per crescere, per imparare facendo, con la convinzione che l'aspetto più importante consiste nel processo e non solo nel prodotto: la *performance* (o progetto creativo) è solo la conclusione di un percorso formativo. L'attività teatrale stimola il bisogno di una conoscenza interpersonale che comporta una relazione in cui l'altro è riconosciuto nella sua dignità. Il laboratorio offre quindi l'occasione di capire che è possibile cambiare determinate situazioni e modificare i propri comportamenti. Il laboratorio ha una forte valenza pedagogica e offre un importante contributo nel processo educativo, poiché, nel percorso che ognuno compie su di sé, conduce a imparare a 'tirare fuori' ciò che 'urla dentro', a conoscere e controllare la propria energia, a convivere con ciò che in un primo momento si è represso o rimosso. Non bisogna dimenticare che l'essere

dell'uomo dipende dalla qualità delle sue esperienze che caratterizzano il suo modo di relazionarsi o non relazionarsi, in breve il suo stile di vita. La teatralità e il teatro, vissuti nella dimensione del laboratorio, permettono di ampliare il campo di esperienza e di sperimentare situazioni di vita qualitativamente diverse da quelle abituali, che possono contribuire alla ridefinizione di sé, del mondo, degli altri. Fare teatro, in questo senso, significa allora rivedersi nel proprio passato: rivivere angosce, rivisitare certi comportamenti o situazioni, non per rimuoverli, ma per prendere coscienza di essere cresciuti e riconoscere le proprie positività.

Il laboratorio di arti espressive è un percorso di riscoperta, una sorta di ri-educazione alla propria *presenza* (fare, saper-fare, essere, saper-essere); vuole essere uno spazio, dove apprendere a vivere in modo umano e sociale, dove l'individuo può sviluppare un pensiero libero, democratico e critico rispetto a se stessi e alla realtà che lo circonda imparando a esercitare la propria capacità di scelta, di dialettica e di responsabilità.

Nell'Educazione alla Teatralità il laboratorio si sviluppa lungo tre dimensioni. Innanzitutto l'esperienza laboratoriale è azione psicofisica che coinvolge nella sua interezza il corpo e la voce dell'attore-persona. I gesti, la forma, il movimento esprimono o nascondono delle risonanze interiori. La voce e le parole sono all'interno di questa corporalità. Infatti la voce conferma, chiarisce, sottolinea o smentisce la verità delle posizioni del corpo; allo stesso tempo vi è anche la relazione inversa: è il corpo che dà forza o indebolisce la verità delle parole.

Una seconda dimensione è la creatività. Per definizione il laboratorio è il luogo in cui l'attore-persona può e deve dare libero sfogo alla propria immaginazione, atto non sempre possibile nella vita quotidiana: infatti, in tale spazio, la persona sviluppa la propria energia che si condensa in nuove creazioni che aprono orizzonti inediti alle sue conoscenze.

Il soddisfacimento del piacere di creare forme, in parte, è di tipo fisico; esso risponde al bisogno di realizzare qualcosa allorché si viene a contatto col *materiale*. Ciò risulta vero tanto per il pittore e lo scultore, quanto per l'attore di teatro, il cui 'materiale' è il proprio corpo; ed anche il suonare strumenti musicali è un'attività corporea³.

Da ultimo s'intreccia con questi due elementi anche la dimensione sociale. Il corpo è sempre in relazione con ciò che lo circonda: altri corpi, oggetti, ambienti e quant'altro. Così l'esperienza dell'attore-persona si modula nel confronto, più o meno conflittuale, con la sfera del vivere insieme.

Questi strumenti 'vissuti' nel laboratorio determinano alcune dinamiche rispetto alla vita quotidiana che mettono in luce la valenza pedagogica di tale esperienza.

La prima dinamica è quella della sospensione. Nel laboratorio l'esperienza quotidiana è temporaneamente sospesa e si crea una dimensione di vita protetta dai condizionamenti e dai giudizi nei quali normalmente la persona è immersa. Questa specificità è preziosa perché può consentire lo stabilirsi di condizioni di fiducia: l'ambiente ottimale per ogni processo e relazione educativa.

La dinamica della sospensione mette in grado i soggetti coinvolti di esplorare se stessi, le situazioni, le risorse personali e sociali da mettere in campo.

La tappa dell'esplorazione è propedeutica a quella che si può definire la dinamica della 'costruzione'. L'esito del processo di un laboratorio può, infatti, portare il singolo attore-persona o il gruppo intero a riconoscere una nuova forma di atteggiamento personale, d'interiorità psichica o di comportamento sociale che si è venuta a creare nel lavoro teatrale e che diventa patrimonio educativo consolidato del gruppo. Questa novità esprime una possibilità concreta di cambiamento che ogni processo educativo deve far emergere. Tutto ciò determina che l'esperienza laboratoriale si moduli su tre livelli reciprocamente intrecciati:

– livello individuale: l'attore-persona mette in gioco abilità precise per riuscire a stare sulla scena o per reggere un confronto con un pubblico, attraverso quel mezzo di contatto con se stesso che, in teatro, è costituito dal monologo drammatico; deve servirsi poi di tali abilità nella vita quotidiana, ottenendo una maggiore gratificazione sia da se stesso, sia dagli altri;

– livello relazionale: in questa fase l'individuo si sperimenta nel dialogo, ovvero nella relazione psico-fisica con il *partner* sulla scena. Per cercare di stabilire un contatto emotivo con il compagno è necessario che si sviluppino ulteriormente alcune facoltà umane, quali la precisione e il controllo del proprio sé;

– livello gruppal: in quest'ultima fase l'individuo si sperimenta nel e con il gruppo.

Un altro aspetto importante del laboratorio di Educazione alla Teatralità è quello legato al suo ruolo nell'apprendimento. Per quanto riguarda quest'ultimo, infatti, ci sono alcuni elementi che sono direttamente interessati quando si partecipa a un percorso artistico-educativo: «il valore affettivo, la valutazione dell'azione in rapporto a uno scopo e, infine, la possibilità di avere una prova delle conoscenze concernenti la realtà»⁴. Il laboratorio di arti espressive nel suo sviluppo prevede un testo, un contesto e un adulto di riferimento (l'educatore con la sua professionalità). L'azione performativa è per il partecipante l'occasione di fare, di cercare, di scoprire e di realizzare; per l'educatore è il mezzo con cui costruire il processo di apprendimento.

Un secondo elemento è la valutazione dell'azione in rapporto a uno scopo. L'azione performativa ha uno scopo evidente: procedendo nella realizzazione essa si chiarisce e subisce dei cambiamenti rispetto all'idea di partenza. È importante che ciascuno possa avviare la propria esperienza creatrice con un'idea personale di quella che è la finalità dell'azione, arrivando ad auto-valutare la propria capacità di realizzazione nel percorso scopo-ideazione-realizzazione dell'azione. Tutto questo in un contesto che prevede sia finalità individuali ma anche finalità collettive.

Il terzo elemento riguarda la possibilità di avere una prova delle conoscenze riguardanti la realtà. L'azione performativa è conosciuta progressivamente ed è il risultato dell'incontro e dell'intreccio delle singole azioni. Ciascuno è nello stesso tempo attore e spettatore delle

proprie azioni e questo permette al soggetto, nell'azione artistica, di avere maggiori possibilità di conoscere se stesso e gli altri. Nell'azione non si agisce solamente ma si apprende ad agire e a osservarsi. Il laboratorio diventa allora uno spazio deputato alla conoscenza e all'apprendimento.

Il laboratorio dei linguaggi

La comunicazione artistica avviene attraverso l'uso del linguaggio. Il linguaggio è certamente il sistema di comunicazione più potente ed efficace, l'attributo più tipicamente umano e universalmente riconosciuto come unico dell'uomo. Suo aspetto essenziale è di essere un sistema di comunicazione inserito in una situazione sociale, quindi non solo processo cognitivo ma anche comportamento simbolico, attività essenziale e genuinamente sociale. «Ogni comunicazione implica un impegno e perciò definisce la relazione. È un altro modo per dire che una comunicazione non soltanto trasmette informazione, ma al tempo stesso impone un comportamento»⁵.

I linguaggi della comunicazione teatrale sono: il linguaggio verbale, il linguaggio non verbale, il linguaggio dello spazio e quello della scrittura. È fondamentale ribadire il ruolo della corporeità nella comunicazione e nella relazione per cui soprattutto il linguaggio non verbale svolge diverse e importanti funzioni nel comportamento sociale dell'uomo. Il corpo è un linguaggio comunicativo che esprime sentimenti, emozioni, messaggi. Infatti, esso

può essere considerato il linguaggio primario nello svolgimento delle relazioni interpersonali in quanto il soggetto attraverso il linguaggio del corpo trasmette l'immagine di sé e del proprio corpo e partecipa alla presentazione di sé agli altri; sostiene e completa il linguaggio verbale e svolge una funzione meta-comunicativa, in quanto fornisce elementi per interpretare il significato delle espressioni verbali e sostituisce la parola in situazioni che non ne consentono l'uso.

Il soggetto, dal momento della nascita, utilizza consapevolmente le forme, i segni corporei, quando comincia a rendersi conto dell'altro come essere distinto da sé; in questo modo comincia a stabilire i suoi rapporti con la realtà e a costruire relazioni interpersonali. Inoltre il linguaggio corporeo è un canale di comunicazione sempre aperto, infatti in una relazione verbale è sempre possibile tacere, invece il corpo non tace mai. La ragione di tutto ciò si trova nel fatto che l'uomo prima impara a muoversi, poi a balbettare, poi a pensare. È proprio in forza di quest'ordine di sviluppo che la consapevolezza nell'uso del proprio corpo è condizione necessaria per giungere adeguatamente preparati all'incontro con altri linguaggi e alla loro consapevole fruizione.

A questo processo di presa di coscienza partecipa attivamente il laboratorio di Educazione alla Teatralità che nel suo sviluppo propone una costante sperimentazione, conoscenza e utilizzo consapevole del corpo che porta a scoprirlo e utilizzarlo secondo modalità diverse da quelle in uso nella vita di tutti i giorni, producendo così forme espressive inaspettate e inedite.

Movimento Creativo

Il movimento ha sempre fatto parte della vita dell'uomo: da un punto di vista antropologico è una relazione primaria ed esistenziale tra essere umano e movimento. L'organismo umano è permanentemente in movimento, infatti si è continuamente sottoposti a una serie di stimoli e impulsi in ogni momento della propria vita. Inevitabilmente, quindi, l'uomo è inserito in un ritmo continuo, a partire dal suo concepimento fino alla sua morte. Da tutto ciò se ne deduce che l'immobilità non fa parte dell'uomo e che, quindi, elemento specifico della vita è proprio il movimento, che assume un ruolo centrale nella relazione con se stessi e con gli altri. L'essere umano, infatti, entra sempre in relazione attraverso un movimento: 'io incontro l'altro attraverso il movimento del mio corpo', che può manifestarsi attraverso una stretta di mano, un abbraccio, uno sguardo, un cullare, un chiamare per nome.

La danza è considerata l'espressione artistica per eccellenza del movimento, infatti: «la danza dà bellezza, sensibilità, armonia al corpo e il corpo riguarda tutti, uomini, donne, bambini, anziani... La danza è un'educazione del corpo che diventa educazione dello spirito: perché è disciplina, confronto con i propri limiti, migliorarsi è qualcosa che tocca la passione e la vita»⁶.

Un elemento che caratterizza il movimento artistico è la produzione e la trasmissione di energia consapevole in un determinato spazio. L'incontro tra il proprio corpo e lo spazio produce un movimento creativo: «a fare dello spazio corporeo e dello spazio esterno un sistema unico è l'azione»⁷.

Parlare di soggetto creativo e di azione creativa in ambito espressivo significa introdurre anche un altro concetto, quello di Movimento Creativo. La creatività che diventa azione è legata, in primo luogo, alla corporeità e al movimento. Il movimento creativo rappresenta lo sviluppo di continui atti creativi che si susseguono nel tempo e nello spazio e riconduce a un concetto antropologico semplice ma fondamentale: la relazione tra l'essere umano e il movimento.

L'uomo nel suo esistere si muove, l'immobilità gli è addirittura impossibile. Il movimento non nasce solamente da un bisogno materiale o da un atto di volontà, né si esaurisce nell'apparato locomotore dell'umano: esso si collega anche alla sfera emozionale. [...] Proprio per questo, il movimento creativo nasce sia dal rapporto del soggetto con le arti espressive sia da un'analisi ad ampio raggio dell'uomo e del suo esistere, che intreccia connessioni tra corpo ed espressione, tra corpo-movimento e creatività⁸.

L'Educazione alla Teatralità, nello studio dell'atto creativo e della sua concretizzazione nel 'movimento creativo', si configura come una disciplina umana che comunica attraverso le sue prassi a una precisa concezione dell'uomo e del suo esistere. La pratica del movimento creativo può essere un utile strumento per accrescere e incidere sulle capacità cognitive e di apprendimento della persona.

Il laboratorio delle emozioni

La relazione tra corpo, creatività, movimento ed espressione ruota intorno alla sfera emozionale. Il laboratorio

di arti espressive, allora, si configura anche come laboratorio delle emozioni.

L'emozione costituisce una delle esperienze più significative che accompagna l'individuo lungo tutto l'arco della sua esistenza. Essa può essere considerata «un costrutto psicologico nel quale intervengono diverse componenti: cognitiva, fisiologica, espressivo-motoria, motivazionale e soggettiva»⁹. Questi aspetti sono interdipendenti tra loro e contribuiscono a determinare l'esperienza emozionale. L'emozione – «esperienza individuale in una dimensione sociale»¹⁰ – è un'esperienza complessa e multidimensionale, in grado di mediare il rapporto con gli eventi ambientali e le risposte comportamentali dell'individuo.

Il soggetto tenta, di volta in volta, di regolare la propria emotività adottando strategie capaci di far corrispondere l'esperienza emozionale e la sua manifestazione esterna alle situazioni e alle norme socio-culturali: «le emozioni sono dunque una forma di linguaggio, sia pure di un tipo tutto particolare: all'inizio biologicamente e non culturalmente strutturato è "auto semantico", cioè costruito da segnali che sono il loro stesso significato o fanno parte del loro stesso significato»¹¹.

L'unico modo per comprendere gli aspetti riguardanti una certa emozione è sperimentarla e prenderne coscienza.

Le emozioni hanno una funzione comunicativa, sia all'interno sia all'esterno. Ma perché dovremmo essere consci dei nostri sentimenti? A questa domanda possiamo dare una risposta parziale, ma importante: la coscienza è la radice del nostro com-

portamento volontario, intenzionale, e dipende da un modello del sé. Le emozioni possono influire sul comportamento volontario solamente se siamo consapevoli di esse e delle loro cause. Così, possiamo riflettere sul corso di un'azione, sapendo di poter agire intenzionalmente. Questa capacità autocosciente può aiutare a guidare le nostre risposte a quegli eventi importanti che sollecitano modalità emozionali¹².

L'esperienza del provare emozioni non è una scelta dell'individuo: l'emozione accade nel mondo psichico della persona su sollecitazione di un fatto esterno a esso, ma anche per dinamiche tutte interiori non facilmente riconoscibili.

L'emozione va considerata un costrutto psicologico nel quale intervengono diverse componenti, una componente cognitiva finalizzata alla valutazione della situazione-stimolo che provoca l'emozione; una componente di attivazione fisiologica determinata dall'intervento del sistema neurovegetativo; una componente espressivo-motoria; una componente motivazionale, relativa alle intenzioni e alla tendenza ad agire/reagire; una componente soggettiva consistente nel sentimento provato dall'individuo. Tutte le componenti sono interdipendenti tra loro e partecipano a determinare l'esperienza emozionale¹³.

L'arte, in ogni sua manifestazione, s'inserisce in questo complesso panorama diventando un mezzo principe per il riconoscimento e la gestione delle emozioni, diventando un'occasione privilegiata per l'espressione della propria interiorità umana. L'Educazione alla Teatralità attraverso il laboratorio delle emozioni conduce l'individuo a prendere contatto con il proprio mondo emozionale per descriverlo e comunicarlo con un linguaggio comprensibile agli altri.

Risulta evidente come un'educazione delle emozioni sia necessaria per l'esistenza della persona. Saper vivere, esprimere e raccontare le proprie emozioni è un enorme vantaggio sia per le funzioni cognitive (intelligenza emotiva) sia come risorsa fondamentale per la costruzione di relazioni umane autentiche e positive.

Lo stato di salute e il benessere individuale dipendono in gran parte dal controllo e dalla regolazione delle emozioni. La capacità di controllare, esprimere, vivere e sentire le emozioni è una qualità che non tutte le persone possiedono in eguale misura e che, in talune circostanze, può essere particolarmente importante sviluppare o acquisire. Si è parlato a tale proposito di 'intelligenza emotiva'. Questo termine sottolinea l'esistenza, tra i vari fattori che costituiscono l'intelligenza umana, di un'abilità emotiva che permette a molti individui di sapersi muovere con successo, di vivere meglio e, spesso, più a lungo. Gli ambiti in cui sostanzialmente questa abilità emotiva si esplica riguardano:

1. la conoscenza delle proprie emozioni, ovvero la capacità di essere autoconsapevoli dei propri vissuti emotivi e di sapersi osservare;
2. il controllo e la regolazione delle proprie emozioni (appropriatezza nell'espressione e nel vissuto emotivo, evitare il cosiddetto 'sequestro emotivo' ovvero di essere dominati dalle emozioni);
3. la capacità di sapersi motivare (predisposizione di piani e scopi, capacità di tollerare le frustrazioni e di posporre le gratificazioni);
4. il riconoscimento dell'emozione altrui (empatia);
5. la gestione delle relazioni sociali tra individui e nel gruppo (capacità di *leadership*, negoziazione ecc.)¹⁴.

È fondamentale che il linguaggio del corpo partecipi in maniera decisiva alla regolazione dell'intensità

dell'emozione, poiché la risposta emozionale è primariamente definita a livello fisiologico. Le emozioni sono sempre accompagnate da sensazioni corporee e da comportamenti espressivi. Il laboratorio di arti espressive consente di mettere in moto le proprie risorse in modo da riuscire a percepire e a affrontare nodi emozionali, conflitti interiori, blocchi comunicativi. Lo spazio del laboratorio 'luogo dei possibili, senza giudizio' diviene strumento per imparare a gestire emozioni, per proiettarle al di fuori di se stessi, controllarle, viverle, poterle condividere e imparare a gestirle.

Movimento Creativo e le Neuroscienze: il laboratorio delle relazioni

Quando un soggetto osserva un corpo in movimento la sua mente attiva un principio filogenetico di riconoscimento e di sollecitazione tramite il quale inizia a imitare e a ricombinare le informazioni ricevute grazie ai neuroni specchio. Pensiero e azione, quindi, sono di fatto interconnessi:

il movimento, difatti, costituisce lo strumento che più si avvicina a un *sesto senso*. Nel cervello, infatti, è insita la capacità di anticipare ciò che sta per accadere nello spazio che ci circonda. «...la percezione non è solamente un'interpretazione dei messaggi sensoriali: essa è condizionata dall'azione, è una sua simulazione interna, è giudizio, è anticipazione delle conseguenze dell'azione». Prima di muoversi e di compiere un'azione, il cervello calcola la posizione del proprio corpo, compie operazioni di relazione con lo spazio intorno e si confronta con le circo-

stanze, dimostrandosi molto più simile ad un simulatore che ad un calcolatore che utilizza i movimenti di un corpo nello spazio per elaborare un modello stabile della realtà, in equilibrio tra i sensi e i pensieri, cioè quei software che noi usiamo per dare una spiegazione alle sensazioni¹⁵.

Il movimento creativo attiva una pluralità di meccanismi fisiologici che coinvolgono tutto l'organismo a partire dai neuroni specchio, che sono quelle cellule del cervello che entrano in azione quando si vede un soggetto compiere un'azione e che permettono di capire che cosa sta facendo. Nel cervello di chi guarda, infatti, si attiva un sistema a specchio e s'innescano le aree legate ai movimenti che si stanno osservando, il corpo si muove prima ancora di muoversi, cioè si prepara a compierli come se il soggetto fosse l'esecutore stesso di quel gesto. Questo meccanismo funziona sempre, anche se non ce ne rendiamo conto; ne deriva, quindi, che percezione, azione e cognizione, tradizionalmente considerate distinte, siano in realtà strettamente interrelate. Per questo si può affermare che qualsiasi atto motorio è, in realtà, un atto mentale, per cui il sistema motorio per le neuroscienze non è solo un esecutore passivo ma predisposto ad attivarsi per comprendere l'intenzione di chi agisce: il pensiero, la conoscenza, la memoria, le emozioni sono collegati al comportamento motorio.

A tale proposito Vittorio Gallese afferma:

i neuroni a specchio esemplificano un meccanismo neuronale che mette in relazione le azioni eseguite da altri con il repertorio motorio dell'osservatore. L'osservazione di un'azione induce nell'osservatore l'automatica simulazione di quell'a-

zione. Questo meccanismo consente una forma implicita e diretta di comprensione delle azioni altrui. [...] Ogni volta che osserviamo le azioni altrui il nostro sistema motorio «risuona» assieme a quello dell'agente osservato. [...] Le ricerche condotte nell'ultimo decennio hanno inoltre dimostrato che il meccanismo di rispecchiamento non è confinato al dominio delle azioni, ma attiene anche al dominio delle emozioni e delle sensazioni¹⁶.

Il sistema dei neuroni specchio permette al soggetto, attraverso il movimento e il corpo, in modo immediato, di capire le intenzioni altrui, ma anche di leggere e di entrare in contatto – di sentire – emozioni e stati sentimentali. Tutto questo è di straordinaria importanza se si tiene conto del fatto che il sistema dei neuroni specchio si modifica e cresce con l'apprendimento, il che dimostra «il ruolo decisivo della conoscenza motoria per la comprensione del significato delle azioni altrui»¹⁷. Si può riassumere che nel cervello dell'osservatore si attiva, alla vista di un'azione, una modellazione anticipatoria e predittiva dell'azione a livello motorio perché ogni persona possiede dentro di sé l'atto, che è un atto potenziale. Il sistema motorio, attraverso i neuroni specchio, non è solo in grado di riprodurre i movimenti che osserva, ma agisce anche empaticamente, ha cioè la capacità di percepire emotivamente che cosa quel movimento sta provocando al soggetto che lo produce.

La scoperta dei neuroni specchio apre nuove prospettive di ricerche sul sistema motorio e il movimento creativo. Inoltre le neuroscienze hanno fornito agli studi teatrali diversi strumenti di analisi dell'evento perfor-

mativo e del rapporto tra attore e spettatore. Lo studio dei neuroni specchio, dunque, offre un quadro teorico e sperimentale unitario della costruzione dell'azione scenica e delle sue capacità di stabilire relazioni umane. Ogni azione fisica messa in scena dall'attore è un atto motorio intenzionale e motivato, diretto a uno scopo ben preciso; tale azione è immediatamente letta dallo spettatore e gli permette di capire il senso della *performance* cui sta assistendo. L'atto performativo diventa un atto comunicativo *tout court* all'interno dello spazio scenico, si carica di un significato che ha valore universale e che non ha bisogno di nessuna elaborazione semiologica. L'esperienza teatrale, quindi, in quanto attività formativa, stimola le diverse forme di apprendimento, indirizzando le energie creative del soggetto verso la consapevole costruzione di conoscenze. Questo processo non si limita a un lavoro individuale della persona, ma concerne anche la dimensione relazionale e sociale. Innanzitutto perché il laboratorio è un lavoro individuale in un lavoro di gruppo e stimola la persona a vivere in modo rinnovato la propria socialità per cui l'essere umano entra in relazione attraverso il corpo e il movimento, quindi il laboratorio di arti espressive, attraverso l'uso dei linguaggi, si configura come laboratorio delle relazioni.

NOTE

¹ G. Oliva (a cura di), *La pedagogia teatrale. La voce della tradizione e il teatro contemporaneo*, Arona, Editore XY. IT, 2009, p. 235.

² G. Oliva, *Il Laboratorio Teatrale*, Milano, LED, 1999, p. 89.

VITA E PENSIERO



Il senso dell'altro

Muri, dialoghi, paure, ponti

a cura di
ELENA COLOMBETTI

³ P. Feyerabend - C. Thomas, *Arte e Scienza*, Roma, Armando Editore, 1989, p. 120.

⁴ G. Oliva, *Educazione alla Teatralità. La teoria*, Arona, Editore XY. IT, 2017, p. 156.

⁵ P. Watzlawick - J.H. Beavin - D. De Avila Jackson, *Pragmatica della comunicazione umana*, Roma, Astrolabio, 1971, p. 43.

⁶ R. Bolle, *Vivo per ballare ma rimpiango amici e libertà*, in «La Repubblica», giovedì 4 gennaio 2018, p. 38.

⁷ U. Galimerti, *Il corpo*, Milano, Feltrinelli, 2003, p. 139.

⁸ G. Oliva, *Educazione alla Teatralità. La teoria*, cit., p. 306.

⁹ R. Di Rago (a cura di), *Emozionalità e teatro. Di pancia, di cuore, di testa*, Milano, Franco Angeli, 2008, p. 77.

¹⁰ L. Camaioni - P. Di Blasio, *Psicologia dello sviluppo*, Bologna, il Mulino, 2007, p. 203.

¹¹ V. D'urso - R. Trentin (a cura di), *Psicologia delle emozioni*, Bologna, Il Mulino, 1990, pp. 93-94.

¹² *Ibidem*, p. 125.

¹³ R. Di Rago (a cura di), *Emozionalità e teatro. Di pancia, di cuore, di testa*, cit., p. 77.

¹⁴ *Ibidem*.

¹⁵ F.G. Paloma (a cura di), *Corporeità, didattica e apprendimento. Le nuove neuroscienze dell'educazione*, Salerno, Edisud Salerno, 2009, p. 130.

¹⁶ V. Gallese, *Corpo e azione nell'esperienza estetica. Una prospettiva neuroscientifica*, in U. Morelli, *Mente e bellezza. Arte, creatività e innovazione*, Torino, Umberto Allemandi Editore, 2010, pp. 247-248.

¹⁷ G. Rizzolatti - C. Sinigaglia, *So quel che fai, il cervello che agisce e i neuroni specchio*, Roma, Raffaello Cortina editore, 2006, p. 133.