



IL LABORATORIO TEATRALE: RAPPORTO TRA CORPO E MENTE

Stefania Cringoli

ARTISTICAMENTE 2026

Letteratura, Teatro, Arte.

Cibo per il corpo; Cibo per la mente.

14 febbraio 2026, Fagnano Olona

Pedagogia della MARGINALITA' e del DISAGIO



MARGINALITA'

“Condizione esistenziale nella quale il soggetto vive a causa del reiterarsi e il consolidarsi di situazioni che non consentono di **rispondere** adeguatamente alle richieste e ai complessi **compiti** di sviluppo che la **società** pone ai propri membri”
(D’Alonzo, 2019)

DISAGIO

“Non realizzazione da parte di un individuo di un equilibrio nel rapporto con il **mondo**, con **sé stesso** e con gli **altri**, non necessariamente per la presenza di un deficit o di una disabilità, ma per difficoltà **affettive, sociali** o economiche”
(D’Alonzo, 2019).

- esclusione dalla possibilità di **narrare** la propria esperienza e di **essere riconosciuti** come interlocutori legittimi nello spazio sociale e culturale.
- fatica a trovare **parole**, **gesti** e **immagini** capaci di rappresentare la propria soggettività all'interno dei codici riconosciuti.

“Il processo di marginalizzazione fa emergere la mancata risposta ai **bisogni di riconoscimento**, di **appartenenza**, di autorealizzazione”
(Honneth, 2001).



Disturbi della Nutrizione e dell'Alimentazione (DNA)

- **Malattie psichiatriche** caratterizzate da un rapporto disfunzionale con **l'alimentazione** e con il proprio **aspetto fisico**.
- Forma di **disagio**, causata da molti fattori: genetici, emotivi, sociali, culturali.
- Il **corpo** rappresenta il primo luogo in cui l'**esclusione** reale e simbolica si iscrive e si manifesta.



Quali **metodologie** e
pratiche educative
usare per lavorare
in un'ottica di
prevenzione
della marginalità e
del disagio?



Educazione alla Teatralità

per disinnescare i meccanismi
di esclusione reale e simbolica.

“Da voce” a chi non ce l’ha,
mette in **discussione** le strutture che
determinano chi può parlare

Il lavoro sul **corpo**, sul **gesto**, sulla **voce** e sulla
relazione, amplia il campo delle **possibilità**
espressive, rendendo accessibili più forme di
comunicazione.



EDUCAZIONE ALLA TEATRALITÀ COME PREVENZIONE

“Ognuno sente il bisogno di percepire sé stesso come **soggetto abile e capace** [...] dove il suo senso di competenza venga valorizzato.”
(D’Alonzo, 2017)

- L’Educazione alla Teatralità, lavora in un’ottica di prevenzione perché mette al **centro** la **dignità** e **l’autonomia** della persona rispondendo al bisogno di sentirsi realizzata come individuo e come soggetto sociale.
- Prevenzione del disagio con la metodologia teatrale perché si lavora su ciò che c’è, sulla **positività**,

EDUCAZIONE ALLA TEATRALITÀ COME PREVENZIONE

- Il laboratorio teatrale strumento di cui l'Educazione alla Teatralità si serve per permettere all'uomo di **educarsi** e **sperimentarsi**.
- Nel laboratorio ci **si prende cura** del soggetto ponendo l'attenzione sulle 3 dimensioni relazionali: con sé stessi, con l'altro, con il gruppo.
- È un luogo **inclusivo** per la definizione stessa del concetto di uomo e attore/persona.
- Spazio protetto dove si porta dentro la **realtà quotidiana** per analizzarla, sperimentarsi e uscire più consapevoli.

IL LABORATORIO: IL RAPPORTO TRA CORPO E MENTE

- Affrontare **contenuti specifici** come il rapporto tra il corpo e la mente, tra il sé e l'altro.
- Progetto di Educazione alla Teatralità nato in collaborazione con l'associazione Peso Positivo! che si occupa di prevenzione dei DNA.
- Problematica già in età precoce, azione sulle fasce di età più piccole, attraverso linguaggi alternativi.
- Il progetto svolto con 42 classi, 12 scuole Secondarie di Primo Grado.



Disturbi della Nutrizione e dell'Alimentazione (DNA)

“Incapacità di discriminare con esattezza le proprie **percezioni corporee**.” (Fava Vizziello, 2003)

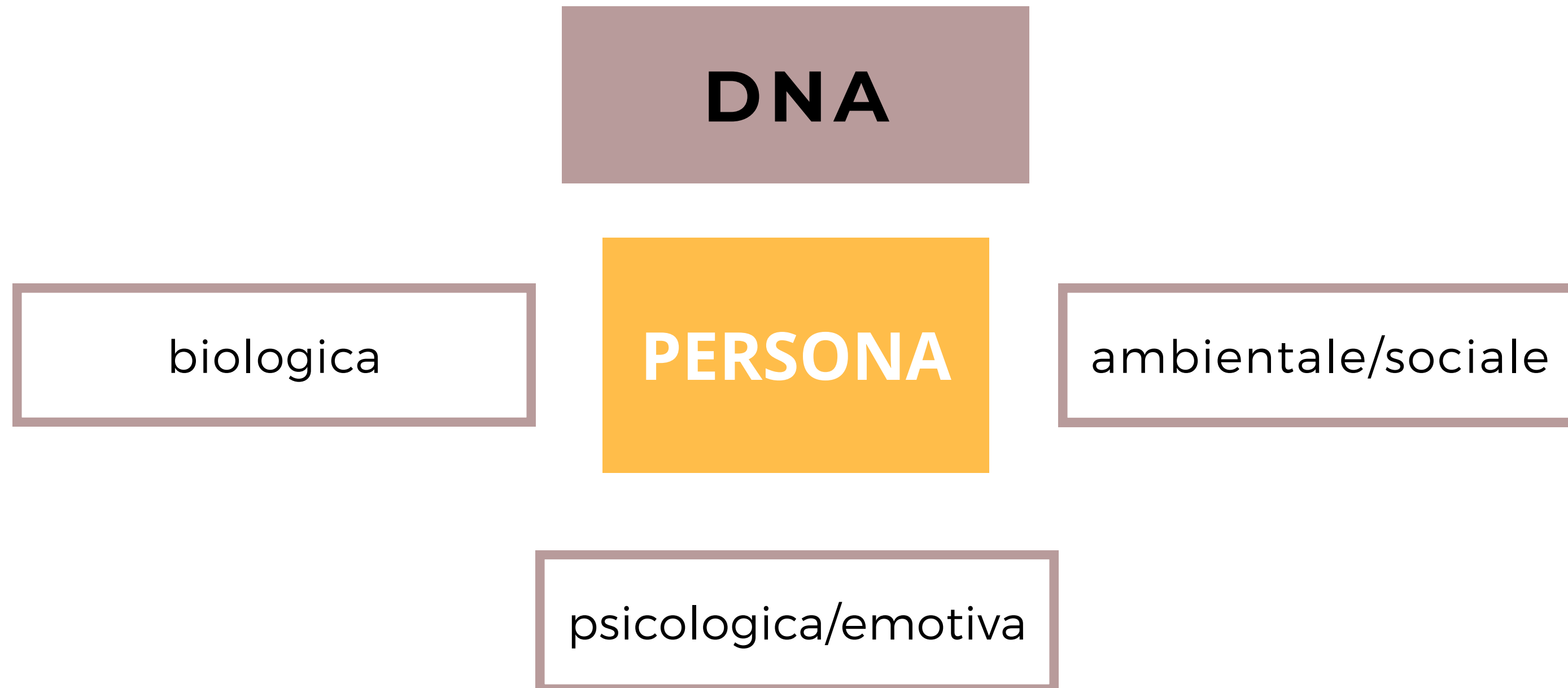
“L'immagine corporea è la sintesi di **vissuti** e veicolo di **significati** e **valori** attribuiti al sé corporeo dal soggetto e dagli altri nel loro continuo scambio.” (Fava Vizziello, 2003)

“Un modo per **portare ordine** nel proprio universo, un tentativo di congelare il tempo e le relazioni.” (Hilde Brunch, 1988)



IL LABORATORIO: IL RAPPORTO TRA CORPO E MENTE

Nei DNA, quindi, emerge un grande **disequilibrio** nei i tre aspetti della persona: biologico, emotivo/psicologico, sociale/ambientale.



IL LABORATORIO: IL RAPPORTO TRA CORPO E MENTE

TEATRO

“Per dare intenzionalità all’azione si devono mettere in stretta comunicazione il **corpo** e la **mente** [...] il laboratorio teatrale riesce a collegare l’azione con il pensiero e viceversa.” (Oliva, 2025)

“E’ uno dei mezzi più idonei per condurre l’individuo a prendere contatto con il proprio **mondo** e a riscoprire il proprio potenziale  creativo ed espressivo” (Oliva, 2025)

“La forma è immagine, linguaggio, suono, origine di una percezione del proprio corpo per riconoscere il gesto e lo porta, lo mostra, verso l’altro. Dare forma alle proprie **azioni** significa interpretare la realtà creando una relazione” (Oliva, 2025).

IL LABORATORIO: IL RAPPORTO TRA CORPO E MENTE

Attraverso l'esperienza laboratoriale la **persona lavora** contemporaneamente sui tre aspetti: corpo, anima, intelletto.

TEATRO

corpo

PERSONA

intelletto

anima



DNA

biologica

psicologica/emotiva

ambientale/sociale

individuo
IO

PERSONA

**Laboratorio
teatrale**

relazione
IO e TE

TEATRO

corpo

anima

intelletto

gruppo
IO e NOI

AUD
TOMMA
R
ATRIUM
P
ADELAIDE
MODENA
RISTORI
THEATRUM
TOMMA
FORI
ARTAUD
TOMMA
P
THEATRUM
TOMMA
P
THEATRUM
TOMMA
P

IL PERCORSO DEL LABORATORIO

- Percorso di 4 incontri di 2 ore ciascuno, totale 8 ore.
- I linguaggi della **comunicazione teatrale**: Linguaggio Non Verbale e il Linguaggio dello Spazio.
- La metodologia del laboratorio, ogni incontro: momento di **inizio**, accoglienza, descrizione dell'attività; **momento centrale** di lavoro sui linguaggi; **momento di conclusione** in cui si riflette su ciò che è stato fatto.
- Al termine di ogni incontro viene assegnata una **poesia** da scrivere per la volta successiva sul tema affrontato 

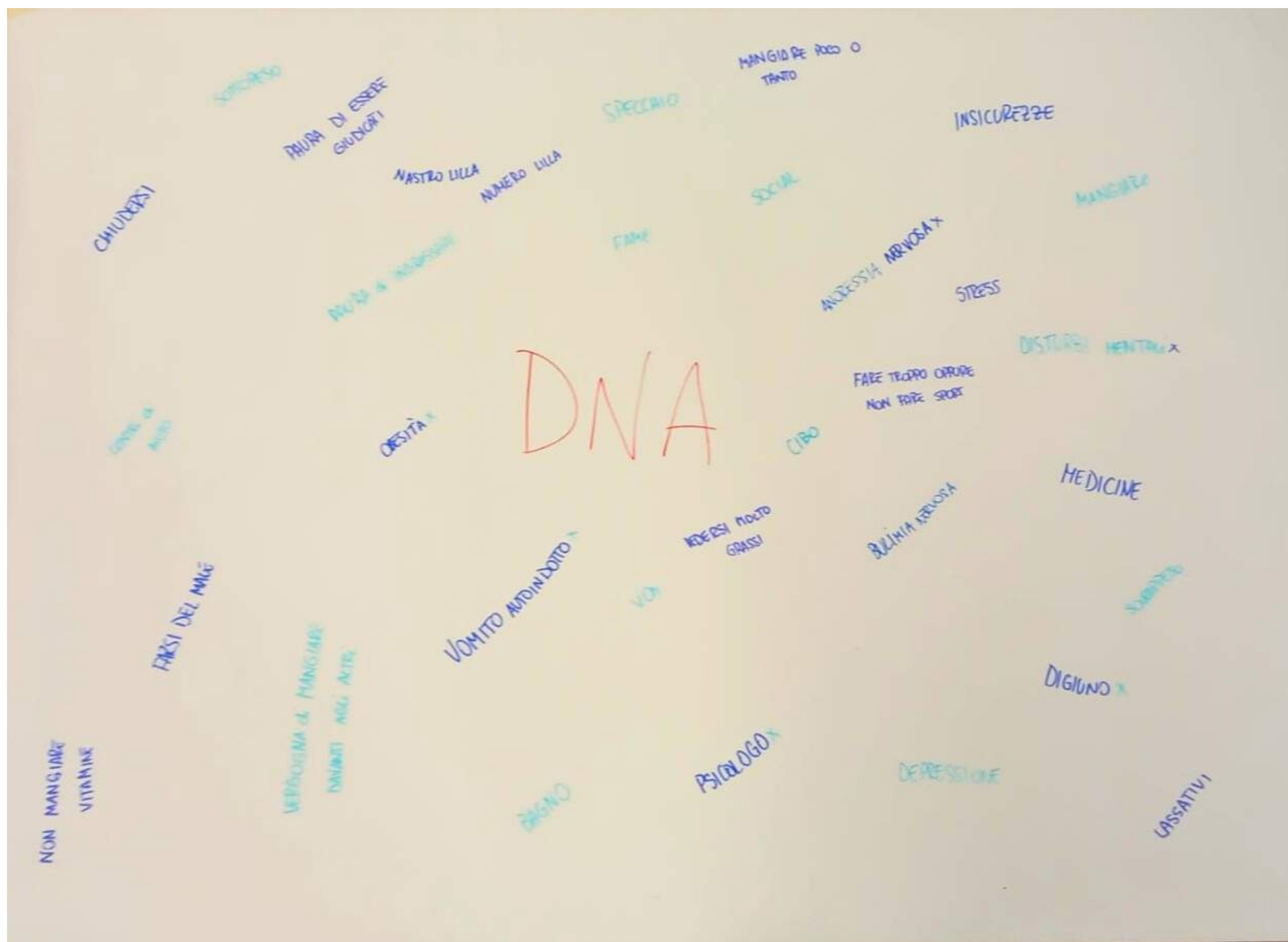
PRIMO INCONTRO

“Il movimento è un mezzo per il trasferimento di un concetto estetico ed emotivo dalla consapevolezza di un individuo a quella di un altro”
(Oliva, 2025)

- Dialogo e conoscenza dei **due termini**: DNA e **TEATRO**
- Si lavora sul primo elemento della grammatica del LNV:
il movimento/le camminate
- I DNA sono disturbi che provocano un **cambiamento** della propria quotidianità, è una “normalità” che lentamente viene a mancare. Cosa vuol dire cambiamento? Cosa sono i cambiamenti?

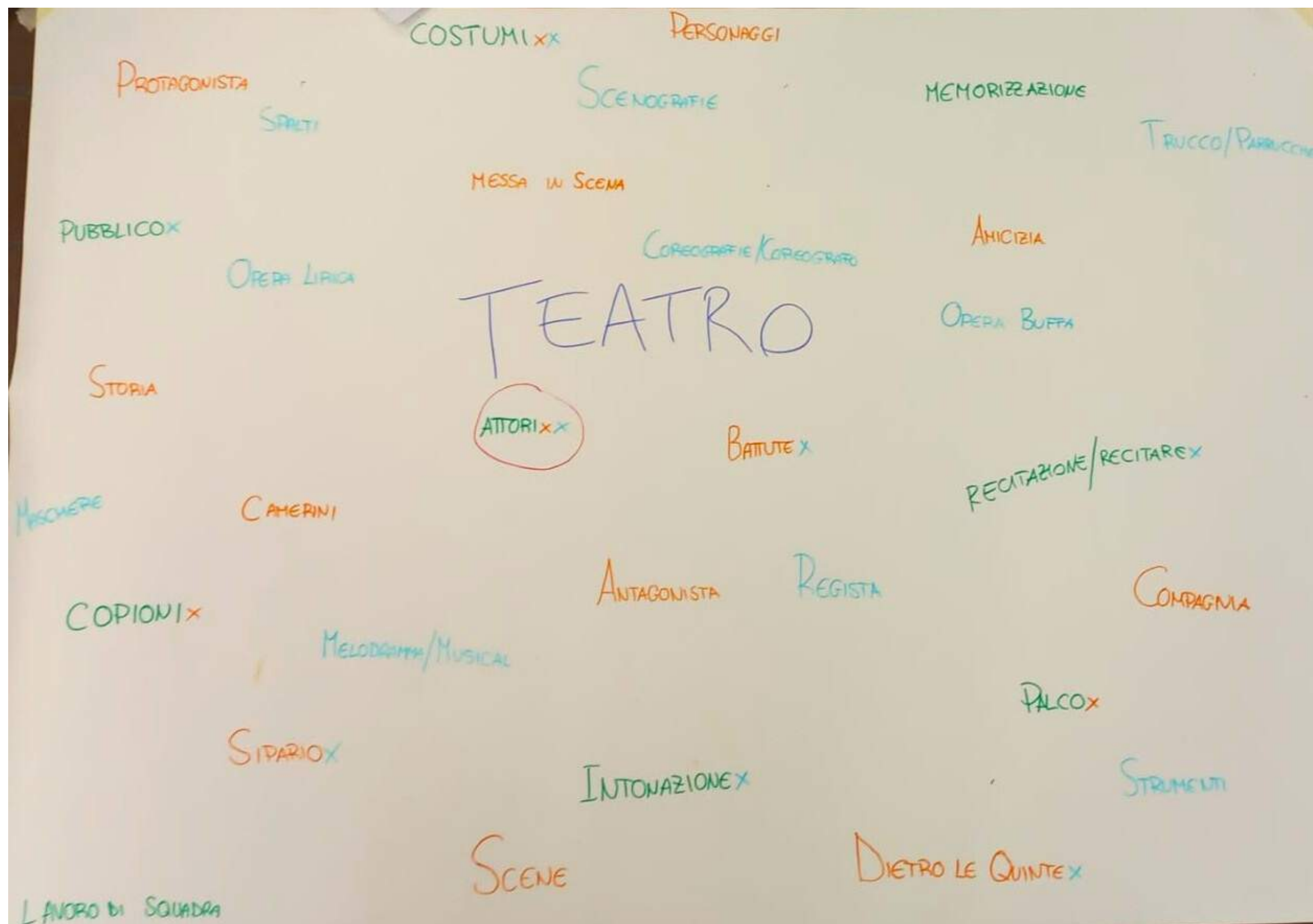
Cartellone sui

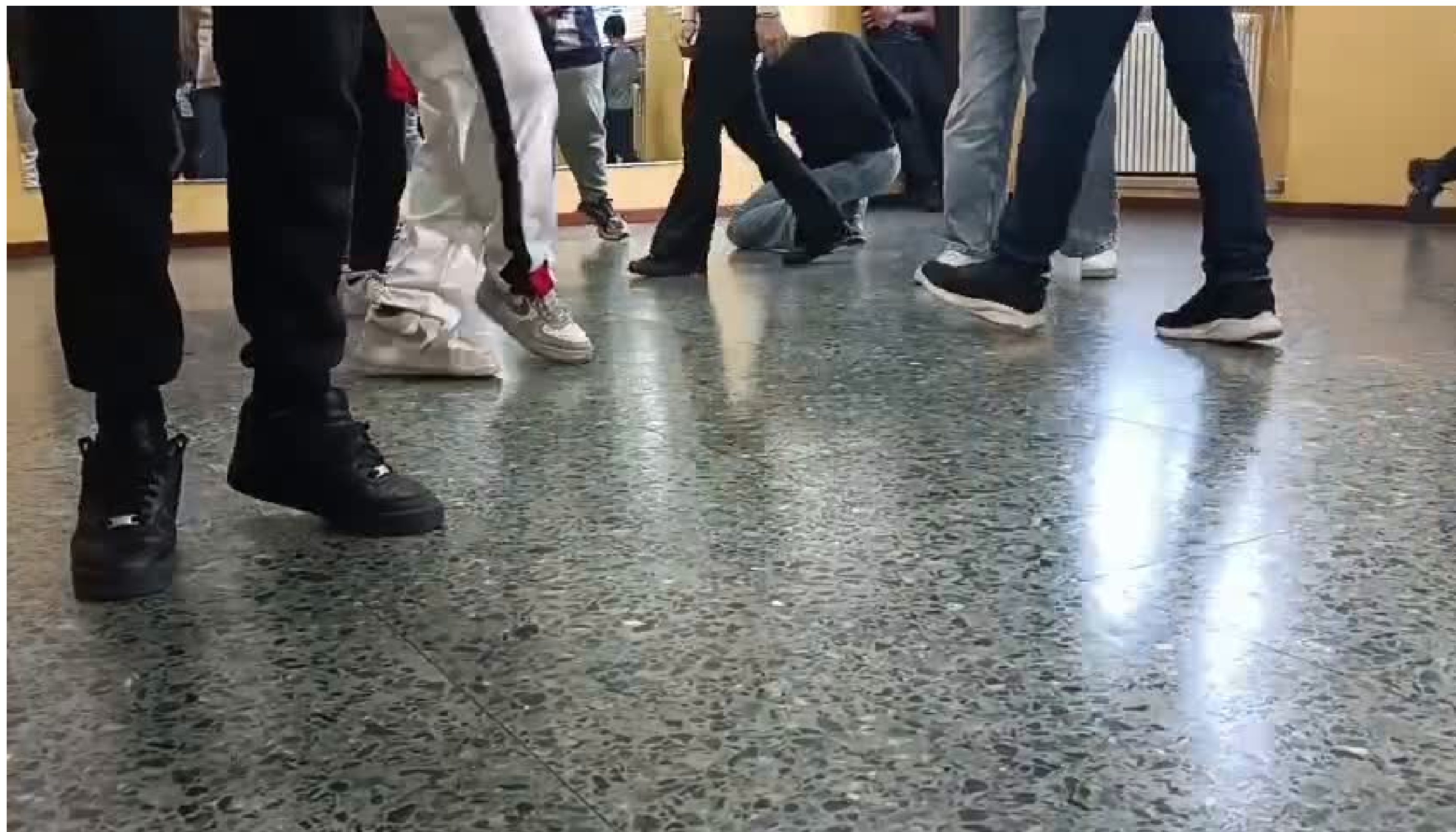
DNA



Cartellone sul

TEATRO





ERSE
AUD
TOMMA
R
ADELAIDE
MODENA
RISTORI
ARTAUD
THEATRUM
TOMMA
FORI
ARTAUD
THEATRUM
TOMMA
ERSE

SECONDO INCONTRO

“Il movimento delle forme, la loro espressione e la loro comprensione sono un processo in cui l’arte come esperienza e la vita come testimonianza si incontrano e si intrecciano” (Oliva, 2025)

- Il tema di lavoro è **“IO VALGO”**, io sono un valore. Ci si focalizza su sé stessi.
- Si continua a lavorare sulla grammatica del LNV aggiungendo l’elemento delle **forme/gesto**.
- Nei DNA la difficoltà è quella di trovare modalità di **comunicazione alternative** a quelle imposte dalla mente, andare oltre la voce che urla dentro la propria inadeguatezza. Le forme richiamano il qui ed ora di uno stare, costringono a cambiare.



IO VALGO

Forme da soli



Typhlo

IO VALGO

Forme da soli



ERSE
TOMMA
ADELAIDE
MODENA
RISTORI
THEATRUM
ARTAUD
TOMMA
FORI
THEATRUM
TOMMA
ERSE



IO VALGO

Forme da soli



ERSE
TOMMA
R
T
ADELAIDE
MODENA
RISTORI
ARTAUD
THEATRUM
TOMMA
FORI
ARTAUD
THEATRUM
TOMMA
ERSE

TERZO INCONTRO

“Comunicare vuol dire ascoltare prima di parlare [...] ascoltare l'altro significa mettere il tu al posto dell'io e, così facendo, gettare un ponte per costruire un legame più intenso, più creativo, più densamente riflessivo”
(Oliva, 2025)

- Il tema di lavoro è **“IO E TE”**, ci si apre alla relazione con l'altro.
- Si continua a lavorare sulla grammatica del LNV con **forme/gesti aggiungendo la relazione.**
- La relazione con l'altro spinge a **mettersi in discussione**, ad interrogarsi su ciò che si pensa, la difficoltà è quella di gestire le emozioni che si scatenano con la presenza dell'altro, senza averne paura. In questo lavoro, di profondo **rispetto**, c'è l'aspetto del prendersi cura del corpo che si ha davanti, della diversità, dei limiti, della fragilità.



IO E TE

Forme/lavoro a coppie



ERSE
ADELAIDE RISTORI
MODENA
ERSE
ERSE



IO E TE

Forme/lavoro a coppie



ERSE
ADELAIDE RISTORI
MODENA
ERSE
ERSE

IO E TE

Forme/lavoro a
coppie



ERSE
TOMMA
R
T
ADELAIDE
MODENA
RISTORI
THEATRUM
ERSE
TOMMA
R
T
ADELAIDE
MODENA
RISTORI
THEATRUM
ERSE
TOMMA
R
T
ADELAIDE
MODENA
RISTORI
THEATRUM



IO E TE

Forme/lavoro a coppie



ERSE
ADELAIDE RISTORI
MODENA
ERSE
ERSE

QUARTO INCONTRO

“Per Boal l’essenza del teatro sta nell’essere umano che si osserva.

L’essere umano non fa teatro ma è teatro”

(Oliva, 2022)

- Il tema di lavoro è **“IO E NOI”**, ci si apre alla relazione con il gruppo.
- Affrontando sempre il LNV si prende come riferimento **Boal e il lavoro sul teatro immagine**.
- Il gruppo è un grande **condizionamento** rispetto ai disturbi. Richiede omologazione, ci si sente inadatti, spesso il gruppo richiede prestazioni alle quali rispondere. Sperimentare uno **spazio democratico**, nel quale si può esprimere il proprio pensiero, fa capire che il gruppo è sempre un insieme di individui.



Boal e quadri viventi



Typhlo



Boal e quadri viventi



THEATRE

ARAUD TOMMASI

ADELAIDE RISTORI

MODENA

THEATRE

ARAUD TOMMASI

THEATRE

ARAUD TOMMASI

IO E NOI

Boal e quadri viventi



Typhlo

IO E NOI

Boal e quadri viventi



TyA

PREVENZIONE È PROMOZIONE

Riflessioni di alcuni docenti:

- “È emerso con chiarezza il **bisogno** degli studenti di essere visti e ascoltati, di sentirsi **riconosciuti** nella loro individualità e nelle loro difficoltà.”
- “Alcuni studenti hanno **trovato il coraggio** di esporsi maggiormente rispetto ad altri, rivelando aspetti personali che altrimenti sarebbero rimasti nascosti.”
- “Ha consentito agli alunni di **esprimere emozioni** e difficoltà che raramente trovano spazio nel contesto scolastico ordinario.”
- “L'alunno T., con autismo, mi ha sorpreso molto positivamente perchè ha **partecipato** alle attività quasi completamente.”

PREVENZIONE È PROMOZIONE

- “E’ stato, sorprendente anche vedere come A., alunno normodotato, molto intelligente e leader carismatico, abbia incontrato **enormi fatiche** nel concentrarsi su di sè.”
- “N., ragazzo con ADHD e spesso oppositivo, ha faticato molto a partecipare, ma quasi suo malgrado nel corso degli incontri è **riuscito sempre di più a “sentire”** e beneficiare di quanto si stava facendo.”
- “Mi ha piacevolmente sorpreso A., ragazzo con difficoltà personali e familiari, spesso arrabbiato e sfiduciato, perchè ha **partecipato e apprezzato** quanto fatto.”
- “L’alunna M., che attraversa un momento molto difficile e ha grosse difficoltà nel rapporto con sè e con gli altri, è passata da una totale **chiusura** a una **partecipazione all’attività.**”

PREVENZIONE È PROMOZIONE

Educazione alla Teatralità e prevenzione perchè **promuove:**

➤ capacità di **autoregolazione**

➤ **autoconsapevolezza**

“La prevenzione, soprattutto quella che comporta processi di promozione di abilità, richiede **tempi lunghi** e **continuativi** e gli effetti, benché reali, possono manifestarsi non immediatamente dopo la fine del progetto, bensì in seguito”
(Cattelino, 2024)

TyA





Sono arrivata alla fine del percorso
con il petto più aperto e umano,
con un amore più dolce e corposo,
con più cura per ogni essere umano.

Perché la vita, con voce lieve,
vuole sono ricordarci col cuore:
anche ciò che non si vede fa male,
e anche ciò che fa male **merita amore.**

BIBLIOGRAFIA

- Luigi D'Alonzo, *Dizionario di pedagogia speciale*, Morcelliana, 2019, Brescia
- Luigi D'Alonzo, *Motivare i demotivati a scuola*, La Scuola, 2017, Brescia
- Antonella Fava Vizziello, *Psicopatologia dello sviluppo*, Il Mulino, 2003, Bologna
- Hilde Brunch, *Anoressia. Casi clinici*, Raffaello Cortina Editore, 1988, Milano
- Gaetano Oliva, *Educazione alla Teatralità. La teoria*, Celid, 2025, Torino
- Gaetano Oliva, *La pedagogia teatrale*, Tirso, 2022, Colazza
- Elena Cattalino (a cura di), *Rischi in adolescenza. Comportamenti problematici e disturbi emotivi*, Carocci, 2024, Roma