



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



MODELLO PEDAGOGICO IO4



Informazioni sul progetto

Titolo del progetto: AGAINST BUBBLE

Numero di accordo: 2019-1-IT02-KA201-063428

Partner del progetto: Tiber Umbria Comett Education Programme (Applicant, Italy)
Asociacion Cultural Euroaccion Murcia (Spain)
IES Eduardo Linares Lumeras (Spain)
Dimitra Ekpaideitiki Simvilitiki AE (Greece)
Perifereiaki Diefthynsi Protovathmias & Defterovathmias
Ekpaidefsis Thessalias (Greece)
Wyższa Szkoła Biznesu i Nauk o Zdrowiu (Poland)
Istituto Comprensivo Perugia 8 (Italy)
Agrupamento De Escolas Ferreira De Castro (Portugal)
Associazione COAT – Centro Orientamento Ausili Tecnologici
Onlus (Italy)
GIUNTI O.S. Psychometrics Srl (Italy)

Con il sostegno del Programma Erasmus+ dell'Unione Europea.

Il sostegno della Commissione europea alla realizzazione di questa pubblicazione non implica l'approvazione dei contenuti, che riflettono esclusivamente le opinioni degli autori, e la Commissione non può essere ritenuta responsabile per l'uso che può essere fatto delle informazioni in essa contenute.

Contenuti

Obiettivo del Manuale pedagogico	6
Introduzione: Against Bubble Project	6
Il modello pedagogico: Contenuto.....	6
Obiettivi di apprendimento	8
Teatro della Gestalt Therapy	9
Concetto	9
Obiettivi	10
Principi.....	11
Quadro metodologico.....	13
Attività del Teatro della Gestalt	17
Flusso di ogni sessione	17
Attività teatrali	34
Linee guida.....	77



TUCEP Tiber Umbria Comett Education Programme

Via Martiri 28 marzo n.35 – 06129 Perugia – IT

www.tucep.org



Asociacion Cultural EUROACCION MURCIA

Calle Capitan Balaca 12 2 b - 30003 Murcia - ES

www.euroaccion.com



IES Eduardo Linares Lumeras

Avda. D. Quijote s/n – 30500 Molina de Segura - ES

www.ieseduardolinareslumeras.es



DIMITRA EKPAIDITIKI SIMVILITIKI AE

Palaiologou Street 19 – 41223 Larissa - GR

www.dimitra.gr



PERIFEREIAKI DIEFTHYNSI PROTOVATHMIAS & DEFTEROVATHMIAS EKPAIDEFISIS THESSALIAS

Mandilara Street 23 - 412 22 Larissa – GR

<http://thess.pde.sch.gr>



WYŻSZA SZKOŁA BIZNESU I NAUK O ZDROWIU

Ul Piotrkowska 278 - 90 361 Lodz - PL

www.medyk.edu.pl



ISTITUTO COMPRENSIVO PERUGIA 8

Via Cristoforo Colombo 13/a – 06127 Perugia - IT

www.istitutocomprensivoperugia8.gov.it



AGRUPAMENTO DE ESCOLAS FERREIRA DE CASTRO

Rua Ferreira de Castro, 13, Ouressa - 2725-311

Mem Martins - PT

www.efcastro.pt



Associazione COAT – Centro Orientamento Ausili Tecnologici Onlus

Piazza Garibaldi 5 – 06039 Trevi – IT

www.coatnet.it



GIUNTI O.S. PSYCHOMETRICS SRL

Via Fra' Paolo Sarpi 7° - 50136 Firenze – IT

www.giuntios.it

Obiettivo del Manuale pedagogico

Introduzione: Against Bubble

Il progetto Against Bubble, cofinanziato dal Programma Erasmus+ dell'Unione Europea, si propone di contrastare e prevenire il fenomeno del Bullismo nei confronti degli studenti con disturbo dello spettro autistico ad alto funzionamento (e sindrome di Asperger), ma non solo, coinvolgendo tutte le figure che fanno parte del contesto di vita dello studente e che rivestono il ruolo di attori principali in questo fenomeno.

Il nostro obiettivo è quello di creare una buona pratica che possa poi essere adottata da altri Paesi europei non partecipanti al progetto e che possa essere adattata e rivista anche per combattere diversi tipi di discriminazione, di cui sono vittime i soggetti più disparati.

Dopo aver condotto un'analisi dei bisogni basata su un'indagine a tavolino e su questionari sul campo che hanno coinvolto insegnanti e personale amministrativo, tecnico e ausiliario, genitori di ragazzi con disturbo dello spettro autistico ad alto funzionamento (e sindrome di Asperger) e studenti tra i 10 e i 14 anni delle scuole dei paesi partner (Intellectual Output 1), i partner del progetto hanno strutturato corsi di formazione rivolti a insegnanti, genitori e personale amministrativo, tecnico e ausiliario (Intellectual Output 2), condotti da personale qualificato che è stato formato durante il corso di formazione, nonché un Toolkit (Intellectual Output 3) in tre diverse versioni personalizzate per i diversi profili coinvolti (insegnanti, genitori e personale amministrativo, tecnico e ausiliario).

Il modello pedagogico: Il contenuto

Questo Manuale pedagogico è il primo passo dell'Intellectual Output 4, che mira a esplorare le relazioni tra gli "alunni blu" e gli altri studenti della loro scuola, le dinamiche "innocenti" che possono sfociare in situazioni di bullismo, le conseguenze a livello emotivo per l'alunno vittima di bullismo, il riconoscimento dei segnali che possono portare a questo comportamento discriminatorio e a proporre alternative per affrontarlo e trasformarlo in una relazione più sana tra gli alunni.

Pertanto, questo modello includerà gli obiettivi di apprendimento, il quadro metodologico, il possibile flusso di attività, la descrizione del Teatro della Gestalt Therapy (GTT) e la sua origine e i beneficiari del gruppo target. Inoltre, include una serie di attività di Teatro della Gestalt descritte passo dopo passo in un breve manuale, nonché suggerimenti per i facilitatori del Teatro della Gestalt.

Queste attività di GTT aiuteranno i partecipanti ad apprendere una metodologia per affrontare i problemi relativi alle situazioni di bullismo, raccontando storie in un ambiente sicuro, utilizzando l'intelligenza emotiva e il linguaggio dei simboli come

mezzo per parlare di questioni difficili e incoraggiando i partecipanti a cooperare e lavorare insieme. Le attività possono essere adattate in base alle esigenze e al background dei partecipanti. In questo modo, e attraverso il gioco di ruolo, gli studenti rafforzeranno la loro empatia. Essendo per un po' loro stessi il bullo o la vittima, riusciranno a capire le emozioni e le sensazioni dei compagni di classe che vivono esperienze simili.

È in programma un webinar con i formatori del personale dei partner, per istruirli su come procedere all'implementazione generale di questo strumento nelle scuole. Per contribuire a questo scopo, le linee guida presentate qui includono non solo come facilitare queste attività, ma anche come progettare il flusso del programma. Ad esempio, come progettare correttamente il flusso delle attività, come rendere più efficace la facilitazione, come preparare un'atmosfera piacevole in classe che ispiri l'apprendimento, ma anche prospettive personali in caso di problemi personali durante la facilitazione delle attività, come la gestione dei conflitti sollevati durante le sessioni, la difficoltà a gestire certe emozioni da parte dei partecipanti al teatro gestaltico o la difficoltà a gestire le proprie emozioni durante i laboratori.

Dopo il webinar, ogni partner progetterà i propri laboratori di Teatro della Gestalt preparando il flusso del programma. Ci sarà 1 workshop a settimana per tutta la durata di questo IO (minimo 3 mesi di attuazione).

Per diffondere questa esperienza alle scuole o ai Paesi che non hanno partecipato direttamente al progetto, saranno pubblicate delle linee guida con descrizioni passo passo su come sviluppare tali attività. Inoltre, le attività svolte dalle scuole partecipanti saranno documentate e rese pubbliche, anche attraverso la creazione di un canale YouTube del progetto.

Obiettivi di apprendimento

Lo sviluppo della consapevolezza di sé e delle possibilità creative che ne derivano è molto importante per la salute umana. Il superamento dei conflitti e dei problemi interpersonali in un contesto terapeutico gestaltico apre un'ampia e variegata gamma di mezzi di espressione creativa al servizio della salute emotiva e fisica. L'integrazione di consapevolezza, movimento ed emozione nel "qui e ora" richiede l'uso di tutti i nostri sensi. Il Teatro della Gestalt Therapy contribuisce a questo.

Una delle idee alla base della Teatroterapia della Gestalt è che, recitando a partire dalla finzione e dal teatro, possiamo riconnetterci attraverso l'improvvisazione con la nostra memoria emotiva, consentendo l'accesso a esperienze personali che facilitano una maggiore autoconsapevolezza e l'integrazione di bisogni in sospeso o di situazioni personali incomplete.

Attraverso le attività, i partecipanti raggiungeranno diversi obiettivi di apprendimento, come ad esempio lo sviluppo:

- Spontaneità
- Creatività
- Competenze per una comunicazione assertiva
- L'empatia
- Adattamento a una situazione inaspettata
- Consapevolezza dei propri comportamenti
- Fiducia e coesione del gruppo
- Competenze per la cooperazione
- Le loro capacità di gestione dei conflitti
- Per generare:
 - Un'atmosfera rilassata nel gruppo
 - Riflessione e critica costruttiva sul cambiamento personale
- Per migliorare:
 - Le loro capacità di comunicazione non verbale
 - La capacità di prendere decisioni in situazioni importanti
 - Il loro coordinamento
- O per capire:
 - Il concetto di conflitto nel campo della GTT

Teatro di terapia della Gestalt

Concetto

Gestalt significa "un insieme organizzato che viene percepito come più della somma delle sue parti" in psicologia e il modo in cui gli esseri umani percepiscono "figura e terreno" come configurazione del mondo. Quest'ultima parte comprende il modo in cui l'individuo interagisce con il proprio contesto come la stessa forma in cui la figura non può vivere senza il proprio sfondo e come questo appartenga a un contesto più ampio. Essendo l'individuo un essere relazionale che esiste in un contesto, esiste sulla base di entrambi i presupposti. Pertanto, non c'è altro modo di comprenderli che considerare diversi aspetti della loro vita, invece di spiegare i comportamenti basandosi su un solo aspetto. Questi diversi elementi sono il loro contesto e l'individuo esiste solo nell'interazione con essi, che sono complessi, vari e connessi ogni volta in modo diverso.

La Gestalt Theatre Therapy (GTT) è un approccio terapeutico composto dal Living Theatre/Teatro dell'Esperienza di Stanislavskij e dalla Terapia della Gestalt. La sua base è stata creata da una terapeuta spagnola della Gestalt, Claudia Fres. La GTT utilizza espressioni e possibilità creative per migliorare la salute emotiva e la consapevolezza di sé dell'individuo che vi partecipa. Questa struttura terapeutica si muove attraverso il conflitto interpersonale, integrando il movimento, l'emozione e la consapevolezza di sé e dei propri sensi nel qui e ora. Si differenzia dalla Terapia della Gestalt perché il lavoro espressivo viene prima e crea il terreno prima di qualsiasi elaborazione verbale con un terapeuta.

La GTT è una metodologia che permette la decostruzione di ciò che è umano utilizzando l'individuo come parte della scena teatrale, in particolare le sue emozioni. Utilizzando i processi umani come parti essenziali, si dà legittimità e credibilità all'azione che si svolge nello scenario. Allo stesso tempo, il partecipante fa teatro, ma l'obiettivo principale è quello di utilizzare questo metodo per conoscere meglio se stesso, i suoi bisogni, i suoi comportamenti abituali, le sue reazioni e le sue cause scatenanti, utilizzando i suoi ricordi emotivi. Di conseguenza, le emozioni sono autentiche.

I vantaggi dell'uso della finzione sono l'assenza di responsabilità riguardo a ciò che viene fuori nella scena e alle emozioni che l'individuo mette in relazione, portando con sé la sensazione che non ci sarà una punizione indipendentemente da ciò che si sceglie di fare. Da un lato, questo permette all'individuo di esplorare emozioni evitate nel corso della sua vita o in momenti specifici e di connettersi con esse anche se nella sua

quotidianità verrebbe giudicato o punito. D'altra parte, nulla di ciò che l'"attore" dirà cambierà la sua biografia personale perché non sta recitando come se stesso. Non c'è bene e male, censura e giudizio. Quindi, la finzione si riferisce alle circostanze scelte, ma non a ciò che l'individuo prova quando agisce in quelle circostanze.

Il teatro della Gestalt Therapy utilizza situazioni fittizie, che possono essere improvvisate, utilizzando gli elementi essenziali del teatro: un conflitto, i personaggi e quali ruoli, i termini del legame e l'urgenza della risoluzione. Il teatro aiuta anche a sentirsi a proprio agio nel sentirsi ridicoli e nell'usare il proprio corpo. In questo modo, un'altra tecnica che può essere utilizzata è l'improvvisazione, che aumenta la probabilità di associazioni libere, spontaneità e creatività e fa emergere aspetti inconsci della personalità di qualcuno.

Pertanto, la persona non agisce come se stessa nella scena - può essere un'altra persona, un animale, un oggetto o un fenomeno astratto -, ma assume le circostanze che le sono state date in relazione al suo carattere e agisce liberamente in base a questo, dandosi il permesso di reagire nel modo che sceglie. In questo modo, i partecipanti si esprimono in quanto non gli è permesso o non c'è il tempo di impegnarsi per agire in modo diverso. Così facendo, si connettono con il loro passato, le loro verità e le loro emozioni e possono riviverle, prenderne coscienza e integrarsi, portando a nuove possibilità.

Il subconscio dell'individuo verrà in superficie, rendendo visibile il materiale psicologico ed emotivo che non emerge quotidianamente e che già conosce. Questo è possibile solo creando una distanza di sicurezza dal sé conosciuto. Usare la GTT significa credere che ci sia una comprensione di fondo dell'individuo come possibile da trasformare anche se le circostanze sono gravi, perché c'è sempre un potenziale creativo, nonché la possibilità di rigenerare la forma e lo sfondo in modo più sano.

Obiettivi

La Teatroterapia della Gestalt ha come obiettivi principali:

- -Mettere in discussione diversi aspetti della personalità di una persona attraverso l'uso della finzione: costruzione di personaggi e adozione di ruoli;
- -Ricollegarsi alla memoria emotiva e alle esperienze personali passate per conoscere meglio se stessi e i propri bisogni;
- -Migliorare la propria spontaneità e capacità di espressione artistica ed emotiva;
- -Sviluppare meccanismi per affrontare situazioni personali non chiuse e affrontare i conflitti in modo costruttivo;

- -Facilitare l'esperienza di essere nel presente e di essere in grado di assumersi la responsabilità nel qui e ora basandosi sugli strumenti della GTT e sulle risorse personali di ciascuno che non vengono abitualmente utilizzate;
- -Avere un luogo in cui condividere punti di forza, debolezze, risultati e sogni in base alla propria identità e al proprio posto nella società;
- - Essere in grado di avere un approccio olistico con se stessi: essere in contatto con i propri pensieri, il proprio corpo e le proprie emozioni ed esistere in armonia.

Principi

La Teatroterapia della Gestalt combina obiettivi e principi.

I suoi tre principi sono tutti collegati e sono:

1. Vivere nel Qui e Ora - Ha una dimensione spaziale e temporale. Una dimensione spaziale perché i pensieri devono essere legati al luogo in cui si trova il corpo, in modo che non si distrae e i bisogni dell'individuo continuano a essere soddisfatti; e una dimensione temporale perché il teatro avviene nel momento presente in cui viene agito e, quindi, il futuro non è ancora arrivato e il passato non è più disponibile. L'esperienza fisica ed emotiva dell'individuo è al servizio del ruolo assegnato al partecipante;
2. Assumere la responsabilità delle proprie azioni, dei propri pensieri e delle proprie emozioni, come l'individuo è responsabile delle circostanze del suo carattere quando agisce. Il modo in cui un individuo risponde a qualcosa non è solo responsabilità dello stimolo, ma anche di sé stesso;
3. Rendersi conto di ciò che sta accadendo e imparare a essere più consapevoli di sé stessi e di ciò che serve nella propria vita, accettando l'esperienza nel suo complesso: con il proprio sé, gli altri e il contesto.

Gruppo

Lavorare in gruppo migliora l'esperienza della GTT. Il processo è sostenuto da ciò che accade nel gruppo e aumenta le opportunità di connessione e di relazione a livello interpersonale. Allo stesso tempo, il dialogo e il processo di riflessione sono accompagnati da più persone e il gruppo è il contesto e lo sfondo in cui avviene.

Conflitto

Il conflitto viene utilizzato nel Teatro della Gestalt Therapy per creare le condizioni per avviare una scena tra due individui che hanno desideri e bisogni opposti nello stesso tempo e spazio. È una forma di connessione tra forze opposte e una risorsa per

risolvere e andare avanti. Anche se, come oggi, è anche qualcosa in cui le persone hanno paura di entrare.

Nota

Il Teatro della Gestalt Therapy viene utilizzato nel contesto della psicoterapia, ma anche in quello dell'educazione, dello sviluppo personale e dei corsi di intelligenza emotiva, tra gli altri. Pertanto, questo manuale non ha finalità terapeutiche, ma educative. Ciò significa che il facilitatore non può entrare in situazioni reali, dove gli studenti rappresentano sé stessi e/o la situazione è reale, perché non si tratta di un intervento terapeutico.

Riferimenti

Andrášik, Tomáš (2020). Teatro della Gestalt - Integrazione del dramma applicato nella terapia della Gestalt. *Psicoterapia*. 14(2).

Pereira, Mabel (2008). Gestalt-terapia e salute mentale: contributi della visione gestaltica al campo dell'attenzione psicosociale in Brasile. *Revista IGT na Rede*. 5(9), 168-184.

Polster, Erving, Polster Miriam (1974). *La terapia della Gestalt integrata: Contorni della teoria e della pratica*. Vintage Books.

Link <http://www.teatrogestalt.com/>

<https://escuelateatroterapiagestalt.es/>

Quadro metodologico

Un ambiente di apprendimento è costituito dal discente e dal 'luogo' in cui agisce, usa strumenti, raccoglie e interpreta informazioni, interagisce con altre persone; un luogo in cui le persone possono lavorare insieme e sostenersi a vicenda mentre usano una varietà di strumenti e risorse informative nel loro compito di raggiungere obiettivi di apprendimento e risolvere problemi". (Wilson, 1996).

È importante che in una scuola, dove il concetto di inclusione è veramente condiviso, sentirsi parte di un gruppo non sia solo qualcosa di cui parlare, ma una "speciale normalità". Sentirsi accolti, riconosciuti, rispettati, stimati è un bisogno intrinseco di tutti, nessuno escluso, e si confonde la specialità con la normalità e viceversa.

(La normalità speciale. Strategie di integrazione e inclusione per le disabilità e i Bisogni Educativi Speciali. DARIO IANES, Erikson, 2006).

Un ambiente capace di valorizzare la specificità di ogni persona.

La domanda che possiamo porci potrebbe essere: quali sono gli aspetti educativi da salvaguardare se nella classe c'è, ad esempio, un alunno Asperger?

Per rispondere a questa domanda, citiamo le parole di Hans Asperger del 1938: "Non tutto ciò che è disallineato, e quindi 'anormale', deve necessariamente essere 'inferiore', perché, partendo da questo presupposto, il discente in un autentico 'ambiente di apprendimento' si impegna in una molteplicità di attività diverse per perseguire una molteplicità di obiettivi di apprendimento, ed è il formatore a svolgere il ruolo di allenatore e facilitatore" (Perkins, 1991).

La sindrome di Asperger¹ è definita come un disturbo dello sviluppo caratterizzato dalla presenza di significative difficoltà nell'interazione sociale, modelli di comportamento insoliti e interessi limitati. Pensando di enfatizzare la diversità e non la patologia dei soggetti Asperger, sottolineiamo che queste persone hanno risorse significativamente più sviluppate dei loro coetanei cosiddetti "neurotipici" in aree specifiche, accanto a difficoltà altrettanto specifiche. Ma pensando in senso più ampio, consideriamo ad esempio una persona dislessica, evidenziamo che sicuramente ha difficoltà nella lettura, ma può avere una mente molto "brillante" in

¹ Ora, con il nuovo Manuale diagnostico e statistico dei disturbi mentali (DSM - 5), la sindrome di Asperger non esiste più. Esiste un'unica grande categoria, definita "Disturbi dello spettro autistico", che comprende e include tutte le forme di autismo precedentemente distinte. Il principio è che l'autismo consiste in caratteristiche che sono distribuite nella popolazione con diversi gradi di intensità, tanto che i livelli di gravità sono definiti nel manuale (1, 2, 3). Per questo motivo è stato coniato il costrutto di "Spettro Autistico" che viene utilizzato oggi, proprio per designare e spiegare questa continuità dimensionale piuttosto che una suddivisione tra categorie. L'espressione "Sindrome di Asperger" rimane in uso nella pratica clinica e nel linguaggio comune, con il DSM 5 questa definizione viene sostituita dalla nuova categoria: disturbo dello spettro autistico di livello 1, senza compromissione intellettiva e del linguaggio associata".

termini di capacità intellettive. La neurodiversità non va confusa con un deficit intellettivo, che di per sé è una cosa diversa e ha un diverso inquadramento diagnostico, anche se naturalmente in alcuni casi può essere presente contemporaneamente.

Alcune caratteristiche dell'Asperger sono condivise, anche se con un grado di gravità minore, con l'autismo. A scuola, si riscontra un particolare deficit nella comunicazione e nell'interazione sociale, perché si tratta di un aspetto che coinvolge il gruppo classe e, più in generale, il gruppo dei pari.

Molte delle esperienze che i bambini vivono sono legate alla sfera affettivo-relazionale e vengono sistematicamente affrontate su questo piano. Non va sottovalutata la necessità di un confronto relazionale tra coetanei, né la possibilità di uno scontro quando non vengono rivelate le caratteristiche neurotipiche dell'altro; c'è quindi il rischio che si inneschino azioni improprie e socialmente scorrette: allontanamento, derisione, mancanza di amicizia. Se non leggiamo e insegniamo l'Asperger come una persona che spesso ha un alto funzionamento intellettivo e una diversa sensorialità, non riusciremo a collaborare con la famiglia affinché ci sia una crescita significativa e le difficoltà rimarranno centrate proprio nel funzionamento sociale carente e inefficace.

Il comportamento bizzarro e maldestro può portare il bambino a diventare vittima di bullismo e cyberbullismo, ma vivere e subire tali condizioni scatenerà inevitabilmente situazioni sociali vissute con ansia crescente, sviluppando potenzialmente disturbi depressivi dell'umore, o sintomi ossessivo-compulsivi, che servono a gestire l'ansia, o comorbidità (patologie psichiche coesistenti, che il più delle volte nascono come conseguenza della difficoltà di adattamento).

Quando possiamo dire che le attività sono inclusive?

Quando siamo in grado di essere molto attenti ai comportamenti aggressivi dei compagni di classe; è molto utile avere almeno un compagno di riferimento che sia in grado di comprendere meglio le difficoltà dell'alunno/allieva Asperger, al quale eventualmente, a seconda dell'età, si possa anche spiegare qualcosa sul tipo di disagio che la persona può vivere. Un "compagno di viaggio" capace di mediare le situazioni sociali e di trasmettere azioni positive. Un compagno capace di non lasciarlo in un angolo o seduto al suo banco durante la ricreazione.

Per contro, dal punto di vista dello studente con sindrome di Asperger, la condizione di formazione a distanza rappresentava la condizione ideale per la distanza sociale, per l'autonomia di partecipare alle lezioni senza subire pressioni e per tornare,

appena possibile, ai propri interessi. Anche in questo caso, però, sarebbe importante mediare la relazione con un coetaneo, fornire un contatto continuo e rassicurante; svolgere il lavoro in piccoli gruppi, dove sia possibile il coinvolgimento in una condizione sociale contenuta.

L'insegnamento faccia a faccia è una questione diversa, perché implica l'interpretazione della realtà sociale. La creazione di un ambiente di apprendimento può aiutare a far fronte alle difficoltà degli studenti a "seguire" le lezioni in modo tradizionale, ma anche all'impegno di un'attenzione prolungata. La metafora dell'"ambiente" designa un contesto in cui l'apprendimento viene attivato, sostenuto e costruito, e in cui ogni individuo è in grado di dare un significato personale, ma socialmente e culturalmente mediato, al proprio processo di conoscenza.

Può accadere che l'alunno Asperger si concentri ossessivamente su una situazione, trascurando tutto il resto; è quindi utile fornire alternative attraenti o scandire tutti i tempi delle attività, sia scolastiche che di attenzione personale; cercare un collegamento tra i suoi interessi e le materie di studio; ipotizzare una comunicazione attraverso immagini evocative, più vicine al suo modo di pensare.

Per quanto riguarda la concentrazione e l'attenzione, è importante chiedere un continuo feedback sull'argomento trattato, facendo attenzione a non esporre l'alunno Asperger a situazioni di confronto con gli altri o, peggio ancora, di imbarazzo.

Quali sono le linee guida per le classi con alunni certificati?

Dobbiamo tenere presente che esiste una grande varietà di sfumature all'interno delle quali ogni persona può essere collocata, e dobbiamo anche considerare che anche gli insegnanti possono avere, magari senza saperlo, tratti di neurodiversità, che influenzano il loro comportamento, la loro gestione della classe e il modo in cui organizzano il loro lavoro. Si apre così uno straordinario scenario di consapevolezza professionale e di inclusione sociale in cui dobbiamo muoverci, in cui dobbiamo sperimentare accoglienza, strategie educative, co-progettazione, sensibilizzazione, saper rassicurare e ripensare caso per caso strategie adatte ai diversi soggetti, con un lavoro che non è affatto facile e poco dispendioso in termini di tempo e fatica, ma nulla è perduto, anche ripensando ad alcuni personaggi famosi, con i loro problemi, ma decisamente "geniali": Leonardo da Vinci, Mozart, Albert Einstein, Thomas Edison, Napoleone, Pablo Picasso, Steve Jobs...

Biblio-sitographic references

Jonassen, D.H, Land, S.M. (eds), 2012, Theoretical Foundations of Learning Environment, New York, Routledge

"La Speciale normalità. Strategie di integrazione e inclusione per le disabilità e i Bisogni Educativi Speciali". DARIO IANES, Erikson, 2006

"NeuroTribù. I talenti dell'autismo e il futuro della neurodiversità" di Steve Silberman, Edizioni LSWR, 2016

"Le percezioni sensoriali nell'autismo e nella Sindrome di Asperger" di Olga Bogdashina (Autore), Ed. Uovonero, 2021

"Pensare in immagini. E altre testimonianze della mia vita di autistica "di Temple Grandin (Autore), Ed Erickson, 2006

"Un'aliena nel cortile" - Capire gli studenti con Sindrome di Asperger di Clare Sainbury (Autore), Ed. Uovonero, 2010

<https://www.soloformazione.it/blog/Sindrome-di-Asperger-le-conseguenze-a-scuola-e-le-strategie-di-intervento>

Attività del Teatro della Gestalt

Flusso di ogni sessione

A) Un momento di mindfulness. Come introduzione prima dell'inizio delle attività, è consigliabile dire ai partecipanti di concentrarsi per un po' sul proprio respiro, di sentire il proprio corpo e di entrare in contatto con i propri moti e la propria mente, al fine di dimenticare per un attimo i problemi quotidiani (ritiro). In questo modo, acquisiscono consapevolezza di come si sentono in quel momento e di dove e quando si trovano. Poi, possono condividere con tutti come si sentono e di cosa sono stati consapevoli.

Questo è il primo passo di un'attività di gruppo, che ci dice cosa è presente in quel momento e cosa sta emergendo. I partecipanti possono anche condividere nel gruppo le loro esperienze di attività precedenti o ciò che hanno in mente.

B) Riscaldamento. Si tratta di una sezione interattiva, in cui i partecipanti parlano appena, coinvolgendo però il loro corpo e i loro sensi, al fine di aumentare la loro consapevolezza e di preparare le loro energie per l'attività principale. Pertanto, questa sezione potrebbe avere un formato come la danza, l'improvvisazione o esercizi teatrali che richiedono l'interazione, tra gli altri.

Questa attività prepara il percorso per la sezione successiva, essendo in parte correlata. Per esempio, se l'argomento sarà la polarità, i partecipanti potrebbero partecipare a un'attività di riscaldamento allo specchio, lavorando in coppia, riflettendo uno dei partecipanti i movimenti dell'altro in uno specchio particolare, come lo specchio della rabbia o della sensualità.

Quando l'attività di riscaldamento è terminata, di solito si fa una riflessione di gruppo su di essa o, se preferibile, riflessioni diverse in piccoli gruppi.

C) Attività teatrali. È l'attività principale del processo, che prevede la drammatizzazione attraverso l'improvvisazione, attivando quindi le memorie implicite relative al dove e al quando. Il facilitatore introduce il compito e il gruppo deve procedere con esso, attraverso l'improvvisazione, creando l'esperienza con gli altri partecipanti.

D) Integrazione. Dopo l'attività, nel Teatro della Gestalt è essenziale assimilare l'esercizio. In questo modo, i partecipanti smettono i loro ruoli di finzione, rilassano il corpo, le emozioni e la mente. Di solito c'è un'attività finale come un diario, un disegno o un massaggio. Questo aiuta ad assimilare la parte precedente e a concludere l'attività. Ci possono essere alcune attività per concludere l'intero processo (ritiro).

Attività di riscaldamento

Attività di riscaldamento 1: IMPULSI EMOZIONALI

Argomento: Riscaldamento teatrale

Durata: 60 minuti

Materiali: Nessuno

Obiettivi di apprendimento	di	<p>Allenare diverse modalità di espressione emotiva attraverso il corpo</p> <p>Esplorare le diverse esperienze quando si lavora con diversi registri emotivi.</p> <p>Allenare la propria capacità di essere spontanei e la creatività.</p> <p>Preparare il corpo e l'espressione per il lavoro teatrale</p>
-----------------------------------	-----------	---

Attività di riscaldamento 1: IMPULSI EMOZIONALI

Preparazione

Il facilitatore farà sapere al gruppo che esplorerà diversi modi di esprimersi attraverso il proprio corpo, senza pensare a ciò che farà, cercando di essere il più spontaneo possibile.

I partecipanti gireranno per lo spazio e seguiranno le istruzioni fornite dal facilitatore. Tutti lavoreranno contemporaneamente.

Attività di riscaldamento 1: IMPULSI EMOZIONALI

Descrizione passo dopo passo

FASE 1	<p>I partecipanti iniziano a camminare liberamente nello spazio. Si muovono spontaneamente. È preferibile che non si muovano in cerchio, ma che si lascino portare dai piedi. Al segnale dell'animatore, i partecipanti esprimono un impulso emotivo, il primo che viene loro in mente. Possono esprimerlo in molti modi: urlare, stare zitti, saltare, fare un gesto, dire una parola, ecc.</p>
FASE 2	<p>Quando il gruppo ha fatto il primo giro di stimoli emotivi, il facilitatore li invita a continuare a fare stimoli emotivi. Ne faranno almeno quattro. Lo fanno nello stesso modo del primo: camminano, il facilitatore dà il segnale, fanno l'impulso, continuano a camminare, il segnale successivo e così via. Al quarto impulso, il facilitatore vi chiederà di fermarvi, chiudere gli occhi e cercare di notare qual è lo schema che si ripete nei diversi impulsi emotivi che hanno fatto. Forse sono stati sempre in piedi, forse hanno sempre gridato, forse sono stati sempre silenziosi, forse sono stati sdraiati sul pavimento, forse sono stati suoni senza parole, ecc. In altre</p>

Attività di riscaldamento 1: IMPULSI EMOZIONALI

Descrizione passo dopo passo

FASE 3

parole, lasciate che osservino cosa hanno in comune i diversi impulsi che hanno prodotto. Successivamente, il facilitatore dirà loro che continueranno a produrre impulsi emotivi, ma cercando di fare in modo che nessuno di essi assomigli al precedente.

A poco a poco il facilitatore li invita a produrre nuovi impulsi emotivi, sempre diversi tra loro. In questa fase il facilitatore può far notare se i partecipanti notano schemi simili nel gruppo (per esempio, che tutti tendono a gridare o a buttarsi per terra, che nessuno interagisce con nessuno, ecc.) e invitarli a introdurre ulteriori cambiamenti in modo che ogni turno sia diverso dal precedente.

In questo caso il facilitatore crea piccoli gruppi di circa 4 persone. All'interno di ogni gruppo sono numerate da 1 a 4. Per prima cosa, al numero uno viene chiesto di mettersi al centro del gruppo e di fare un impulso emotivo. Farà il primo impulso che gli viene in mente. Appena lo fa, i numeri 2, 3 e 4 lo imitano esattamente in quello che fanno. Il giro continua con il numero 2 in piedi al centro e si ripete la stessa dinamica: il numero 2 fa un impulso emotivo e gli altri lo imitano. Questo si ripete fino a quando tutti i membri del sottogruppo lo fanno.

FASE 4

Una volta terminato questo giro generico di piccoli gruppi, il facilitatore assegna ai gruppi un argomento su cui svolgere la richiesta emotiva.

Esempi di argomenti:

Impulsi emotivi legati alla rabbia o alla collera,

Impulsi emotivi legati alla tristezza,

Impulsi emotivi legati alla gioia,

Impulsi emotivi che sono correlati al disgusto (in questo senso va specificato che l'idea è che l'impulso emotivo che rende i partner disgustati sia una cosa disgustosa e non che essi esprimano semplicemente l'emozione del disgusto).

Attività di riscaldamento 1: IMPULSI EMOZIONALI

Dibattito e riflessione

Il facilitatore fa un giro di riflessione, nel piccolo o nel grande gruppo. Il facilitatore ricorda gli impulsi emotivi che sono emersi durante il lavoro di gruppo: rabbia, felicità, tristezza e disgusto. Poi chiede loro quale sia stato il meno e il più difficile da rappresentare e di vedere cosa questa difficoltà ha a che fare con loro, quali informazioni dà su di sé.

Attività di riscaldamento 1: IMPULSI EMOZIONALI

Suggerimenti per l'adattamento nel lavoro con i giovani con autismo

Ciò che viene progettato come attività (esperienziale, teatrale, ...) non può fare a meno di considerare le condizioni "contestuali" che sono inevitabili per la reale partecipazione delle persone autistiche ad alto funzionamento. Così come è necessario adattare il curriculum formativo-esperienziale, diventa necessario adattare anche l'organizzazione, le risorse e le varie attività per favorire l'effettiva partecipazione delle persone autistiche che solitamente hanno difficoltà nell'orientamento sociale, nella cognizione sociale, nella comunicazione (verbale e non verbale) e possono anche mostrare anomalie nella comprensione e nella risposta agli stimoli sensoriali. Per rendere un'attività realmente inclusiva (didattica, esperienziale, teatrale, ...) possiamo fare riferimento al concetto di "accomodamento ragionevole" (Convenzione ONU sui diritti delle persone con disabilità - 2006, art. 2). Su questa base, devono essere concepiti e attuati adattamenti delle attività, con l'obiettivo, da un lato, di sostenere il bambino con autismo nell'apprendimento e, dall'altro, di non imporre un onere sproporzionato o eccessivo nell'utilizzo. In questa direzione, si possono utilizzare strategie educative che promuovano la partecipazione della persona Asperger, come, ad esempio, una scansione chiara e prevedibile della struttura dell'attività (in cui inserire gli elementi di novità), rispettando l'autodeterminazione e il potere di scegliere se partecipare o meno alle attività proposte (magari offrendo alla persona Asperger la possibilità di osservare, in una prima fase), essendo flessibili nella scelta di riferimenti o materiali interessanti per l'alunno. L'ultimo elemento che potrebbe essere implementato è l'insegnamento mediato dai pari, una strategia che potrebbe essere utilizzata per promuovere una migliore conoscenza e comprensione delle situazioni comunicative e sociali proposte nei laboratori teatrali.

Le persone Asperger possono mostrare difficoltà nell'elaborazione sensoriale (ipo-ipersensorialità nelle esperienze sensoriali, distorsioni sensoriali, elaborazione sensoriale inusuale, ...), e molti adulti riferiscono nei loro scritti autobiografici di vivere una condizione, nel normale scorrere della giornata, che si avvicina pericolosamente a un sovraccarico sensoriale. La percezione dello spazio, degli odori/profumi, della luminosità presente in un luogo e la percezione dei suoni/rumori possono essere distorte e quindi può essere opportuno sostenere la persona con Asperger nella scelta di avvicinarsi ai "confini" del gruppo e/o lasciarla avvicinare alle pareti. I gesti difensivi derivanti da un ambiente troppo rumoroso dovrebbero essere tollerati (ad esempio, mettere le mani sulle orecchie) condividendo con il gruppo la diversità di questa percezione.

Una persona con Asperger può mostrare difficoltà nel funzionamento esecutivo e quindi nell'organizzazione e nella pianificazione (di movimenti e azioni) e/o avere difficoltà a inibire e controllare gli impulsi. In questi casi potrebbe essere proficuo

Attività di riscaldamento 1: IMPULSI EMOZIONALI

Suggerimenti per l'adattamento nel lavoro con i giovani con autismo

svolgere attività che sfruttino dapprima le capacità imitative e di osservazione e solo successivamente proponano azioni autoriflessive e di autocontrollo.

Attività di riscaldamento 2: GLI SPECCHI

Argomento: Riscaldamento teatrale

Durata: 40 minuti

Materiali: Musica che si colleghi a ciascuno degli specchi con cui si lavorerà.

Obiettivi di apprendimento

Allenare diverse modalità di espressione emotiva attraverso il corpo

Esplorare le diverse esperienze quando si lavora con diversi registri emotivi.

Allenare la propria capacità di essere spontanei e la creatività.

Preparare il corpo e l'espressione per il lavoro teatrale

Attività di riscaldamento 2: GLI SPECCHI

Preparazione

I ragazzi vengono informati che svolgeranno un'attività di riscaldamento teatrale in cui lavoreranno con l'espressione corporea e con il senso del giudizio e della vergogna.

Attività di riscaldamento 2: GLI SPECCHI

Descrizione passo dopo passo

FASE 1

Dividetevi a coppie e decidete chi è la persona A e B.

La persona A sarà uno specchio e la persona B sarà quella che si guarda allo specchio. B compie un'azione molto specifica, in modo che lo specchio possa seguirlo facilmente. Eviteranno di compiere una sequenza di azioni. Ad esempio: lavarsi i denti, fischiare, fare un insulto con la voce o con la mano, sedersi sul pavimento. La persona che funge da specchio adatta il riflesso dell'azione a seconda del tipo di specchio. Alcuni esempi di specchi che si possono proporre:

FASE 2

specchio del narcisismo: qualsiasi cosa faccia il partner B, lo specchio (A) la restituisce esagerata, intensificata, grande, espansa. Lo specchio dell'opposto: B fa un'azione e A fa quella che considera l'azione opposta. Lo specchio della mascolinità/femminilità: B compie un'azione e A la restituisce femminilizzata o mascolinizzata, a seconda dello specchio in questione. Altri esempi: della vecchiaia, dell'infanzia, della vulnerabilità, della rabbia, della gioia, della sensualità, ecc.

Attività di riscaldamento 2: GLI SPECCHI

Dibattito e riflessione

Il facilitatore fa un giro di riflessione su *come si sono sentiti, quale è costato di più, quale di meno e cosa hanno capito.*

Attività di riscaldamento 2: GLI SPECCHI

Suggerimenti per l'adattamento nel lavoro con i giovani con autismo

"Le persone Asperger hanno indubbiamente problemi nella comprensione delle emozioni, proprie e altrui, e nella loro espressione con un livello (di attivazione) adeguato alla situazione" (p. 212 T. Atwood "Guida completa alla sindrome di Asperger" Edra Ed . 2019, "La guida completa alla sindrome di Asperger", Tony Attwood, 2007, 2015 Jessica Kingsley Publishers Ltd. UK). Inoltre, è stata osservata un'immaturità emotiva che colloca i ragazzi a un'età inferiore ai loro coetanei (circa tre anni). Il problema si concretizza nella necessità di accompagnare questi ragazzi nell'apprendimento dell'identificazione dei diversi livelli di espressione (delle emozioni) nelle proprie parole e azioni e in quelle degli altri. Per le persone con Asperger è particolarmente difficile capire che la stessa emozione può presentarsi con intensità diverse - ad esempio, rispetto alla paura potrebbero non avere la sensibilità/consapevolezza per distinguere tra "sono terrorizzato" e "ho paura" e "sono dubbioso" e non avere nemmeno le parole per definire queste stesse emozioni. Inoltre, esiste un'associazione tra la sindrome di Asperger e i disturbi secondari dell'umore e i problemi di gestione della rabbia e dell'ansia. In questa direzione, potrebbe essere opportuno partire dalle emozioni positive, anche nella loro gradualità (euforiche, allegre, felici/soddisfatte), che inducono stati di benessere e favoriscono un maggiore ascolto e apprendimento, per poi passare all'elaborazione delle emozioni più difficili da controllare (es. rabbia - furiosa, irritata, seccata).

Attività di riscaldamento 3: AVATAR DANCE

Argomento: Lavoro corporeo e coesione di gruppo

Durata: 10-15 minuti

Materiali: Musica divertente da ballare

Obiettivi di apprendimento

Imparare a lasciarsi andare, lasciando andare il controllo
 Creare un'atmosfera rilassata nel gruppo
 Sviluppare la fiducia e la coesione del gruppo

Attività di riscaldamento 3: AVATAR DANCE

Preparazione

Il facilitatore dice al gruppo che deve essere diviso in coppie. A coppie decidono chi è A e chi è B.

Attività di riscaldamento 3: AVATAR DANCE

Descrizione passo dopo passo

FASE 1

La persona A si trova di fronte a B con le spalle a B, mentre B sta dietro. La persona B afferra i polsi della persona A e da quella parte del corpo la persona B si muove, si modella e cammina nello spazio, come se B fosse una marionetta. È importante che A si lasci andare (nota 1).

Nota 1: Quando il facilitatore invita i partecipanti a plasmare il partner, è importante non usare in nessun caso la parola "manipolare", perché potrebbe causare resistenza.

FASE 2

Accendere la musica e lasciare circa 4-5 minuti alle coppie per muoversi nello spazio. Il facilitatore può invitarli a giocare, interagire, esplorare, divertirsi a ritmo di musica o come desiderano.

FASE 3

Ripetete il processo ma scambiate i ruoli: B è il burattino e A è il burattinaio.

FASE 4

Fateli parlare tra loro di come si sono sentiti in entrambi i ruoli.

Attività di riscaldamento 3: AVATAR DANCE

Dibattito e riflessione

Come vi siete sentiti nel ruolo di burattino e di burattinaio? Cosa è stato più divertente e cosa meno divertente? Che cosa avete capito di voi stessi?

Attività di riscaldamento 3: DANZA DI AVATAR

Suggerimenti per l'adattamento nel lavoro con i giovani con autismo

Le persone Asperger possono presentare disturbi sensoriali che interessano il senso dell'equilibrio, il movimento e il livello tattile. Il movimento provoca inevitabilmente una riorganizzazione dell'equilibrio e per le persone che soffrono di questa ipersensibilità può esserci una sensazione di vertigini, squilibrio e nausea. Allo stesso modo, un tocco leggero o il sentirsi afferrare una mano possono rappresentare una sensazione dolorosa per la persona con Asperger. In questa direzione può essere utile concordare con la persona con Asperger quale modalità può essere più funzionale per fare da "burattino", ad esempio può essere utile utilizzare una piccola bacchetta afferrata da entrambi i partecipanti, oppure il "burattinaio" può afferrare i vestiti o, ancora, mettersi l'uno di fronte all'altro (piuttosto che voltarsi) e muovere il partner come se avesse una calamita in mano che muove gli arti e il corpo dell'altro.

Attività di riscaldamento 4: riscaldare la voce

Argomento: Riscaldamento teatrale

Durata: Circa 10 minuti

Materiali: Nessuno

Obiettivi di apprendimento

Per riscaldare la voce prima del lavoro teatrale
Sviluppare la creatività e la spontaneità attraverso il lavoro vocale
Creare un ambiente di gioco rilassato

Attività di riscaldamento 4: riscaldare la voce

Preparazione

Il gruppo viene invitato a disporsi in cerchio. Viene detto loro che faranno un esercizio per riscaldare la voce e prepararsi al lavoro teatrale che seguirà.

Attività di riscaldamento 4: riscaldare la voce

Descrizione passo dopo passo

FASE 1	Il facilitatore pronuncia una parola di due sillabe e la persona alla sua destra deve ripeterla, ma cambiando l'intonazione, in modo che la persona successiva debba ripeterla con un'intonazione diversa. Non è possibile ripetere la stessa intonazione.
FASE 2	Dopo il primo giro, fate un altro giro, ma cercate di non fare silenzio tra un momento e l'altro.
FASE 3	Il facilitatore chiede a un partecipante di proporre una sillaba di due parole e si fa un altro giro completo. Il facilitatore può invitare altre persone a continuare a proporre altre parole di due sillabe. Questo dipenderà dal fatto che si voglia prolungare la durata dell'attività o che si abbia bisogno di più tempo di allenamento per raggiungere l'obiettivo dell'esercizio.

Attività di riscaldamento 4: riscaldare la voce

Dibattito e riflessione

È un esercizio preparatorio. Il facilitatore può decidere se aprire uno spazio di riflessione su questa dinamica, se lo ritiene necessario.

Attività di riscaldamento 4: riscaldare la voce

Suggerimenti per l'adattamento nel lavoro con i giovani con autismo

Alcune persone Asperger possono avere difficoltà a elaborare ciò che sentono e/o mostrare una latenza nella risposta causata da una lenta elaborazione del linguaggio. Nel rispetto delle scadenze, potrebbe essere utile avere tempi più rilassati e meno pressanti e, nella fase iniziale, dare anche suggerimenti sulla pragmatica della comunicazione.



Attività di riscaldamento 5: IL TAMBURINO

Argomento: Cooperazione e coesione di gruppo

Durata: 10 minuti

Materiali: Bacchette di legno (o altro materiale). Musica varia (classica, techno, pop, rilassante, ecc.)

Obiettivi di apprendimento

Sviluppare le capacità di cooperazione
Per incoraggiare le capacità di coordinamento motorio
Attivare l'attenzione e l'ascolto attivo durante lo svolgimento dei compiti.

Attività di riscaldamento 5: IL TAMBURINO

Preparazione

Il gruppo viene diviso in coppie e a ciascuna coppia viene data una bacchetta. Viene detto loro che lavoreranno in coppia con il compito di tenere la bacchetta con un dito a ciascuna estremità, in modo che non cada mai a terra. Devono ascoltare e sentire il movimento che si crea tra loro, essendo la bacchetta il punto di connessione tra le due persone.

Se la bacchetta cade, tutti dovranno cambiare immediatamente partner e ricominciare da capo.

Attività di riscaldamento 5: IL TAMBURINO

Descrizione passo dopo passo

FASE 1	Questo avviene in silenzio, senza musica. Quando una bacchetta cade a terra, si formano nuove coppie (se il facilitatore lo ritiene opportuno, le coppie possono rimanere le stesse).
FASE 2	Man mano che si formano nuove coppie, in ogni turno il facilitatore può suonare una nuova musica o la stessa musica, a seconda delle preferenze.
NOTE	L'idea è che le coppie si reggano il più a lungo possibile senza che la bacchetta cada a terra.

Attività di riscaldamento 5: IL TAMBURINO

Dibattito e riflessione

Come vi siete sentiti in questo compito? Siete soddisfatti del lavoro svolto? Cosa ha reso il compito più difficile o più facile? Cosa serve per collaborare con successo con qualcuno nella vita reale?

Attività di riscaldamento 5: IL TAMBURINO

Suggerimenti per l'adattamento nel lavoro con i giovani con autismo

Le persone con Asperger hanno difficoltà a mantenere e regolare le relazioni con gli altri sfruttando le abilità di comunicazione non verbale (contatto visivo, espressione facciale, attenzione congiunta,...). Una facilitazione in questo senso può essere l'utilizzo di altri "strumenti" di contatto con l'altro, come un nastro adesivo, ad esempio, o un oggetto che piace alla persona con Asperger.

Attività di riscaldamento 6: LA STATUA DI ARGILLA

Argomento: Sviluppo sensoriale

Durata: Circa 20-25 minuti

Materiali: Musica divertente in sottofondo

Obiettivi di apprendimento

Favorire lo sviluppo di un clima di fiducia all'interno del gruppo.

Generare un sentimento di vicinanza e sicurezza tra i membri del gruppo.

Facilitare il rilassamento corporeo e l'apertura emotiva e sensoriale dei partecipanti.

Attività di riscaldamento 6: LA STATUA DI ARGILLA

Preparazione

Dividete il gruppo in coppie e chiedete loro di decidere chi è la persona A e chi la persona B.

Attività di riscaldamento 6: LA STATUA DI ARGILLA

Descrizione passo dopo passo

FASE 1

A inizierà aprendo uno spazio che sarà chiuso (appoggiando ad esempio le braccia alla parete, in modo che il corpo della persona insieme alla parete e al pavimento formino uno spazio chiuso). Il partner dovrà attraversare questo spazio guardandosi l'un l'altro.

FASE 2

Una volta che A ha creato lo spazio e B lo ha attraversato, B crea un altro spazio chiuso che A deve attraversare mantenendo il contatto visivo. Questo si ripete alternando l'uno e l'altro, continuamente. Ogni volta che si crea uno spazio, questo deve essere diverso da quelli precedenti.

Attività di riscaldamento 6: LA STATUA DI ARGILLA

Dibattito e riflessione

Come ci si sente a percorrere gli spazi creati dal partner?

Avete notato delle differenze in voi stessi? C'è stata competizione, divertimento...?

A cosa pensate che serva questo esercizio? (Vedi nota 1)

Nota 1: Il facilitatore spiegherà che si tratta di una metafora della vita, in quanto a volte si devono affrontare conflitti non facili. È una metafora che fa da preludio alla spiegazione che verrà data in seguito, secondo cui il conflitto è necessario in teatroterapia per poter entrare nell'improvvisazione.

Attività di riscaldamento 6: LA STATUA DI ARGILLA

Suggerimenti per l'adattamento nel lavoro con i giovani con autismo

Alcune persone Asperger possono avere difficoltà a mantenere il contatto visivo come regolatore della relazione. Nel rispetto dei termini, si può essere tolleranti e comprensivi nell'accettare questo problema. Inoltre, anche il contatto corporeo può rappresentare una fonte di profondo disagio da parte della persona Asperger e può essere consigliabile, prima di iniziare l'attività, concordare le modalità di creazione dello spazio da attraversare e le modalità di "attraversamento" dello spazio chiuso.

Attività di riscaldamento 7: SPAZI APERTI

Argomento: Lavori di carrozzeria

Durata: Circa 20 minuti

Materiali: Musica di sottofondo rilassante, a basso volume

Obiettivi di apprendimento

Per risvegliare la spontaneità e la creatività corporea
 Generare un'atmosfera rilassata nel gruppo dei partecipanti che li inviti a giocare
 Usare la dinamica stessa come metafora per lavorare con il conflitto, come una situazione che le persone possono attraversare per imparare e crescere come persone.

Attività di riscaldamento 7: SPAZI APERTI

Preparazione

Il gruppo viene diviso in coppie e viene chiesto di decidere chi è la persona A e chi è la persona B. Viene detto loro che lavoreranno a turno. A chiuderà gli occhi e B diventerà lo scultore di A, che dovrà seguire i passi indicati dal facilitatore.

Attività di riscaldamento 7: SPAZI APERTI

Descrizione passo dopo passo

FASE 1	La persona A chiude gli occhi e si lascia modellare dal partner. B inizia a fare come se applicasse l'argilla sul corpo di A. Mette la mano in una forma concava e la preme sul corpo del compagno come se fosse argilla. (2-3 min)
FASE 2	Dopo due o tre minuti di realizzazione della forma con la mano vuota, si chiede loro di definire la figura del compagno con la punta delle dita, in modo da premere con le dita come se cercassero di definire l'argilla che circonda la figura. (2-3 min)
FASE 3	Il partecipante deve lucidare l'argilla con la mano aperta. Dovrà fare dei movimenti circolari in modo che la figura sia il più lucida possibile. Continuare a farlo su tutto il corpo. (2-3 min)
FASE 4	Fanno come se stessero facendo un bagno d'acqua dall'alto, che rimuove i trucioli di argilla, in modo che sia il più pulito possibile. (2-3 min)
PASSO 5	B immagina di diventare un asciugamano caldo da asciugare, quindi dovrà stringere il partner come se potesse asciugarlo con il proprio corpo. (2-3 min)

Attività di riscaldamento 7: SPAZI APERTI**Descrizione passo dopo passo****FASE 6**

Lo scultore (B) si pone di fronte ad A e attende il segnale del facilitatore. Quando A apre gli occhi, B lo saluta con un sorriso e un abbraccio, se lo desidera.

PASSO 7

Quando finiscono, si scambiano i ruoli e ricominciano.

Attività di riscaldamento 7: SPAZI APERTI**Dibattito e riflessione**

Come ha vissuto il contatto? Cosa le è piaciuto di più? C'è qualcosa che non le è piaciuto? Che cosa è stato? Come vi sentite prima e dopo aver lavorato con la scultura? Com'è stato per lo scultore? Quale ruolo è stato più confortevole?

Attività di riscaldamento 7: SPAZI APERTI**Consigli per l'adattamento nel lavoro con i giovani autistici**

Le persone con Asperger possono mostrare una sensorialità tattile molto particolare (T. Grandin nelle sue pubblicazioni racconta della sua difficoltà ad essere abbracciata e del suo bisogno di sentire la pressione sul corpo, che la rassicura molto). In quest'ottica, potrebbe essere opportuno considerare la scelta di un oggetto gradito alla persona Asperger, come una palla morbida o dura, o una piccola tavoletta che distribuisca la pressione in modo più uniforme e armonioso.

Attività teatrali

Attività teatrale 1: THE ROOFTOP

Argomento: Conflitti

Durata: 20-30 minuti

Materiali: musica di sottofondo, cuscini (almeno uno per persona)

Obiettivi di apprendimento

Prendere coscienza della percezione che la persona ha della nozione di conflitto.

Per illustrare cosa intendiamo per conflitto nel campo della Gestalt Theatre Therapy (di seguito GTT), intendiamo due desideri che si oppongono in direzioni opposte.

Imparare che il conflitto è un elemento essenziale nella GTT e che senza di esso non è possibile avere scene né nel Teatro della Gestalt Therapy né nel teatro normale.

Regole della Gestalt Theatre Therapy (GTT) per ogni attività

- 1) Non possono esserci danni fisici di alcun tipo alla persona con cui si lavora. Questo include anche che non si possono usare argomenti di vita reale nelle scene che potrebbero danneggiare il partner (per esempio, se uno dei personaggi, nella vita reale, ha una disabilità fisica, sarebbe assolutamente vietato usare questa disabilità come argomento nelle scene).
- 2) Non possiamo fare del male nemmeno a noi stessi.
- 3) Non possiamo rompere o distruggere nulla nello spazio (tende, finestre...). Si applica la regola "chi rompe paga".

Attività teatrale 1: THE ROOFTOP

Preparazione

Ai partecipanti verrà detto che faranno una visualizzazione guidata in cui cammineranno attraverso una città. Dovranno stare fermi e preferibilmente con gli occhi chiusi per immaginare ciò che il facilitatore sta dicendo loro. Durante la prima parte della visualizzazione, va sottolineato che l'idea è quella di immaginare l'azione e che non dovranno farla.

Il facilitatore dirà: "*Ora chiamiamo l'ascensore, la porta si apre e voi salite sull'ascensore*". I partecipanti si alzeranno e saliranno sul cuscino che si troveranno di fronte a ciascuno di loro. Questo è l'unico momento in cui i partecipanti faranno uso del movimento fisico. Lo stesso accadrà quando il facilitatore dirà "*esci dall'ascensore e vai sulla terrazza*". Normalmente scenderanno in avanti, non all'indietro.

Attività teatrale 1: THE ROOFTOP

Preparazione

Successivamente, si dirà ai partecipanti di aprire gli occhi (seconda parte della dinamica) e di iniziare a rappresentare ora, con il movimento del corpo, ciò che il facilitatore dice loro.

Bisogna far notare loro che si tratta della seconda parte. Cioè, la dinamica ha due tempi: un primo tempo in cui viene presentata la visualizzazione ed essi la fanno preferibilmente a occhi chiusi e usano il movimento solo per salire e scendere dal cuscino e una seconda parte in cui aprono gli occhi e rappresentano con il corpo l'attraversamento del cavo.

Il gruppo deve essere diviso in due sottogruppi, ognuno di fronte all'altro e in fila, in modo che ogni persona di ogni gruppo abbia di fronte a sé un compagno con cui lavorerà in seguito.

Potete anche preparare una musica di sottofondo: ad esempio, una musica per quando l'ascensore sale, il suono delle porte che si aprono o una musica per rendere più suggestivo il passaggio sul cavo d'acciaio.

Attività teatrale 1: THE ROOFTOP

Descrizione passo dopo passo: FASE 1

Dite al gruppo che stanno per fare una visualizzazione guidata. Devono dividersi in due gruppi e allineare ciascuno dei sottogruppi, in modo che ogni studente si trovi di fronte a una persona dell'altro gruppo a una distanza di circa 5-6 metri, se lo spazio lo permette. Se è possibile averne di più, è ancora meglio.

Ogni persona deve posizionare davanti a sé un cuscino, che simboleggia un ascensore, sul quale deve salire quando il facilitatore dice "*sali sull'ascensore*", mentre quando il facilitatore dice "*scendi dall'ascensore*" deve scendere dal cuscino.

Descrizione passo dopo passo: FASE 2

Si inizia con una musica d'ambiente che simboleggia l'ambiente che la persona inizia a percorrere nella sua immaginazione. Qui inizia la visualizzazione guidata che si svolge in questo modo:

"State camminando in una città, state camminando a New York. Osservate come sono gli edifici intorno a voi, qual è l'atmosfera della città, a che ora del giorno è, se c'è gente o se non c'è gente, qual è l'odore, quali sono i colori, cosa osservate... e in generale com'è l'atmosfera di questa città di Manhattan dove state camminando".

Continuate a camminare e a poco a poco cercate l'edificio più alto della città. Una volta individuato, dirigete i vostri passi verso questo edificio, fino ad arrivare alla porta d'ingresso.

Attività teatrale 1: THE ROOFTOP

Entrate nell'atrio, osservate l'atmosfera di questo edificio: c'è gente in giro, non c'è gente, cosa fanno le persone lì, quante persone ci sono nell'edificio, qual è l'atmosfera, che sensazione vi dà... poi vi chiederò di localizzare l'ascensore. Una volta individuato l'ascensore, dirigete i vostri passi verso di esso, vi mettete di fronte ad esso, lo chiamate, la porta si apre ed entrate nell'ascensore".

I partecipanti a quel punto devono salire sul cuscino. *"Segnate l'ultimo piano dell'edificio: il piano numero 100".* In quel momento si può collegare il suono che simboleggia un ascensore che sale e si inizia a contare i piani. *"5 piani, 10 piani, l'ascensore continua a salire e non si ferma. 20 piani, 25, 30, 35, 40, 45, 50 piani... L'ascensore continua a salire, 60 piani, 70, 80, 90 e 100 piani. La porta dell'ascensore si apre e si scende dall'ascensore".*

A questo punto i partecipanti devono scendere dal cuscino. *"Raggiungete la terrazza dell'edificio e, da lì, (sempre con gli occhi chiusi continuate a immaginare) osservate la città, cosa potete vedere dall'alto, quanto lontano arriva la vostra vista, quali edifici vedete, come vi sentite a quell'altezza... In quel momento vi accorgete che dalla terrazza dell'edificio parte un cavo d'acciaio che collega il tetto su cui vi trovate con il tetto dell'edificio di fronte a voi. Aprite gli occhi.*

A questo punto il facilitatore chiede ai partecipanti di aprire gli occhi. *"Notate che di fronte a voi c'è un'altra persona che vi guarda, anch'essa sul tetto di un altro edificio. Da questo momento avete un compito, una missione da portare a termine. La vostra missione consiste nell'attraversare l'altro tetto utilizzando il cavo d'acciaio. Questa è la vostra missione".*

Quando sarete pronti conteremo 3,2,1 e passerete dall'altra parte, usando il cavo. L'animatore può mettere un po' di musica per creare un'atmosfera tesa per questo delicato momento di attraversamento del cavo. *"Tre, due, uno. Inizia l'attraversamento della fune.*

Descrizione passo dopo passo: FASE 3

La visualizzazione guidata è terminata e i partecipanti attraversano il filo con gli occhi aperti. Il facilitatore presta attenzione, senza intervenire, a ciò che accade durante i momenti di attraversamento delle diverse coppie.

Descrizione passo dopo passo: FASE 4

"Una volta raggiunto l'altro lato della terrazza, si ottiene una nuova missione. La missione è la seguente: dovete tornare alla terrazza di origine, ma sulla via del ritorno dovrete impedire alla persona che si trova sulla terrazza opposta di raggiungere la sua destinazione. Quindi, in questa nuova missione avete due compiti: da un lato,

Attività teatrale 1: THE ROOFTOP

raggiungere la vostra terrazza di origine e, dall'altro, impedire che la persona che si reca sulla sua terrazza di origine raggiunga la sua destinazione".

Le persone attraversano il cavo per la seconda volta. In questo caso l'osservatore deve prestare molta attenzione a quali sono le reazioni delle persone quando viene loro affidato il secondo compito, a cosa succede durante l'attraversamento, a quali sono le diverse strategie che i partecipanti utilizzano.

Descrizione passo dopo passo: FASE 5

Una volta che tutti i partecipanti hanno terminato l'attraversamento, il facilitatore chiede al gruppo: *"Com'è stato l'attraversamento nella prima occasione? e com'è stato per voi l'attraversamento nella seconda occasione? come l'avete gestito? che strategia avete avuto nel primo attraversamento? che strategia avete avuto nel secondo attraversamento?"*. Questa quinta fase sarà una riflessione in cui i partecipanti si siederanno insieme e il facilitatore darà loro queste domande su cui riflettere:

- 1. Come vi siete sentiti la prima volta che avete dovuto attraversare, quale strategia avete seguito per attraversare la persona sul cavo?*
- 2. Al secondo incrocio, qual è stata la sua prima impressione quando ha ricevuto l'istruzione che l'altra persona non sarebbe arrivata a destinazione?*
- 3. Quale relazione osservate tra ciò che è accaduto nell'attività e la vostra percezione del conflitto?*
- 4. Qualcuno si è ricordato che è solo teatro? A qualcuno è piaciuto questo gioco?*

Attività teatrale 1: THE ROOFTOP

Nota per il facilitatore

Dopo questa discussione è bene invitare il gruppo a rifare il secondo attraversamento del filo, in modo che possano sperimentare l'esercizio con una maggiore consapevolezza del fatto che si tratta di teatro e che possono fare cose che non farebbero nella vita reale in una situazione del genere. Una volta svolta questa parte dell'attività, il facilitatore può chiedere di nuovo come è andato l'esercizio questa volta e come si sono sentiti.

Attività teatrale 1: THE ROOFTOP

Dibattito e riflessione

Discussione di gruppo in cui si parla di come si gestiscono i conflitti nella vita, di come li si percepisce e di quanti si sono ricordati che stavano facendo teatro, che stavano recitando.

Attività teatrale 1: THE ROOFTOP

Nota: nella GTT cerchiamo sempre di fare qualcosa di diverso da quello che faremmo nella vita reale. L'obiettivo è darsi il permesso di fare qualcosa di nuovo, di diverso, che non si farebbe nella vita reale, per sperimentarne le conseguenze. Allo stesso tempo, l'obiettivo dell'attività è che i partecipanti esplorino fino a che punto sono in grado di darsi il permesso di fare qualcosa che non rientra nella logica della vita reale, ma della finzione e del teatro. Se ne discute, si esprimono le proprie opinioni e si osserva ciò che si realizza partecipando all'attività. L'ultima domanda sarebbe cosa notano di loro stessi e del conflitto stesso, come elemento presente nelle dinamiche con le altre persone.

Attività teatrale 1: THE ROOFTOP

Suggerimenti per l'adattamento nel lavoro con i giovani con autismo

Le persone con Asperger possono anche avere una fervida immaginazione, ma i loro pensieri possono essere assorbiti da situazioni difficili da comprendere, o non conosciute, dai loro stessi interessi assorbenti. Nelle situazioni in cui si chiede loro di immaginare qualcosa, può essere utile iniziare facilitando le situazioni (magari esperienze fatte o argomenti di particolare interesse).

La richiesta espressa nel passo 5 di "Una volta raggiunto l'altro lato della terrazza si ottiene una nuova missione. La missione è la seguente: dovete tornare alla terrazza di origine, ma durante il tragitto dovrete impedire alla persona che si trova sulla terrazza opposta di raggiungere la sua destinazione. Quindi, in questa nuova missione hai due compiti: da un lato, raggiungere la tua terrazza d'origine e, dall'altro, impedire che la persona che va alla sua terrazza d'origine raggiunga la sua destinazione" potrebbe essere calibrata sulle abilità sensoriali della persona Asperger e accompagnata dall'accurata spiegazione che l'attività "non rientra nella logica della vita reale ma della finzione e del teatro". Ciò si rende necessario in quanto le persone Asperger potrebbero non avere una cognizione sociale sufficiente a comprendere la distinzione tra realtà e fantasia o essere molto occupate dalle loro emozioni.

Attività teatrale 2: SCENE INCATENATE

Argomento: Teatro di terapia della Gestalt

Durata: Circa 7-8 minuti a coppia. A seconda del numero di partecipanti, il tempo dell'attività varia. Si consiglia di non superare le 16 persone, perché l'attività sarebbe troppo lunga.

Materiali: Non è necessario nulla. Facoltativo: luci di scena per creare un maggiore senso di spazio scenico. Se si tratta di un gruppo nuovo che non ha mai svolto attività teatrali, non è consigliabile utilizzare questo tipo di illuminazione perché può intimorire, in ogni caso è consigliabile che l'animatore valuti se è appropriato o meno.

Obiettivi di apprendimento

Sviluppare la spontaneità e la creatività dei partecipanti attraverso improvvisazioni spontanee.

Sviluppare la capacità del partecipante di risolvere un conflitto in modo empatico.

Sviluppare le capacità di comunicazione, verbale e non verbale, necessarie per la gestione dei conflitti da parte del partecipante.

Sviluppare le capacità di comunicazione assertiva.

Sviluppare la capacità di ascolto attivo.

Sviluppare la consapevolezza di sé e dei propri meccanismi di funzionamento psicologico e modelli comportamentali.

Regole della Gestalt Theatre Therapy (GTT) per ogni attività

1) Non possono esserci danni fisici di alcun tipo alla persona con cui si lavora. Questo include anche che non si possono usare argomenti di vita reale nelle scene che potrebbero danneggiare il partner (per esempio, se uno dei personaggi, nella vita reale, ha una disabilità fisica, sarebbe assolutamente vietato usare questa disabilità come argomento nelle scene).

2) Non possiamo fare del male nemmeno a noi stessi.

3) Non possiamo rompere o distruggere nulla nello spazio (tende, finestre...). Si applica la regola "chi rompe paga".

Attività teatrale 2: SCENE INCATENATE

Preparazione

Si deve spiegare al gruppo che si sta per realizzare un'improvvisazione teatrale che si caratterizza per la sua spontaneità, nel senso che le persone che salgono sul palco, inventano una proposta di conflitto, in modo spontaneo, non pianificato: totalmente improvvisato. Il lavoro si basa sempre su questa spontaneità.

Attività teatrale 2: SCENE INCATENATE

Descrizione passo dopo passo: FASE 1

Al gruppo viene detto di numerarsi da 1 a 10, ad esempio nel caso di 10 persone. Una volta che i partecipanti conoscono i loro numeri, spiegate che la persona numero 1 salirà sul palco e assumerà un *ruolo neutrale*. (vedi nota 1)

Nota 1: *ruolo neutro* significa che la persona all'inizio della scena non ha un ruolo assegnato, non ha legami con nessun'altra persona e rimane *neutrale* fino a quando la persona numero 2 entra in scena e le porta una proposta di conflitto, che le darà le informazioni necessarie per entrare nell'improvvisazione e sviluppare la relazione con la persona che propone il conflitto. Pertanto, la persona *neutrale* inizialmente non ha un ruolo, non ha un'identità, non sa chi è finché non entra in scena la seconda persona. Quando la seconda persona entra in scena, aiuterà la persona *neutrale* a non essere così neutrale e a situarsi ed entrare nella proposta di conflitto che la seconda persona porta.

Descrizione passo dopo passo: FASE 2

Una volta che la persona uno (ruolo neutrale) è sul palco, aspetta che entri la persona due. Il secondo entra con una proposta di conflitto (vedi nota 2).

Nota 2: Quando la seconda persona entra con la proposta, si svolge un'improvvisazione tra loro in cui devono esserci sempre 3 elementi:

- 1) il legame che hanno tra loro, qual è il ruolo che ognuno di loro ha;
- 2) qual è il conflitto tra loro;
- 3) l'urgenza di risolvere il conflitto in questione che richiede una soluzione immediata. In caso contrario, la scena potrebbe trascinarsi e non andare da nessuna parte, diventando noiosa per il pubblico. Questi elementi dovrebbero essere forniti da colui che entra in scena con la proposta di conflitto, ad esempio: "Ciao tesoro, perché hai lasciato di nuovo le chiavi di casa a tua madre?". Da questa frase si può intuire che entrambi sono una coppia o hanno un legame affettivo, e che il conflitto può risiedere nel fatto che colui che entra in scena non vuole che la madre dell'altro personaggio abbia le chiavi di casa.

Descrizione passo dopo passo: FASE 3

Una volta spiegata la dinamica, si inizia in modo da *agganciare la* prima persona - si chiama improvvisazione agganciata perché la prima persona (quella neutrale) riceve una proposta dalla seconda persona. Poi l'improvvisazione si svolge finché il facilitatore non ritiene che sia sufficiente. A questo punto, la prima persona esce di scena per riposare e la seconda persona che è entrata rimane e si prepara come

Attività teatrale 2: SCENE INCATENATE

neutrale. La persona numero 3 entra in scena con una nuova proposta di conflitto. Di nuovo, l'improvvisazione ha luogo fino a quando il facilitatore la segna, il numero due se ne va e il numero tre assume il ruolo di neutrale. E così via fino a quando il numero 10 assume il ruolo neutrale e il gruppo si chiude con il numero 1 (in questo esempio c'erano 10 persone) che è l'ultimo a portare in scena un conflitto, visto che all'inizio non l'aveva fatto (vedi nota 3).

Nota 3: Questo esercizio potrebbe essere svolto in due turni completi: il primo turno è un riscaldamento e ogni scena dura non più di tre minuti, come modo rapido per vedere quali conflitti propongono i partecipanti al gruppo. Poi si può fare un secondo turno più approfondito in cui, avendo acquisito maggiore familiarità con la metodologia, i partecipanti possono essere pronti a sviluppare ulteriormente la loro creatività.

Attività teatrale 2: SCENE INCATENATE

Nota per il facilitatore

Mentre si svolgono le improvvisazioni, il facilitatore può interrompere il processo avvicinandosi ai protagonisti e chiedendo loro come si sentono nella situazione che stanno improvvisando. Lo scopo è quello di aiutarli a prendere coscienza e a connettersi con il corpo e le emozioni che i personaggi stanno vivendo.

Si può anche chiedere loro cosa stanno pensando, se si rendono conto di quale sia la loro strategia per affrontare il conflitto, se hanno familiarità con quello che stanno facendo e infine si può anche suggerire loro di provare una strategia diversa, facendo qualcosa che non farebbero nella vita reale. Sul palcoscenico possono concedersi quel permesso che nella vita reale non possono permettersi, perché non cambia la nostra biografia e non fa loro alcun male.

Attività teatrale 2: SCENE INCATENATE

Dibattito e riflessione

Una volta che tutti hanno finito, il facilitatore può chiedere al gruppo "come si sono sentiti durante l'esercizio; che cosa hanno capito di loro stessi; che cosa hanno scoperto; che cosa pensano della proposta di conflitto che il partner ha portato loro; la scena, il personaggio, il ruolo del conflitto che hanno interpretato li ha aiutati a capire qualcosa? che cosa pensano del loro stile e della loro strategia per affrontare il conflitto, quella strategia ha funzionato o no?".

Attività teatrale 2: SCENE INCATENATE

Suggerimenti per l'adattamento nel lavoro con i giovani con autismo

Le persone Asperger possono avere difficoltà a capire e a muoversi con naturalezza nella sfera sociale: difficoltà a comprendere le situazioni sociali, a capire le

Attività teatrale 2: SCENE INCATENATE

Suggerimenti per l'adattamento nel lavoro con i giovani con autismo

situazioni ambigue, a capire la pragmatica (l'intonazione, ad esempio, che definisce la frase che stanno ascoltando come sarcastica o metaforica). Nello sviluppo, nel mantenimento e nella comprensione delle relazioni, hanno difficoltà a capire i comportamenti comunicativi non verbali (gesti, espressioni facciali, postura, ecc.). Purtroppo, questo influisce pesantemente sulla loro capacità di partecipare ai contesti abituali e di rispondere adeguatamente alle sollecitazioni e alle attività proposte, soprattutto quando queste sollecitano la comprensione della "mente" dell'interlocutore. Inoltre, possono avere una comprensione letterale del linguaggio, ad esempio alla domanda "come ti senti dentro quando hai paura?" un bambino ha risposto "quando sono a casa non ho mai paura!" intendendo la parola "dentro" come "a casa" (tratto da "La mente autistica" G. Vivanti, Hogrefe Ed, 2021). Quando si osservano comportamenti inattesi, diventa fondamentale riformulare le istruzioni, magari rendendo più esplicite le condizioni che generano il conflitto o svolgere un lavoro preventivo sulla partecipazione ad attività che aiutino la persona Asperger a decodificare i messaggi (incentrato sulla comunicazione non verbale e sulla pragmatica della comunicazione).

Attività teatrale 3: SCENE COPPIA A COPPIA

Argomento: Teatro di terapia della Gestalt

Durata: 40-50 minuti (può durare di più per gruppi di più di 10 persone)

Materiali: Nessuno. Facoltativo: costumi o trucco se l'animatore o il gruppo lo desiderano. Illuminazione del palco.

Obiettivi di apprendimento

Facilitare il contatto del partecipante con la propria spontaneità.

Incoraggiare lo spirito creativo dei partecipanti e la loro capacità di improvvisare e adattarsi a una situazione inaspettata.

Sviluppare la capacità di prendere decisioni e creare consapevolezza dei valori che stanno alla base delle decisioni. Generare un miglioramento delle capacità di comunicazione verbale e non verbale del partecipante.

Sviluppare la consapevolezza di sé e dei propri meccanismi di funzionamento psicologico e modelli comportamentali.

Regole della Gestalt Theatre Therapy (GTT) per ogni attività

1) Non possono esserci danni fisici di alcun tipo alla persona con cui si sta lavorando. Questo include anche che non si possono usare argomenti di vita reale nelle scene che potrebbero danneggiare il partner (per esempio, se uno dei personaggi, nella vita reale, ha una disabilità fisica, sarebbe assolutamente vietato usare questa disabilità come argomento nelle scene).

2) Non possiamo fare del male nemmeno a noi stessi.

3) Non possiamo rompere o distruggere nulla nello spazio (tende, finestre...). Si applica la regola "chi rompe paga".

Attività teatrale 3: SCENE COPPIA A COPPIA

Preparazione

Il facilitatore divide il gruppo in coppie. Le coppie si distribuiscono formando un'unità per ogni coppia, in un grande cerchio.

Attività teatrale 3: SCENE COPPIA A COPPIA

Descrizione passo dopo passo: FASE 1

Una volta che tutte le coppie sono sedute nel cerchio, ogni coppia pensa a una proposta di scena da dare alla coppia alla sua destra. Tutte le coppie prepareranno contemporaneamente il conflitto per la coppia seduta alla loro destra. Dovranno pensare a questi tre elementi: 1) ruolo o legame dei protagonisti, 2) qual è il conflitto, 3) qual è l'urgenza del conflitto (vedi nota 1).

Nota 1: La coppia che prepara la scena non deve aggiungere ulteriori informazioni rispetto a quanto specificato, come ad esempio: come si sentono i personaggi, come si devono comportare, ecc. È molto importante che i partecipanti, d'altra parte, si assicurino che la scena che ricevono non sia una scena che corrisponde alla realtà della loro vita, se questo è il caso è necessario cambiarla per renderla fittizia per loro.

Descrizione passo dopo passo: FASE 2

Quando hanno finito di prepararsi, ogni coppia deve dare la scena alla coppia successiva e loro stessi assegneranno il ruolo a ciascun membro dell'altra coppia. In altre parole, chi interpreta quale ruolo dipende dalla coppia che propone il conflitto. (vedi nota 1)

Descrizione passo dopo passo: FASE 3

Iniziare a lavorare con le scene. Le scene possono essere recitate simultaneamente, il gruppo può anche essere diviso in due e mentre metà del gruppo lavora, gli altri osservano, oppure si può anche fare una per una mentre il resto delle coppie osserva. La decisione spetta al facilitatore. L'opzione più veloce è che tutte le coppie lo facciano contemporaneamente: può essere più caotico, ci può essere più rumore nella stanza e logicamente il facilitatore non sarà in grado di dare tutta la sua attenzione a tutte le coppie. Una formula intermedia è quella di avere alcune coppie sul palco, separate in lontananza, mentre il resto delle coppie si riposa.

Attività teatrale 3: SCENE COPPIA A COPPIA

Nota per il facilitatore

Il ruolo del facilitatore in questa dinamica richiede che intervenga aiutando i personaggi a prendere coscienza di come si sentono, di quali sono le loro strategie usate nel conflitto e di incoraggiare i partecipanti a chiedersi se vogliono usare una strategia diversa da quella che stanno usando. Questo permette loro di sperimentare come si sentono quando si esprimono in un modo diverso da quello

che fanno nella vita reale, approfittando del permesso che il teatro dà di essere come si vuole.

Il facilitatore può fare piccole interruzioni che facilitano l'approfondimento di ciò che sta accadendo alla persona che lavora. Il lavoro del facilitatore è orientato in modo che la persona che agisce abbia il tempo e l'opportunità di rendersi conto di *ciò che le sta accadendo, di come si sente, di quale direzione vorrebbe dare alla messa in scena del conflitto.*

È importante lasciare prima un tempo sufficiente perché le coppie entrino in scena e perché il facilitatore, ascoltando la propria intuizione, faccia una pausa e suggerisca ai partecipanti, senza disconnettersi dallo stato in cui si trovano nella scena, di *chiudere gli occhi, fare un respiro profondo e ricevere le istruzioni del facilitatore.* Queste possono essere fatte, ad esempio: *come ti senti, senti tensione in qualche parte del corpo? Portate il palmo della mano su quell'area di tensione, ora che la sentite, datele voce: cosa direbbe quella parte del vostro corpo, cosa significherebbe quella tensione, qual è la strategia del conflitto che state usando, vi è familiare, sareste disposti a fare qualcosa di diverso?*

Se il facilitatore rileva che la strategia consiste nell'essere una persona conciliante, che cerca di risolvere il conflitto, in modo che l'altra persona non si arrabbi, ecc. il personaggio che può sperimentare può essere provocatorio, egoista, sfidante, ignorare la persona di fronte a voi come se fosse passiva, ecc. A volte una buona domanda da porsi quando si fa una pausa è: *pensa a un modo per continuare questo conflitto che non avresti mai fatto nella vita reale. E datevi il permesso di provarlo, sperimentarlo e vedere cosa succede.* Un altro suggerimento per il facilitatore potrebbe essere quello di invitare il gruppo, quando l'azione è sospesa, a *pensare a un supereroe* della propria infanzia. Poi, quando il facilitatore dice di continuare la scena, tutti si buttano a recitare come farebbero se fossero quel supereroe. Non è necessario fare tutte le domande in tutti gli interventi, ma il facilitatore dovrebbe ascoltare la propria intuizione o le conoscenze pregresse che ha ciascun partecipante, utilizzarne alcune e sfruttarle per approfondire le dinamiche.

Attività teatrale 3: SCENE COPPIA A COPPIA

Dibattito e riflessione

Il facilitatore, una volta che tutti hanno finito, può chiedere al gruppo *"come vi siete sentiti durante l'esercizio; che cosa avete notato di voi stessi; che cosa avete scoperto; che cosa pensate della proposta di conflitto che la coppia vi ha portato, che cosa ha fatto la scena; che cosa hanno contribuito a voi stessi il conflitto, il personaggio e il ruolo che avete interpretato; che cosa pensate del vostro stile e della vostra strategia per affrontare un conflitto, quella strategia ha funzionato o no?"*.

Attività teatrale 3: SCENE COPPIA A COPPIA

Suggerimenti per l'adattamento nel lavoro con i giovani con autismo

Le persone con sindrome di Asperger possono mostrare un ritardo nello sviluppo delle capacità di gestire la persuasione, il compromesso e la risoluzione dei conflitti, in quanto sperimentano, o meglio vivono, una diversa condizione di introspezione e autoconsapevolezza. Inoltre, per cercare di rendere il mondo meno confuso, le persone con sindrome di Asperger possono avere regole e abitudini, persistenti ma necessarie per mettere ordine nel caos esperienziale di ogni giorno. In questa direzione potrebbe essere utile offrire informazioni aggiuntive nella fase iniziale dell'attività (vedi nota 1) per rendere più accessibili i contenuti dell'attività.

Attività teatrale 4: SCENE CON OGGETTI

Argomento: Teatro di terapia della Gestalt

Durata: Circa 90 minuti

Materiali: Musica di sottofondo tranquilla. Taccuino personale. Opzionale: Luce di scena.

Obiettivi di apprendimento	<p>Aprire uno spazio alla creatività e alla fantasia dei partecipanti.</p> <p>Creare uno spazio di lavoro con la proiezione che ogni partecipante fa delle proprie qualità (positive e/o negative).</p> <p>Migliorare la capacità del partecipante di prendere decisioni in situazioni importanti per lui.</p> <p>Sviluppare nel partecipante abilità come l'empatia, l'ascolto attivo, l'assertività o la risoluzione dei conflitti.</p> <p>Sviluppare la consapevolezza di sé e dei propri meccanismi di funzionamento psicologico e modelli comportamentali.</p>
-----------------------------------	---

Regole della Gestalt Theatre Therapy (GTT) per ogni attività

- 1) Non possono esserci danni fisici di alcun tipo alla persona con cui si sta lavorando. Questo include anche che non si possono usare argomenti di vita reale nelle scene che potrebbero danneggiare il partner (per esempio, se uno dei personaggi, nella vita reale, ha una disabilità fisica, sarebbe assolutamente vietato usare questa disabilità come argomento nelle scene).
- 2) Non possiamo fare del male nemmeno a noi stessi.
- 3) Non possiamo rompere o distruggere nulla nello spazio (tende, finestre...). Si applica la regola "chi rompe paga".

Attività teatrale 4: SCENE CON OGGETTI

Preparazione

Il facilitatore deve spiegare al gruppo che stanno per eseguire un tipo di improvvisazione in cui diventeranno oggetti, esseri inanimati. Si tratta di oggetti che potrebbero avere un conflitto se fossero vivi. Esempi: un barattolo di vetro e una marmellata di fragole. La marmellata non vuole marcire all'interno del barattolo e vuole uscire a esplorare il mondo, e il barattolo non vuole essere lasciato dalla marmellata perché non vuole essere lasciato solo ed essere gettato nella spazzatura. Una candela e un accendino: dove la candela non vuole essere accesa dall'accendino perché ha poco da esaurirsi e scomparire e l'accendino vuole accenderla perché se non lo fa, il padrone di casa li sostituirà con la luce elettrica. I partecipanti lavoreranno a coppie.

Attività teatrale 4: SCENE CON OGGETTI

Descrizione passo dopo passo: FASE 1

Ogni coppia pensa a due oggetti per un'altra coppia (vedi nota 1) e a quale conflitto potrebbe esserci tra gli oggetti e quanto è urgente risolvere il conflitto. L'oggetto sarà incarnato dall'altra coppia. Una volta che tutti hanno pensato agli oggetti, la coppia dovrebbe dirli davanti al gruppo in modo che tutti possano sentire quale oggetto hanno assegnato a ciascuno. La coppia che sceglie i due oggetti è anche responsabile dell'assegnazione dell'oggetto concreto a ciascuno dei membri dell'altra coppia (per esempio: Maria sarà il cucchiaino e Marco il bicchiere). Il facilitatore deve controllare che i conflitti abbiano le seguenti caratteristiche: legame, conflitto e urgenza.

Nota 1: l'assegnazione della coppia a cui pensare gli oggetti può essere fatta come nella dinamica precedente, disposta in cerchio, o in qualsiasi altro modo che garantisca che tutte le coppie abbiano un'altra coppia assegnata a pensare ai loro oggetti.

Descrizione passo dopo passo: FASE 2

Ognuno scrive sul proprio quaderno le caratteristiche dell'oggetto che gli è stato dato. Ad esempio: Sono una teiera colorata, sono morbida, fatta di porcellana, ecc.

Descrizione passo dopo passo: FASE 3

La persona che ha scritto le proprie qualità come oggetto deve sceglierne tre che possano avere a che fare con se stessa come persona e allo stesso tempo con l'oggetto. Una volta scelte, devono leggerle ad alta voce.

Descrizione passo dopo passo: FASE 4

Successivamente, ogni persona deve umanizzare questi oggetti poco a poco: camminare, dare voce, ecc. con le caratteristiche che ha dato all'oggetto. Ciò significa che deve basarsi sulle qualità dell'oggetto che ha descritto in precedenza e usarle nel movimento del corpo, nella voce, ecc. Fanno un lavoro di carattere individuale che dovrebbe piacerli e che gli dà un contributo.

Ad esempio, in questo caso, il facilitatore può chiedere loro *qual è l'emozione che predomina nell'oggetto*. I partecipanti possono quindi cercare un modo più umano e più comodo per tenere e mantenere la qualità dell'oggetto, poiché non è comodo

mantenere una posizione a cui non sono abituati. Il facilitatore può chiedere ai partecipanti di fare un gesto, anche piccolo, che li aiuti a entrare nell'oggetto e che ricordi loro cosa stanno rappresentando per integrare alcune qualità dell'oggetto. Si tratta di un processo individuale in cui danno vita all'oggetto, quindi si raccomanda di non interagire tra loro e di concentrarsi sul proprio processo di creazione.

Descrizione passo dopo passo: FASE 5

L'ultima fase consiste nel visualizzare le scene una alla volta oppure, a seconda del tempo a disposizione del facilitatore, si può far lavorare tutti contemporaneamente. In questo caso ci si può fermare un po' in ogni scena in modo che quando la si vede appropriata si possa dire *STOP: stiamo per vedere un po' di questa scena* (di una particolare coppia), *continuiamo...* e ognuno torna alle proprie scene.

Tuttavia, il facilitatore deve tenere presente che questo non è consigliabile se ci sono più di 5 coppie. Un'altra opzione per lavorare in un gruppo numeroso è che il facilitatore passi accanto alle coppie mentre gli altri continuano a lavorare.

Attività teatrale 4: SCENE CON OGGETTI

Dibattito e riflessione

Il facilitatore può chiedere come è andata la scena. Le domande possibili sono: *come vi siete sentiti; cosa avete scoperto quando vi siete immedesimati in quel personaggio/oggetto; cosa vi ha portato e se avete capito qualcosa.*

Poiché le dinamiche si svolgeranno in un ambiente educativo, il facilitatore non deve aprirsi troppo e portare la persona a mettere in relazione la situazione con la propria vita e a trovare un legame con essa - la propria biografia. Il contesto non è un contesto terapeutico, e il facilitatore può essere o meno un terapeuta, e non essere in grado di accompagnare il partecipante se tocca qualche argomento profondo.

Attività teatrale 4: SCENE CON OGGETTI

Suggerimenti per l'adattamento nel lavoro con i giovani con autismo

Alcune persone Asperger possono mostrare da un lato una specifica attenzione ai dettagli (difficoltà a spostare l'attenzione e/o difficoltà a concentrarsi sulle informazioni salienti, intendendo con ciò le informazioni utili per il compito) e dall'altro una rigida competenza logica che li facilita e li guida nella comprensione del mondo (rendendo così le esperienze più prevedibili e comprensibili). Questi aspetti possono influenzare la descrizione degli oggetti e la successiva "animazione" delle loro caratteristiche.

Le persone Asperger potrebbero aver bisogno di riflettere sulle caratteristiche degli oggetti e sulla loro trasformazione da inanimati ad animati. Per alcuni potrebbe essere utile avere coppie di oggetti reali per capire la loro interdipendenza e dare "voce" al loro stato.



Attività teatrale 5: FOGLI SUL PAVIMENTO

Argomento: Teatro di terapia della Gestalt

Durata: Circa 60 minuti.

Materiali: Fogli A4 vuoti, pennarello spesso, musica di sottofondo.

Obiettivi di apprendimento

Esplorare le reazioni emotive, cognitive e corporee dei partecipanti all'improvvisazione di vari ruoli e/o all'esecuzione di determinati compiti in modo improvvisato. Facilitare la consapevolezza del partecipante sugli effetti dell'improvvisazione su personaggi diversi da sé. Imparare a mettersi nei panni di un personaggio teatrale per prendere coscienza dei propri aspetti psico-emotivi.

Regole della Gestalt Theatre Therapy (GTT) per ogni attività

- 1) Non possono esserci danni fisici di alcun tipo alla persona con cui si sta lavorando. Questo include anche che non si possono usare argomenti di vita reale nelle scene che potrebbero danneggiare il partner (per esempio, se uno dei personaggi, nella vita reale, ha una disabilità fisica, sarebbe assolutamente vietato usare questa disabilità come argomento nelle scene).
- 2) Non possiamo fare del male nemmeno a noi stessi.
- 3) Non possiamo rompere o distruggere nulla nello spazio (tende, finestre...). Si applica la regola "chi rompe paga".

Attività teatrale 5: FOGLI SUL PAVIMENTO

Preparazione

Sui fogli di carta, il facilitatore scriverà una circostanza, un'emozione, un ruolo o una qualità personale. Esempi: madre, politico, senzatetto, omicida, donna incinta, distrutto, senza vergogna, estroverso, introverso, ecc. Ognuno di questi elementi deve essere scritto su un foglio separato.

I cuscini vengono distribuiti nella stanza o nell'aula. I fogli di carta vengono posizionati su ogni cuscino, in modo che ogni cuscino abbia il suo foglio e ci siano tanti cuscini quanti sono i partecipanti.

Attività teatrale 5: FOGLI SUL PAVIMENTO

Descrizione passo dopo passo

FASE 1

I partecipanti sono invitati a entrare nella stanza e a dedicare un po' di tempo a osservare i cuscini e ciò che vi si trova.

FASE 2

Si chiede loro di avvicinarsi a un cuscino che ha attirato la loro attenzione e di mettersi in piedi davanti ad esso. Se più persone scelgono lo stesso cuscino, possono dividerlo.

Attività teatrale 5: FOGLI SUL PAVIMENTO

FASE 3	Una volta che tutti sono davanti a un cuscino, viene chiesto loro di osservarlo, chiudere gli occhi e lasciarsi riempire dalla qualità scritta sul cuscino. Quando la musica inizierà a suonare, si sarà già entrati in quel personaggio e si chiederà loro di iniziare a camminare nello spazio con quella qualità già integrata.
FASE 4	L'obiettivo è che esplorino, si muovano, interagiscano con gli occhi, parlino con gli altri, ecc. ma sempre a partire dalla qualità, dal ruolo o dal legame che hanno. Durante la passeggiata e l'interazione, il facilitatore alzerà il volume della musica alcune volte. Questo significa che ogni persona deve portare il proprio personaggio al limite del desiderio, cioè intensificare ciò che il personaggio vuole fare (vedi nota 1).
PASSO 5	Si dice loro di tornare di nuovo al cuscino da cui sono usciti. Una volta tornati lì, sono invitati a chiudere gli occhi, a lasciarsi andare, a sentire ciò che li muove e ciò che sta accadendo loro. Dovrebbero anche osservare cosa ha a che fare con loro il fatto di aver preso quel cuscino, perché quello e non un altro.
NOTE	È importante che il facilitatore avverta che a un certo punto dell'esercizio l'intensità del volume verrà alzata e che questo significherà che i partecipanti dovranno spingere il ruolo al limite. Un buon momento per questo è proprio all'inizio della fase 3, quando i partecipanti iniziano a camminare per la stanza.

Attività teatrale 5: FOGLI SUL PAVIMENTO

Dibattito e riflessione

Come vi siete sentiti; perché quel cuscino; cosa ha a che fare la vostra scelta con voi; cosa avete scoperto di quel personaggio; come vi siete sentiti nell'interazione con gli altri; qual è il cuscino che vi è piaciuto di meno e perché?

Attività teatrale 5: FOGLI SUL PAVIMENTO

Suggerimenti per l'adattamento nel lavoro con i giovani con autismo

La persona Asperger può avere difficoltà a cogliere il significato profondo di qualità (come "introverso") e può essere utile indirizzare lo studente o utilizzare "personaggi", come ad esempio. "senzate" o "donna incinta" che possono essere compresi e meglio immaginati nelle loro caratteristiche essenziali.

Attività teatrale 6: IL MIO SÉ ANIMALE

Argomento: Teatro di terapia della Gestalt

Durata: Più di 60 minuti.

Materiali: Musica della foresta o della giungla come sottofondo. Luci d'ambiente con filtri verdi, rossi o blu per creare maggiore atmosfera. Lavagna a fogli mobili. Cuscini, lenzuola, coperte, tappetini.

Obiettivi di apprendimento

Sviluppare la spontaneità e la creatività dei partecipanti attraverso il gioco teatrale con gli animali.

Esplorare le caratteristiche del partecipante a livello psicologico attraverso la sua proiezione nella creazione e improvvisazione dell'animale scelto.

Promuovere la consapevolezza dei propri modelli di comportamento e valori.

Lavorare sulla creatività e sull'alfabetizzazione emotiva dei partecipanti.

Regole della Gestalt Theatre Therapy (GTT) per ogni attività

1) Non possono esserci danni fisici di alcun tipo alla persona con cui si lavora. Questo include anche che non si possono usare argomenti di vita reale nelle scene che potrebbero danneggiare il partner (per esempio, se uno dei personaggi, nella vita reale, ha una disabilità fisica, sarebbe assolutamente vietato usare questa disabilità come argomento nelle scene).

2) Non possiamo fare del male nemmeno a noi stessi.

3) Non possiamo rompere o distruggere nulla nello spazio (tende, finestre...). Si applica la regola "chi rompe paga".

Attività teatrale 6: IL MIO SÉ ANIMALE

Preparazione

La stanza deve essere chiara e aperta. Si possono spargere cuscini per la stanza e anche un lenzuolo o un telo è utile per l'attività. Negli angoli si possono mettere delle luci con filtri colorati, mentre al centro, se possibile, dovrebbe essere più buio, creando un'atmosfera di mistero e non troppa luce.

Attività teatrale 6: IL MIO SÉ ANIMALE

Descrizione passo dopo passo: FASE 1

Riscaldamento. Una dinamica di movimento corporeo che aiuta il gruppo ad attivare e connettersi con il proprio corpo. Qualsiasi attività di danza o di movimento corporeo è appropriata. Deve semplicemente essere qualcosa che li aiuti ad attivarsi e a spendere energia in modo tale che, aiutati dalla fatica fisica,

possano abbassare le difese e darsi il permesso di entrare nella visualizzazione guidata che segue.

Descrizione passo dopo passo: FASE 2

Rilassamento. In primo luogo, viene eseguito un esercizio di rilassamento e di respirazione. Si chiede loro di trovare uno spazio nella stanza dove potersi sdraiare, se possibile, con spazio sufficiente per sé e senza essere in contatto con un altro partner, e di mettersi comodi con tappetini, coperte, ecc. Si chiede loro di rilassare il corpo dalla parte inferiore del corpo verso l'alto. Prima i piedi, le caviglie, i polpacci, le ginocchia, le cosce, l'addome, il petto, le spalle, il collo, il mento, le braccia, le mani, le guance, gli occhi. Sempre con calma, lentamente e dicendo che queste parti si stanno rilassando, stanno diventando più pesanti, stanno notando come si fondono con il terreno, ecc. in modo da facilitare il rilassamento.

Descrizione passo dopo passo: FASE 3

Visualizzazione. Una volta che il rilassamento è stato più o meno raggiunto, inizia la visualizzazione successiva:

Vi invitiamo a fare un viaggio con la fantasia in una foresta (mettete i suoni della giungla). La foresta è rigogliosa e c'è molta vegetazione. Osservate la vegetazione e vedete alcuni cespugli che si muovono. Continuate a guardarli, vi avvicinate e... (vedi nota 1) appare un animale. Di che animale si tratta? Il primo animale che vedete è l'animale che diventerete. Non cambiatelo. Abbiate fiducia, perché l'animale che avete visto, per quanto strano possa essere, è l'animale con cui dovete lavorare oggi. A poco a poco immaginate che il vostro corpo diventi il corpo di quell'animale e che stia prendendo forma, corpo, muscoli, scheletro, con la sua pelle, i suoi peli, le sue piume... L'animale comincia a muoversi un po' nel vostro sito. Non siete più umani; siete quell'animale. Non si può più parlare a parole, ma si può comunicare. Potete iniziare a pensare a quale suono emette il vostro animale. Come comunica, come si muove.

Da questo momento inizia un'improvvisazione di gruppo in cui ognuno è un animale e ognuno agirà a partire dal proprio animale e il titolo di questa improvvisazione è: una giornata nella natura. L'improvvisazione durerà finché il facilitatore non farà un segnale per indicare chiaramente che è finita.

Nota 1: La sorpresa dell'apparizione dell'animale deve essere accompagnata dall'intonazione della voce dell'animatore, per incoraggiarli a continuare e a partecipare alla visualizzazione.

Suggerimenti per l'animatore: Osservare attentamente i diversi ruoli assunti dai personaggi: che tipo di animale scelgono e come si comportano, come interagiscono con gli altri. Il facilitatore può prendere nota delle sue osservazioni, in modo da avere, al termine dell'improvvisazione, del materiale su cui lavorare. La durata approssimativa dell'improvvisazione dovrebbe essere di almeno 25-30 minuti. L'improvvisazione si svolge nell'arco di una giornata. Il facilitatore fornisce il contesto e spiega che l'improvvisazione inizia la mattina presto e, man mano che il tempo passa, si danno indicazioni sul passare delle ore, fino all'arrivo del tramonto, della notte profonda, ecc.

Descrizione passo dopo passo: FASE 4

Indicare che la dinamica è finita (con un campanello o con il codice impostato per terminare l'improvvisazione).

Descrizione passo dopo passo: FASE 5

Intervista. Sono invitati a formare gruppi di tre in cui ognuno di loro, ancora nel ruolo di animale, si numererà da uno a tre. Una volta numerati i numeri 2 e 3 di ogni gruppo, abbandoneranno il ruolo di animale e intervisteranno il numero 1, ancora nel ruolo di animale. *Com'è la tua vita, come ti senti nella tua vita di animale, con chi vivi, come ti nutri, di cosa hai bisogno nella tua vita, cosa ti rende felice, di cosa hai paura, di cosa sei preoccupato?* Le tre persone del terzetto si alternano nel ruolo di intervistatore di animali. Ogni volta che l'intervistato cambia, viene incoraggiato a riconnettersi con il proprio animale e gli altri due pongono loro le stesse domande (vedi nota 2).

Nota 2: Le domande sono già pronte sulla lavagna a fogli mobili, ma non sono visibili fino alla fase cinque.

Descrizione passo dopo passo: FASE 6

Raccolta. Si esegue un de-rotolamento, che consiste nel togliere lentamente l'animale in modo simbolico. I partecipanti fingono di togliersi la pelle e di tornare umani. C'è un momento di riflessione individuale per rendersi conto dell'animale che è apparso nella visualizzazione e di ciò che è accaduto nell'improvvisazione, nell'intervista o in qualsiasi parte della dinamica.

Attività teatrale 6: IL MIO SÉ ANIMALE

Dibattito e riflessione

Condividete nel grande gruppo: *come vi siete sentiti, c'è stato qualcosa che vi ha colpito, cosa è stato più difficile, cosa è stato più facile e qualsiasi altra cosa abbiate notato e vogliate condividere.*

Attività teatrale 6: IL MIO SÉ ANIMALE

Suggerimenti per l'adattamento nel lavoro con i giovani con autismo

Come spiegato nelle attività precedenti, le capacità sensoriali e percettive delle persone Asperger devono essere tenute in considerazione. Si rinnova quindi la necessità di prestare particolare attenzione agli elementi sensoriali (suoni, rumori, luci, ...) da parte degli animatori.

Attività teatrale 7: LA FAMIGLIA

Argomento: Teatro di terapia della Gestalt

Durata: 60 minuti.

Materiali: Etichette, pennarelli, carta (una lettera); musica di sottofondo per creare l'atmosfera; sedie, alcuni tavoli e utensili da cucina.

Obiettivi di apprendimento

Prendere coscienza della percezione che la persona ha del proprio ruolo nella famiglia d'origine.

Riflettere su quali aspetti del ruolo del partecipante nella propria famiglia rafforzano o inibiscono l'assunzione di responsabilità proprie o altrui nel nucleo familiare.

Aiutare il partecipante a prendere coscienza della propria responsabilità come membro del proprio albero genealogico.

Analizzare il ruolo che il partecipante ha nella sua famiglia e se ha bisogno o desidera fare dei cambiamenti in questo senso.

Regole della Gestalt Theatre Therapy (GTT) per ogni attività

1) Non possono esserci danni fisici di alcun tipo alla persona con cui si sta lavorando. Questo include anche che non si possono usare argomenti di vita reale nelle scene che potrebbero danneggiare il partner (per esempio, se uno dei personaggi, nella vita reale, ha una disabilità fisica, sarebbe assolutamente vietato usare questa disabilità come argomento nelle scene).

2) Non possiamo fare del male nemmeno a noi stessi.

3) Non possiamo rompere o distruggere nulla nello spazio (tende, finestre...). Si applica la regola "chi rompe paga".

Attività teatrale 7: LA FAMIGLIA

Preparazione

Tutti questi materiali vengono collocati in un luogo della stanza in modo che siano a disposizione dei partecipanti quando inizia l'improvvisazione.

Etichette con scritti i diversi ruoli di una famiglia (padre, madre, fratello della madre, sorella maggiore della madre, nonna, cane, canarino, ecc.)

Attività teatrale 7: LA FAMIGLIA

Descrizione passo dopo passo: FASE 1

Il facilitatore pone al gruppo una domanda su cui riflettere: *qual è il vostro ruolo nella vostra famiglia d'origine* (per esempio: quello che si occupa sempre delle feste, quello passivo che non è mai disponibile a fare qualcosa con loro, quello che pacifica i conflitti, ecc.)

Attività teatrale 7: LA FAMIGLIA

Poi viene detto ai partecipanti che faranno un'improvvisazione di gruppo in cui lavoreranno al massimo 10 persone. Sceglieranno il ruolo che interpreteranno (padre, madre, figlio, cognato, ecc.). Ogni persona dice il personaggio che ha scelto e mette un'etichetta con il ruolo. Dal momento in cui indossano l'etichetta, salgono sul palco per interpretare il ruolo, iniziando a muoversi e a comportarsi come farebbe il personaggio. Una volta che sono tutti sul palco, devono organizzare l'albero genealogico in modo che i legami tra loro siano chiaramente visibili e che sia chiaro come la famiglia sia costituita a livello gerarchico. Sono invitati a camminare per lo spazio semplicemente sentendo, senza dover mostrare come si sentono, i legami che hanno con ciascuna di queste persone: a chi si sentono più vicini, di chi si fidano di più, di chi non si fidano, con chi si sentono a proprio agio, ecc. Come in ogni famiglia, non tutti hanno lo stesso rapporto con tutti. Lasciate che continuino a camminare e a incarnarsi in questi ruoli.

Descrizione passo dopo passo: FASE 2

Il conflitto è dovuto al fatto che la casa di famiglia appartenente alla bisnonna ha ricevuto un ordine di esproprio perché un'autostrada passerà proprio dove si trova la casa. La famiglia ha difficoltà a mettersi d'accordo su come dividere il denaro, su quale numero di conto o quali conti fornire, perché alcuni vogliono vendere la casa, altri no, altri pensano che sia più giusto ricevere di più, e così via. E tutto questo deve essere fatto con grande fretta, perché la domanda di risarcimento scade tra 10 minuti, altrimenti perderanno il diritto a ricevere l'aiuto, oltre che la casa. In questa scena devono essere in conflitto, non possono essere d'accordo.

"Siete la famiglia López-Gómez, la vostra defunta bisnonna è morta e vi ha lasciato una casa di famiglia nei Pirenei francesi. Purtroppo lo Stato sta progettando la costruzione di un'autostrada che attraverserà questa zona, per la quale vi offre un risarcimento di un milione di euro. Dovete organizzarvi in fretta, perché mancano solo 10 minuti alla scadenza e dovrete decidere un numero di conto su cui versare, dopodiché perderete ogni diritto all'indennizzo e perderete la vostra proprietà".

Ogni personaggio che riceve l'etichetta con la propria identità, entra automaticamente in scena essendo il personaggio in questione e inizia a elaborarlo e a sentirlo nel proprio corpo, camminando come il personaggio, parlando come lui, guardando il mondo dal punto di vista dei suoi bisogni, desideri e/o paure, ecc.

Una volta che tutti i personaggi sono sul palco, il facilitatore dice "azione" e lascia che l'improvvisazione si svolga per circa 20-30 minuti e, se volete, potete aggiungere tensione alla scena sussurrando cose nelle orecchie dei personaggi. Questo contribuirà a rendere la scena più dinamica e attiva. Ad esempio, si può dire alla nonna di fingere un infarto, al padre di famiglia di dichiarare solennemente alla famiglia che sta uscendo allo scoperto perché ha un'amante, alla madre di andare

Attività teatrale 7: LA FAMIGLIA

a vivere in Messico perché ha scoperto che la sua vocazione è quella di diventare torero, ecc. Sono indicazioni che aiutano a riattivare l'interesse per il conflitto, ma solo se il facilitatore percepisce che la dinamica sta scemando e non c'è più la scintilla nella scena.

L'obiettivo è osservare le strategie e i comportamenti di ciascun personaggio come un modo diverso per facilitare la consapevolezza di come le persone si muovono nella vita, di cosa segna il loro comportamento, di come esprimiamo ciò di cui abbiamo bisogno e di cosa dovremmo (o non dovremmo) cambiare in noi stessi.

Descrizione passo dopo passo: FASE 3

Quando l'improvvisazione si interrompe, dite loro: *osservate e rendetevi conto di ciò che avete evitato con il personaggio che avete assunto. Ad esempio: la responsabilità, il fatto di potersi divertire di più se si è fatto un lavoro eccessivo con il personaggio scelto, e così via. Poi il facilitatore dice: rifacciamo l'improvvisazione, ma dovrete cambiare personaggio con un'altra persona e scegliere un altro personaggio che vi permetta di vivere o sperimentare ciò che avete evitato. Il riadattamento e lo scambio dei ruoli dei personaggi avviene in modo tale che ora ogni persona ha un personaggio che, almeno in un certo modo, le permette di vivere ciò che ha evitato (vedi nota 1).*

Nota 1: Il facilitatore deve scegliere il nuovo ruolo in base alle informazioni che ha sul partecipante e a ciò che ha osservato nella dinamica. Dovrebbe consentire al partecipante di continuare a lavorare nella linea di affrontare ciò che non gli è noto.

Descrizione passo dopo passo: FASE 4

L'improvvisazione viene ripetuta. Questa volta è più breve (circa 15 minuti al massimo). L'improvvisazione viene interrotta per passare alla riflessione.

Attività teatrale 7: LA FAMIGLIA

Dibattito e riflessione

Come vi siete sentiti nel secondo personaggio; cosa è successo quando vi siete immedesimati in quel personaggio; che differenza avete notato rispetto al precedente; che cosa ha a che fare con la vostra vita e con voi.

Attività teatrale 7: LA FAMIGLIA

Suggerimenti per l'adattamento nel lavoro con i giovani con autismo



Le persone Asperger potrebbero non comprendere chiaramente il significato di "senso di responsabilità" all'interno del contesto familiare e ciò che questo comporta come azioni, cioè il senso di interdipendenza potrebbe sfuggire loro. Potrebbe essere utile affiancare alla persona Asperger un peer tutor che la aiuti a comprendere (e ad agire di conseguenza) i diversi punti di vista di tutti i partecipanti all'attività.

Attività teatrale 8: POSSIBILI AZIONI CONTRO IL BULLISMO

Argomento: Bullismo

Durata: Circa 60 minuti.

Materiali: Nessuno.

Obiettivi di apprendimento

Promuovere la consapevolezza del fenomeno del bullismo.
Sviluppare l'empatia dei giovani con i protagonisti di una situazione di bullismo.

Sviluppare la capacità dei giovani di identificare quando si verifica una situazione di bullismo e cosa si deve fare in quel caso.

Capire cosa può portare una persona a compiere atti di bullismo nei confronti di un'altra nel contesto scolastico.

Sensibilizzare l'opinione pubblica nel suo complesso e dare voce agli studenti che si sentono vittime di bullismo nell'ambiente scolastico o che possono essere esposti al bullismo.

Promuovere un maggiore consolidamento dell'espressione drammatica attraverso questo tipo di improvvisazione teatrale.

Regole della Gestalt Theatre Therapy (GTT) per ogni attività

1) Non possono esserci danni fisici di alcun tipo alla persona con cui si lavora. Questo include anche che non si possono usare argomenti di vita reale nelle scene che potrebbero danneggiare il partner (per esempio, se uno dei personaggi, nella vita reale, ha una disabilità fisica, sarebbe assolutamente vietato usare questa disabilità come argomento nelle scene).

2) Non possiamo fare del male nemmeno a noi stessi.

3) Non possiamo rompere o distruggere nulla nello spazio (tende, finestre...). Si applica la regola "chi rompe paga".

Attività teatrale 8: POSSIBILI AZIONI CONTRO IL BULLISMO

Preparazione

Istruire coloro che si esibiranno in scene di bullismo in modo che abbiano chiaro il tipo di situazione che dovranno improvvisare. È necessario che si preparino prima dell'attività con gli elementi e i costumi necessari per dare la sensazione del contesto scolastico e della situazione di violenza che andranno a riprodurre.

Attività teatrale 8: POSSIBILI AZIONI CONTRO IL BULLISMO

Descrizione passo dopo passo

FASE 1	<p>Rappresentazione teatrale di circa 5 minuti in cui viene raccontata una storia di bullismo. La scena deve essere congelata nel momento di massima violenza (il bullo alza la mano verso il bullizzato). Vedi nota 1.</p> <p><u>Nota 1:</u> questa attività non ha una scena descritta, poiché le realtà tra i centri nei diversi Paesi possono essere molto variabili e il facilitatore che sviluppa l'attività avrà gli strumenti necessari per generare una storia che si adatti alla realtà del centro.</p>
FASE 2	<p>Il facilitatore interviene per chiedere al pubblico in quale momento della storia potrebbe accadere qualcosa di diverso per indirizzare la storia verso un finale più positivo. È allora che il pubblico inizia a sentirsi parte della storia. I suggerimenti sono improvvisati sul momento da chi li propone.</p> <p><u>Esempio:</u> qualcuno propone che la vittima si ribelli in qualche modo; in questo caso, la persona che stava interpretando la vittima esce di scena ed entra la persona che propone, per riattivare la scena e vedere cosa succederebbe se accadesse ciò che propone.</p>
FASE 3	<p>Il pubblico viene diviso in piccoli gruppi per discutere di alcune situazioni di violenza o bullismo di cui sono a conoscenza o che potrebbero trovarsi ad affrontare nelle loro scuole.</p>
FASE 4	<p>La parte finale dell'attività prevede lo sviluppo di un contratto di convivenza per le scuole, redatto con l'aiuto delle informazioni fornite da insegnanti e studenti. Questo accordo deve essere approvato e firmato da ciascuno degli studenti.</p>
NOTE	<p>NOTA: è consigliabile svolgere questa attività prima di quella intitolata: "Bullismo a scuola" che approfondisce la vita dei personaggi.</p> <p>L'obiettivo è che esplorino, si muovano, interagiscano con gli occhi, parlino con gli altri, ecc. ma sempre a partire da quella qualità, ruolo o legame che hanno.</p>

Attività teatrale 8: POSSIBILI AZIONI CONTRO IL BULLISMO

Dibattito e riflessione

Agli studenti: come vi siete sentiti, c'è qualcosa che vi ha colpito, cosa è stato più difficile, cosa più facile e qualsiasi altra cosa abbiate notato e vogliate condividere.

Al pubblico: Cosa provate quando vedete queste scene? Cosa pensate di ciò che avete visto? Pensate che si tratti di un evento isolato o che sia qualcosa di comune? Cosa

può fare chi si trova in questa situazione di molestie? A chi può rivolgersi per chiedere aiuto? Cosa fareste voi se foste la vittima?

Attività teatrale 8: POSSIBILI AZIONI CONTRO IL BULLISMO

Suggerimenti per l'adattamento nel lavoro con i giovani con autismo

Una persona Asperger è spesso socialmente ingenua, sicura di sé e ansiosa di appartenere al "gruppo". Inoltre, sembra che siano anche carenti nella capacità di identificare il tipo di personalità, le caratteristiche e le abilità dei loro coetanei e quindi non capiscono o fraintendono le espressioni dei loro pari. In questa attività, più che in altre, può diventare necessario spiegare in anticipo che si tratta di finzione e non di realtà e, inoltre, affiancare la persona con un peer tutor.

Attività teatrale 9: IL BULLO A SCUOLA

Argomento: Bullismo

Durata: 60 minuti (o più, a seconda di quanto si vuole prolungare la discussione).

Materiali: Oggetti di scena della scuola (zaini, palla, merenda, ecc.). Altri elementi che i personaggi di una scena di bullismo possono avere con sé.

Obiettivi di apprendimento

Promuovere la consapevolezza del fenomeno del bullismo.
Sviluppare l'empatia dei giovani con i protagonisti di una situazione di bullismo.
Imparare a riconoscere il bullismo e le misure che possono essere adottate quando viene rilevato a scuola, in famiglia e con le vittime e gli aggressori.
Per aiutare i giovani bulli a vedere le loro azioni in uno specchio teatrale.
Incoraggiare i giovani vittime di bullismo a connettersi con una maggiore fiducia in se stessi e a credere di poter generare cambiamenti e concretizzarli.

Regole della Gestalt Theatre Therapy (GTT) per ogni attività

- 1) Non possono esserci danni fisici di alcun tipo alla persona con cui si sta lavorando. Questo include anche che non si possono usare argomenti di vita reale nelle scene che potrebbero danneggiare il partner (per esempio, se uno dei personaggi, nella vita reale, ha una disabilità fisica, sarebbe assolutamente vietato usare questa disabilità come argomento nelle scene).
- 2) Non possiamo fare del male nemmeno a noi stessi.
- 3) Non possiamo rompere o distruggere nulla nello spazio (tende, finestre...). Si applica la regola "chi rompe paga".

Attività teatrale 9: IL BULLO A SCUOLA

Preparazione

Questa attività richiede una preparazione preliminare con due volontari del gruppo. PREPARAZIONE DEI VOLONTARI: parlate con i due volontari del gruppo di partecipanti che sono disposti a svolgere il ruolo di attori o attrici nell'esercizio. Spiegate che uno interpreterà il ruolo del bullo e l'altro quello della vittima. Dovranno fare una breve improvvisazione in cui ricreeranno una situazione di bullismo, ad esempio una situazione in cui il bullo ferma la vittima nel corridoio della scuola e inizia a rimproverare la persona vittima di bullismo di dare al bullo la sua merenda o di dargli i suoi appunti, di prendere il suo cellulare, ecc. La vittima inizia a resistere (il facilitatore fornisce alcune linee guida in base all'esperienza di bullismo nella scuola in cui lavora, in modo che gli studenti possano entrare nella dinamica e sia affidabile con la realtà scolastica).

Si istruiscono e si dice loro che questa aggressività deve trasformarsi a poco a poco in qualcosa di più violento, finché non arriva un momento in cui il molestatore arriva all'azione più violenta, che è quella di alzare la mano come per attaccare la vittima, ma proprio in quel momento devono bloccarsi.

La parte successiva della preparazione consiste nel dire agli attori che ci sarà un momento in cui verrà chiesto loro di sedersi su una sedia rivolta verso il pubblico, una parte che può essere chiamata "la poltrona calda". In quel momento c'è una licenza teatrale in quanto gli attori, pur essendo seduti insieme, immaginano di non sentire ciò che l'altro dice dell'altro. In questa fase di hot seat, gli attori dovranno rispondere alle domande poste dalle persone del pubblico. Queste domande devono essere basate su tre diversi livelli: livello sociale, livello di amicizia e livello di intimità.

Primo livello: sociale. Il facilitatore filtra le domande irrilevanti che non rientrano negli obiettivi dell'attività, impedendo di rispondere se non lo ritiene opportuno. Si tratta di domande volte a capire il perché di alcune azioni in queste situazioni di bullismo: perché uno è una vittima, perché l'altro è un bullo e perché fanno quello che fanno. Gli altri studenti fanno domande come se fossero persone per strada, che non sono loro amici, che non si conoscono. Osservate cosa succede, come rispondono in un livello di intimità così basso.

Il facilitatore deve dire agli attori che quando passeranno al livello dell'amicizia, dovranno togliere qualcosa (un accessorio, per esempio una sciarpa, un paio di occhiali, un berretto...) La rimozione di un elemento aiuta a identificare che sono nel livello successivo. Il simbolismo dell'azione si realizza attraverso la rimozione, non l'aggiunta, poiché l'idea è quella di approfondire ciascuno dei livelli di interazione tra il pubblico e i personaggi.

Secondo livello: amicizia. In questa fase si presume che gli intervistati siano amici di questi personaggi e li conoscano un po', così gli attori possono impegnarsi di più

nelle loro risposte e il pubblico può scoprire informazioni un po' più importanti o intime.

Terzo livello: l'intimità. È come se l'interrogante fosse il partner del personaggio, un amico intimo o una persona molto vicina al personaggio. L'attore/attrice può aprirsi completamente e può dire davvero la sua verità sulla situazione che stava rappresentando in scena. A questo punto, le domande possono in qualche modo far emergere anche informazioni su come è stata la sua infanzia, se ci sono state difficoltà familiari, ecc. Il facilitatore può ottenere risposte più chiare a domande che dal punto di vista sociale non potevano essere poste o che potevano addirittura non trovare risposta.

PREPARAZIONE DEL GRUPPO: si visualizzerà una scena che potrebbe accadere in qualsiasi scuola o istituto e si chiederà loro semplicemente di osservare con attenzione e di prestare attenzione a ciò che provano, perché poi avranno la possibilità di partecipare a ciò che sta accadendo.

Attività teatrale 9: IL BULLO A SCUOLA

Descrizione passo dopo passo

FASE 1

La scena di improvvisazione della situazione di molestia viene eseguita e si paralizza quando il molestatore alza la mano per attaccare l'altro - il momento di maggiore violenza.

FASE 2

Prima di entrare in scena, viene aperto il "teatro forum". In questo momento i partecipanti possono avvicinarsi a ciascuno dei personaggi, che sono congelati nel movimento. Sono invitati a mettere la mano sulla spalla del personaggio e a dire cosa pensano stia provando (primo livello). Si può chiedere loro cosa pensano che il personaggio stia pensando (secondo livello), ad esempio: Ho paura, mi sento potente, punirò questo sciocco (questo deve essere detto in prima persona, come se fosse l'esperienza del personaggio nel momento presente).

FASE 3

Seduta calda: una volta che i personaggi sono seduti, il facilitatore spiega che in realtà si trovano in stanze diverse, anche se sono seduti uno accanto all'altro, e che non possono sentirsi a vicenda. A questo punto il pubblico può fare tutte le domande che desidera, avvertendo che esistono i tre livelli di interazione di cui gli attori sono stati precedentemente informati. Dal punto di vista sociale sarebbe molto rischioso porre alcune domande, ad esempio: Tuo padre ti picchia? perché le persone che stanno recitando non risponderanno perché, se non c'è un legame e non si conoscono, non è una domanda adatta al livello sociale. Il personaggio potrebbe anche dire: se non ti conosco affatto, chi sei tu per chiedermi questo (vedi nota 1).

Attività teatrale 9: IL BULLO A SCUOLA

Nota 1: Poiché le dinamiche sono state spiegate in anticipo ai volontari, questi dovrebbero già sapere quando rispondere o meno alle domande. Tuttavia, il facilitatore deve essere attento ad aiutare gli attori o a tagliare le domande inappropriate del pubblico.

Attività teatrale 9: IL BULLO A SCUOLA

Dibattito e riflessione

Cosa ne pensate dell'improvvisazione? Come vi è sembrata la risposta dei protagonisti? Avreste agito diversamente? Cosa pensate di questa situazione? Pensate che sia comune? È eccezionale? Conoscete altri casi nel vostro centro? Avete mai svolto uno di questi due ruoli? Siete stati osservatori? Cosa pensate si possa fare nel caso in cui questo accada o cosa vi accadrà?

Nel ruolo della vittima: cosa può fare una persona vittima di bullismo?

Nel ruolo del bullo: Che senso ha prendersela con qualcuno o rendergli la vita difficile?

Attività teatrale 9: IL BULLO A SCUOLA

Suggerimenti per l'adattamento nel lavoro con i giovani con autismo

La situazione sociale proposta nell'attività è particolarmente complessa per la persona Asperger sia per il ritardo nella maturazione sociale e nel pensiero sociale, sia per la difficoltà a controllare e comunicare le emozioni. Potrebbe essere utile lasciare più tempo per "ascoltare" i commenti dei compagni e affiancargli un partner che li sostenga nel controllo delle emozioni e nell'eventuale esposizione dei propri pensieri.

Attività teatrale 10: GLI SCULTORI

Argomento: Teatroterapia della Gestalt

Durata: 60 minuti.

Materiali: Musica strumentale di sottofondo il più possibile neutra. Macchina fotografica o cellulare con fotocamera.

Obiettivi di apprendimento

Facilitare la consapevolezza di quegli schemi di comportamento che abbiamo nella nostra vita quotidiana, come modo per generare i cambiamenti che riteniamo necessari nel nostro modo di essere.

Generare riflessioni e critiche costruttive sui cambiamenti personali.

Sviluppare la creatività e la spontaneità.

Regole della Gestalt Theatre Therapy (GTT) per ogni attività

1) Non possono esserci danni fisici di alcun tipo alla persona con cui si sta lavorando. Questo include anche che non si possono usare argomenti di vita reale nelle scene che potrebbero danneggiare il partner (per esempio, se uno dei personaggi, nella vita reale, ha una disabilità fisica, sarebbe assolutamente vietato usare questa disabilità come argomento nelle scene).

2) Non possiamo fare del male nemmeno a noi stessi.

3) Non possiamo rompere o distruggere nulla nello spazio (tende, finestre...). Si applica la regola "chi rompe paga".

Attività teatrale 10: GLI SCULTORI

Preparazione

Il facilitatore informa il gruppo che deve dividersi in coppie. Una volta in coppia, uno è "persona A" e l'altro "persona B". Poi il facilitatore spiega che i partecipanti devono pensare a quale personaggio sono, quale personaggio mostreranno al mondo, se fossero un personaggio del teatro della vita. Non si riferisce a ciò che gli altri vedono in loro, ma a ciò che mostrano agli altri. Per esempio, possono mostrare di essere intelligenti, capaci, risoluti, o forse di essere una persona che ha sfortuna, a cui tutto va male, che si lamenta, che è una vittima, e così via.

Attività teatrale 10: GLI SCULTORI

Descrizione passo dopo passo

FASE 1

In ciascuna delle coppie, la persona A dice alla persona B che aspetto ha il personaggio che sta mostrando al mondo, e poi viceversa. Per prima cosa, la persona B modella A come se il suo corpo fosse di argilla. La persona A mantiene un corpo neutro mentre B lo modifica, creando il personaggio di cui gli ha parlato: muovendo le articolazioni, lo scultore è quello che muove il corpo del compagno, quello scolpito (in questo caso A) si rilassa e lascia fare al compagno. Una volta che B è riuscito a creare la figura, chiamerà il facilitatore per scattare una fotografia di quel personaggio che la persona mostrerà al mondo.

Poi si modella la persona B e si ripete il processo.

FASE 2

I partecipanti trasformeranno questa figura in un personaggio animato ed esagerato. L'idea è quella di creare una versione esagerata del sé che ciascuno mostra al mondo. Viene chiesto loro di trovare uno spazio nella stanza e di riprodurre la figura, la statua, il personaggio che il loro partner ha creato come persona da mostrare al mondo. Viene suonata una musica strumentale e viene detto loro che quando inizia la musica inizieranno a muovere la figura, trasformandola a poco a poco in una figura che ha vita, che ha voce, che ha movimento, che ha un modo specifico di camminare, ecc. Devono sempre partire dalla base che è la figura che gli è stata data e che è il personaggio che loro stessi hanno raccontato e che mostrano al mondo. A poco a poco vengono invitati ad aggiungere sempre più esagerazioni. Poi il gruppo è invitato a interagire tra loro e a fare un'improvvisazione come modo di presentarsi.

Questa fase serve a consolidare il personaggio creato, che è una versione esagerata del carattere che la persona mostra al mondo.

FASE 3

Viene chiesto loro di mettersi in cerchio e, uno alla volta, di venire al centro e di presentarsi con il personaggio che hanno creato.

FASE 4

Individualmente viene chiesto loro di trovare un posto nella stanza e di prendere la scultura iniziale del personaggio che stanno mostrando al mondo. Una volta ottenuta la figura, devono pensare a quale sarebbe il personaggio opposto a quello che stanno mostrando. Individualmente assumeranno la posizione del personaggio antagonista.

PASSO 5

Una volta creata la figura, i partecipanti devono darle vita. Ripetete la fase due, ma con la fase dell'antagonista.

Attività teatrale 10: GLI SCULTORI

Dibattito e riflessione

Si fa un cerchio per riflettere un po' su come è stata la dinamica: *Come si sono sentiti? Cosa pensano della figura dell'antagonista? Cosa capiscono di lui?*

Attività teatrale 10: GLI SCULTORI

Suggerimenti per l'adattamento nel lavoro con i giovani con autismo

Le persone Asperger hanno difficoltà a mantenere e regolare le relazioni con gli altri sfruttando le abilità di comunicazione non verbale (contatto visivo, espressione facciale, attenzione congiunta, prossemica, mimica, ...). In questa attività si può utilizzare anche la strategia del peer tutoring.

Il contatto corporeo può rappresentare una fonte di profondo disagio da parte della persona Asperger e può essere consigliabile, prima di iniziare l'attività, concordare le modalità di "modellamento".

Attività teatrale 11: MIGLIORAMENTO DEL CARATTERE ANTAGONISTA (prima di questo esercizio è necessario svolgere l'esercizio *Gli scultori*).

Argomento: Teatroterapia della Gestalt

Durata: 60 minuti.

Materiali: Frasi rapide di miglioramento ²

Obiettivi di apprendimento

Sviluppare la creatività e la spontaneità.
Sviluppare la capacità di prendere decisioni in una situazione di conflitto.
Sviluppare le capacità di gestione dei conflitti dei partecipanti.
Sviluppare l'empatia nella comunicazione assertiva.
Sviluppare la capacità di ascolto attivo.
Sviluppare la consapevolezza di sé e dei propri meccanismi di funzionamento psicologico e modelli comportamentali.

Regole della Gestalt Theatre Therapy (GTT) per ogni attività

- 1) Non possono esserci danni fisici di alcun tipo alla persona con cui si lavora. Questo include anche che non si possono usare argomenti di vita reale nelle scene che potrebbero danneggiare il partner (per esempio, se uno dei personaggi, nella vita reale, ha una disabilità fisica, sarebbe assolutamente vietato usare questa disabilità come argomento nelle scene).
- 2) Non possiamo fare del male nemmeno a noi stessi.
- 3) Non possiamo rompere o distruggere nulla nello spazio (tende, finestre...). Si applica la regola "chi rompe paga".

Attività teatrale 11: MIGLIORAMENTO DEL CARATTERE ANTAGONISTA (prima di questo esercizio è necessario svolgere l'esercizio *Gli scultori*).

Preparazione

Poiché dovrebbero aver già svolto l'attività degli scultori, partite dal fatto che i partecipanti sanno già qual è il significato della figura che mostrano al mondo e quale è l'antagonista. Dovranno recuperare l'aspetto di queste due figure perché le utilizzeranno nell'attività. È necessario rendere chiaro il recupero e la memorizzazione delle due figure in quanto dovranno utilizzarle in questa attività.

² Si tratta di frasi brevi e provocatorie che contengono le informazioni minime necessarie per creare una scena GTT improvvisata. Ad esempio: *Mamma dice che oggi tocca a me prendere la macchina; non ti lascio più i miei vestiti, li hai strappati, ecc.* Queste informazioni possono essere sviluppate dai partecipanti stessi l'uno per l'altro, oppure dal facilitatore.

È necessario che le frasi "Quick impro" siano pronte perché dovranno essere utilizzate per l'esercizio di improvvisazione. Si può avvertire i ragazzi che si tratta di un esercizio in cui si eserciteranno nell'improvvisazione a coppie. Come è stato fatto in un'attività precedente, il facilitatore può scegliere di far lavorare le coppie tutte insieme, coppia per coppia o dividere il gruppo a metà.

Attività teatrale 11: MIGLIORAMENTO DEL CARATTERE ANTAGONISTA (prima di questo esercizio è necessario svolgere l'esercizio *Gli scultori*).

Descrizione passo dopo passo

FASE 1	Si chiede al gruppo di dividersi in coppie. A ciascun membro della coppia viene assegnato il numero 1 o il numero 2. Il facilitatore dice al numero 2 che sarà neutrale in attesa della proposta di lavoro che il numero 1 gli porterà. Il facilitatore dice ai numeri 2 che saranno neutrali in attesa della proposta di lavoro che il numero 1 porterà loro. Il facilitatore chiama a raccolta tutti i numeri 1 e, facendo attenzione a non farsi sentire dagli altri, dice loro all'orecchio quale frase dovranno dire: è la frase con cui inizieranno il conflitto. Una volta che tutti hanno la loro frase, tornano dal loro compagno. Al segnale del facilitatore, ognuno inizierà l'improvvisazione dicendo la frase che ha ricevuto e che dà inizio al conflitto.
FASE 2	Lasciate che le coppie improvvisino questa nuova situazione di conflitto. Il facilitatore può avvicinarsi e chiedere: Come vi sentite, qual è la vostra strategia?
FASE 3	Il facilitatore lascia loro il tempo di entrare e sviluppare il conflitto del personaggio che mostrano al mondo, poi a un certo punto si ferma, lascia la scena in sospeso e chiede loro di rientrare nel personaggio antagonista. Per fare questo, la dinamica viene fermata per un secondo, si dà loro l'istruzione di entrare nel personaggio antagonista, affidandosi alla scultura corporea per sentire ciò che hanno esplorato prima, ma non dovranno mantenerla quando la scena riprenderà, ma prenderanno l'atteggiamento a livello energetico. Il conflitto continua da questo nuovo atteggiamento, cioè dal personaggio opposto.
FASE 4	Tornate dai partecipanti e chiedete loro di riflettere su: <i>cosa è cambiato? Come vi sentite ora? Come è cambiata la strategia?</i>
PASSO 5	Il facilitatore dirà: <i>continue dal personaggio opposto e cercate di portarlo al limite del vostro desiderio, il più esagerato possibile. Dopo aver raggiunto questo limite, cercate la fine della scena.</i>

Attività teatrale 11: MIGLIORAMENTO DEL CARATTERE ANTAGONISTA (prima di questo esercizio è necessario svolgere l'esercizio *Gli scultori*).

Dibattito e riflessione

Come vi siete sentiti? Quali strategie avete usato? Cosa pensate di poter imparare dal personaggio antagonista? E la domanda più importante: Che cosa del personaggio antagonista potrebbe esservi utile nella vita quotidiana?

Attività teatrale 11: MIGLIORAMENTO DEL CARATTERE ANTAGONISTA (prima di questo esercizio è necessario svolgere l'esercizio *Gli scultori*).

Suggerimenti per l'adattamento nel lavoro con i giovani con autismo

Le persone Asperger possono avere abilità linguistiche insolite che includono un ampio vocabolario e una sintassi elaborata, ma in combinazione con abilità di conversazione immature (manca la comprensione pragmatica), una prosodia insolita e una tendenza a essere insistenti e ripetitivi. Queste caratteristiche emergono più facilmente quando i pensieri, i contenuti e le emozioni da comprendere ed esprimere sono particolarmente complessi per lo studente. Nello svolgimento di questa attività teatrale può essere utile anche la presenza di un tutor alla pari.

Attività teatrale 12: SUPERHEROES

Argomento: Teatroterapia della Gestalt

Durata: 60 minuti.

Materiali: Lettere/foto di supereroi. Musica neutra. Quaderno personale.

Obiettivi di apprendimento

- Sviluppare la creatività e la spontaneità.
- Sviluppare la capacità di prendere decisioni in una situazione di conflitto.
- Sviluppare le capacità di gestione dei conflitti dei partecipanti.
- Sviluppare l'empatia nella comunicazione assertiva.
- Sviluppare la capacità di ascolto attivo.
- Sviluppare la consapevolezza di sé e dei propri meccanismi di funzionamento psicologico e modelli comportamentali.

Regole della Gestalt Theatre Therapy (GTT) per ogni attività

- 1) Non possono esserci danni fisici di alcun tipo alla persona con cui si lavora. Questo include anche che non si possono usare argomenti di vita reale nelle scene che potrebbero danneggiare il partner (per esempio, se uno dei personaggi, nella vita reale, ha una disabilità fisica, sarebbe assolutamente vietato usare questa disabilità come argomento nelle scene).
- 2) Non possiamo fare del male nemmeno a noi stessi.
- 3) Non possiamo rompere o distruggere nulla nello spazio (tende, finestre...). Si applica la regola "chi rompe paga".

Attività teatrale 12: SUPERHEROES

Preparazione

Il facilitatore cerca e prepara delle carte con un personaggio di fantasia, eroe/eroina, tante quante sono le persone del gruppo. Queste carte devono contenere il nome del supereroe/eroina e l'immagine del personaggio eroico.

Le carte sono sparse nello spazio, sul pavimento.

I partecipanti sono avvertiti che si tratta di un lavoro in cui creeranno un personaggio.

Attività teatrale 12: SUPERHEROES

Descrizione passo dopo passo

FASE 1

I membri del gruppo sono invitati a guardare le carte mentre una musica neutra fa da sottofondo e a sceglierne una. Si siedono con la carta - dove vogliono - e il loro quaderno. Quando tutti hanno una carta e sono seduti, viene chiesto loro di scrivere quali poteri avrà il personaggio. Le domande che il facilitatore pone loro sono:

Attività teatrale 12: SUPERHEROES

FASE 2	<ol style="list-style-type: none"> 1. Quali poteri ha il personaggio? 2. Qual è il sogno/desiderio che avete dentro di voi, quello che vi ispira? 3. Qual è il punto vulnerabile del personaggio? 4. C'è qualcosa che la spaventa? <p>Ora è il momento di dare vita al personaggio. Anche in questo caso, si può suonare una musica neutra (o eroica) che invita al movimento e all'interazione, in modo da farli entrare nel ruolo. Potete dire loro di immaginare come camminano, come guardano gli altri, come si sentono. I partecipanti possono includere una frase che questo personaggio potrebbe dire.</p>
FASE 3	<p>Ora dovete dimenticare il personaggio per un momento. Formate delle coppie e ogni coppia penserà a una frase rapida da dare a un'altra coppia. Diranno anche quale membro della coppia è quello che dice la frase (vedi nota 1). Anche in questo caso, tutte le coppie possono lavorare di nuovo contemporaneamente o come desidera il facilitatore. Il facilitatore li aiuta a connettersi con le loro emozioni: <i>come vi sentite, notate tensione in qualche zona, portate la mano lì, fate parlare la zona</i>, ecc. Le domande si riferiscono alla persona, non al personaggio del supereroe.</p>
FASE 4	<p><u>Nota 1:</u> Il facilitatore deve ricordare ai partecipanti che le frasi devono contenere tre elementi: conflitto, legame e urgenza. Chiedete loro di interrompere la scena: <i>Chiudete gli occhi e integrate il supereroe che eravate</i>. Rientrano in esso facendo una statua che lo rappresenti e al segnale del facilitatore gli studenti continuano il conflitto che stavano vivendo. Dovranno risolvere e concludere il conflitto nei panni del supereroe/eroina.</p>

Attività teatrale 12: SUPERHEROES

Dibattito e riflessione

Come vi siete sentiti? Cosa li ha colpiti del personaggio che hanno creato?

Domande sull'improvvisazione: *cosa è successo prima di diventare il supereroe/eroina? Cosa è successo quando hai risolto il problema come eroe/eroina? Cosa hai capito?*

Attività teatrale 12: SUPERHEROES

Suggerimenti per l'adattamento nel lavoro con i giovani con autismo

La situazione sociale proposta nell'attività è particolarmente complessa per la persona Asperger sia per il ritardo nella maturità sociale e nel pensiero sociale, sia per la difficoltà a controllare e comunicare le emozioni. Inoltre, potrebbe esserci

una difficoltà nell'integrare le informazioni. Potrebbe essere utile lasciare più tempo per "ascoltare" i commenti dei compagni e affiancargli un partner che lo sostenga nel controllo delle emozioni e nell'eventuale esposizione dei propri pensieri.

Linee guida

Aspetti importanti per il facilitatore prima di lavorare con la Teatroterapia della Gestalt³

1. Conflitti che possono sorgere durante le sessioni

Nella Terapia della Gestalt il conflitto è sempre presente perché è un elemento della scena teatrale. Ci sono tre elementi fondamentali: il legame dei personaggi, il conflitto e l'urgenza del conflitto. Affinché la scena si sviluppi, il conflitto deve essere attivo e i partecipanti devono entrarvi, altrimenti non sarebbe possibile lavorare con la scena.

Il facilitatore si mette in disparte a distanza di sicurezza, lasciando spazio ai partecipanti che lavorano per sviluppare il conflitto. Il facilitatore permette che il conflitto si svolga nella scena, poiché il conflitto è il seme per imparare come si comportano i partecipanti, le loro abitudini, i loro stili di comunicazione e di risoluzione e gestione dei conflitti, come si sentono, ecc.

Il conflitto può manifestarsi per la sua stessa presenza o anche per la sua assenza. A volte capita che i partecipanti, una volta terminata la scena, rimangano in contrasto tra loro, con una sensazione di conflitto. In questo caso è necessario che il facilitatore ricordi che stiamo lavorando in un contesto di finzione, non devono essere conflitti della vita reale delle persone, ma conflitti immaginari, che vengono utilizzati nel lavoro con le scene.

Questo non è in contraddizione con il toccare emozioni che sono reali, ma i conflitti non dovrebbero toccare circostanze reali della loro vita. Per quanto riguarda le emozioni che i partecipanti provano nelle scene, il facilitatore deve dare spazio alle emozioni che i partecipanti esprimono liberamente, non per fuggire da esse, ma per motivare i partecipanti a dare un nome alle loro emozioni e a sentirle nella scena, dando più consistenza e autenticità ai personaggi che stanno incarnando.

Nel caso in cui i partecipanti rimangano bloccati nel conflitto, il facilitatore dovrebbe riportarli sulla scena, inserirli in un contesto teatrale per risolvere ed esplorare ciò che è accaduto loro e perché sono ancora in conflitto tra loro. Le persone potrebbero non essere state in grado di prendere una distanza sufficiente tra il personaggio interpretato e la vita reale, il che potrebbe essere dovuto al fatto che il personaggio interpretato condivide alcune circostanze reali del partecipante. Per esempio, può darsi che il conflitto non fosse così fittizio e che li toccasse molto a livello della loro stessa storia di vita. La persona può rimanere agganciata al partner e sentirsi in conflitto con lui a causa di ciò che ha vissuto, ma in questo caso è necessario che parli

³ La parola "loro" viene usata per descrivere un individuo in tutto il testo.

ed esprima ciò che le accade e chiarisca ciò che è successo a ciascuno e, se necessario, torni sulla scena in modo che dalla scena possa finire di liberarsi di ciò che potrebbe essere stato agganciato. Nelle persone Asperger, questo è un elemento da tenere presente in quanto molti di loro hanno un'elaborazione lenta delle esperienze e quindi "sostano" nel conflitto per un tempo maggiore rispetto ai loro coetanei.

Poiché il conflitto è un processo di gruppo, se ci sono conflitti nel gruppo, qualunque essi siano, ma sono sorti nel gruppo, la raccomandazione è che i conflitti siano sempre portati al gruppo e che le parti possano esprimere i loro sentimenti sul conflitto e i bisogni che hanno sull'altra persona o su se stessi.

Come ultima fase, il facilitatore chiede cosa propongono le parti per risolvere il conflitto, i sentimenti, i bisogni e le proposte di risoluzione.

È anche importante che il facilitatore stesso sia consapevole del proprio atteggiamento nei confronti dei conflitti, di come li gestisce a livello emotivo quando si verificano in un gruppo o di quale sia la sua percezione, la sua reazione e come li affronta. Questo è necessario affinché siano ben consapevoli del tipo di lavoro che andranno ad affrontare e valutino se hanno le proprie risorse emotive, professionali, personali, ecc. per svolgere questo lavoro in cui si troveranno ad affrontare persone che potrebbero entrare in conflitto.

2. Gestione delle emozioni

È molto importante che il facilitatore abbia ben chiaro che si tratta di un lavoro in cui è impossibile non provare nulla a livello emotivo, poiché la materia prima con cui i professionisti lavorano sono le emozioni delle persone. Per questo è molto importante che il facilitatore abbia un minimo di conoscenza di sé e di come gestisce le proprie emozioni (tristezza, rabbia, gioia... sia le proprie che quelle degli altri). Sapere come gestire le diverse emozioni richiede necessariamente di aver fatto un proprio percorso personale, o almeno di avere una notevole maturità ed esperienza nel campo del lavoro personale. Se il facilitatore non ha lavorato in precedenza sulla propria emotività, potrebbe avere difficoltà a sostenere o accompagnare le situazioni o addirittura non aiutare i partecipanti ad attraversare le scene e a raggiungere un luogo più sano, nel caso in cui abbiano bisogno di un ulteriore supporto. Le persone Asperger possono essere molto sincere e rispondere e/o commentare con frasi che possono "offendere" il facilitatore, l'insegnante o l'educatore. In realtà, questi giovani hanno bisogno di un insegnamento specifico sulla convenzionalità di ciò che può essere espresso; in questa direzione il formatore deve essere consapevole del problema e sostenere la persona Asperger nel diventare assertiva senza offendere (un elemento essenziale anche nella vita adulta).

È importante che non aprano conflitti o scene che pensano possano sfociare in uno sfogo di emozioni che non possono sostenere. Essendo un contesto educativo, è consigliabile concentrarsi sull'alfabetizzazione emotiva, affinché le persone imparino a dare un nome a ciò che provano, a sviluppare le capacità di comunicazione, la loro capacità espressiva e corporea, la loro creatività, la loro spontaneità, ecc.

Quando il facilitatore si addentra negli aspetti emotivi dei partecipanti o nelle emozioni biografiche, deve essere prudente, perché se il professionista non ha un buon lavoro emotivo fatto dentro di sé, gli obiettivi del laboratorio potrebbero non essere raggiunti così facilmente. In breve, è necessario che il facilitatore sia molto attento e che lavori sulla base delle proprie risorse interne e conoscenze teoriche per poter sostenere il gruppo, la persona e le emozioni che vengono messe in gioco durante le improvvisazioni.

3. Difficoltà a gestire le proprie emozioni

Una volta che il facilitatore della terapia della Gestalt inizia a facilitare le attività, i pazienti diventeranno gradualmente consapevoli di quali emozioni li colpiscono di più e quali sono più difficili da sostenere. Osserveranno anche quali sono le circostanze più difficili per loro, come perdite personali (lutti), situazioni di abuso, conflitti con le figure genitoriali, ecc.

È necessario prestare attenzione a quali sono le circostanze più difficili per se stessi per poter lavorare su di esse personalmente ed essere in grado di sostenere il gruppo quando è in relazione con quella circostanza. In questo senso e in virtù di favorire il gruppo, raccomandiamo al professionista di essere responsabile e coerente con il proprio lavoro e di cercare qualsiasi strumento per il proprio lavoro personale, che si adatti al suo carattere e alle sue esigenze, sia dalla terapia della Gestalt, dalla psicoterapia cognitiva, dalla meditazione, dalla supervisione, ecc.

In ogni caso, come è stato detto in precedenza, il lavoro da svolgere è all'interno del contesto educativo. Pertanto, anche se è necessario che il facilitatore abbia una gestione sufficiente della propria emotività, non dovrebbe occuparsi di questioni che rientrano nell'ambito della psicoterapia, poiché sarebbe poco ortodosso aprire qualcosa che non sarà in grado di chiudere. In un ambiente educativo, non c'è la possibilità di lavorare a livello terapeutico, poiché non si tratta di un setting o di un contesto terapeutico.

A) Inquadramento e impegno alla riservatezza con il gruppo

L'inquadramento dovrebbe essere fatto all'inizio perché stabilisce le linee guida che permetteranno al gruppo di svolgere un lavoro efficace e rispettoso. L'inquadramento è un modo per prendersi cura del gruppo ed è anche una garanzia che non ci saranno

malintesi. Aiuta anche a evitare confusioni (si può lasciare un po' di tempo alla fine per risolvere eventuali dubbi che possono essere sorti). Si tratta di stabilire una base chiara per tutti e questo contribuisce a creare sicurezza e trasparenza nel lavoro che verrà svolto. Di conseguenza, il lavoro può essere più efficace e utile.

La puntualità nella partecipazione al lavoro è sempre essenziale, ma soprattutto se si tratta di un lavoro a lungo termine con diverse sessioni, è necessario prestare attenzione alla puntualità delle persone. Non solo all'orario di inizio, ma anche se ci sono pause nel mezzo della sessione. Dovreste sempre chiedere loro di mantenere la disciplina della puntualità, perché se qualcuno è assente non potete iniziare a spiegare le dinamiche perché dovreste ripeterle di nuovo quando si uniscono al gruppo.

Un altro punto da tenere presente è che non sono ammesse interruzioni che possono essere evitate (ad esempio: andare in bagno, prendere il cellulare, fare un commento su un altro argomento, ecc).

Il gruppo deve essere rispettoso del processo dei suoi compagni, in termini di espressione emotiva che può verificarsi in un dato momento come risultato di un'attività, nel giudizio che può sorgere, ecc. E si chiede anche di essere responsabili con se stessi, di non fare paragoni con gli altri compagni, di capire che ogni esperienza è unica e ognuno si sviluppa con le risorse emotive, psicologiche, ecc. di cui è disposto a fare uso in ogni momento. Ogni persona deve anche essere responsabile dei propri bisogni. Ad esempio, se qualcuno non si sente bene, ha molti dolori fisici in qualche zona, qualcosa è troppo pesante dal punto di vista emotivo, ecc. Particolare attenzione va prestata alle persone Asperger, perché molto spesso possono sentirsi male o a disagio ma non sanno come esprimere questo stato.

Il facilitatore non ha il compito di interpretare la scena. Poiché le proposte di lavoro sono state fatte da un punto di vista gestaltico, il lavoro da fare dipende dalla persona e non tanto dal facilitatore. È importante che nessuno faccia interpretazioni di scene altrui. Si tratta di un approccio orientato al processo, il che significa che ciò che interessa è ciò che accade nella scena e non tanto il suo risultato. Ciò che è importante è ciò che accade al partecipante (stati emotivi, blocchi, sensazioni...) Il facilitatore aiuterà queste sensazioni a venire alla luce e ad avere il permesso di essere parte della scena.

Si tratta di un contesto terapeutico educativo ma non terapeutico, a meno che il facilitatore non sia qualificato come terapeuta della Gestalt o terapeuta del teatro della Gestalt.

Pertanto, i professionisti lavorano in un contesto educativo con materiale e metodologia terapeutica. Differenziamo la GTT in un contesto educativo dalla GTT in un contesto terapeutico. Nel campo dell'educazione, con questa metodologia i professionisti possono sensibilizzare gli studenti su ciò che provano, dando loro un nome e promuovendo l'alfabetizzazione emotiva. Uno degli obiettivi della GTT in ambito educativo è quello di facilitare la consapevolezza della persona sul proprio stile di gestione dei conflitti. Gli stili di gestione dei conflitti possono essere accomodante, conflittuale, negoziale, ecc.

Grazie all'aspetto educativo della GTT è possibile sviluppare abilità sociali, competenze di vita, comunicazione empatica, comunicazione verbale e non verbale, ascolto attivo, spontaneità, creatività, oltre a sviluppare una maggiore consapevolezza sensoriale e corporea. Tutto questo fa parte di ciò che si cerca di ottenere con la GTT, ma nel setting terapeutico si apre alla biografia, collegando l'esperienza vissuta nelle scene con la propria storia. Questo ha a che fare con il ruolo del facilitatore che, a meno che non sia un terapeuta o un terapeuta della Gestalt, non dovrebbe aprire questi spazi biografici poiché non ha le competenze necessarie per raccogliere le ferite emotive o i traumi passati del giovane. Inoltre, nel campo della terapia, la GTT aiuterà a risolvere le questioni in sospeso del paziente, si esplorano i meccanismi nevrotici (retroflessione, deflessione, proiezione, ecc.), si lavora sul sostegno e sul confronto. Ciò appartiene al campo della terapia della Gestalt e questo manuale ha un obiettivo educativo, cosa che non va dimenticata.

B) Il ruolo del facilitatore nella GTT e gli aspetti da tenere in considerazione:

Il facilitatore che implementa queste attività in contesti educativi non è in linea di principio un terapeuta. Ciò significa che l'uso di queste attività deve essere limitato all'approccio educativo. Esse terranno conto delle differenze tra il contesto educativo nella GTT e il contesto terapeutico nella GTT.

Va inoltre considerato che le dinamiche e le tecniche del manuale non sono adattate al contesto e alle caratteristiche dei gruppi che ne beneficeranno, pertanto il facilitatore deve osservare e adattare le attività al contesto, alle circostanze e alle idiosincrasie dei partecipanti con cui lavora. Questo è particolarmente importante con le persone con bisogni speciali o malattie mentali, soprattutto con le persone Asperger considerando, in particolare, le loro propensioni percettive (ad esempio, l'attenzione ai dettagli piuttosto che all'insieme, o il loro equilibrio visivo, uditivo, tattile, vestibolare, ecc.), i loro modi specifici di pensare (rigidità del pensiero, difficoltà ad affrontare i cambiamenti, propensione al pensiero visivo, necessità di tempi di elaborazione più lunghi, ecc.

C) Ordine e sequenza appropriati delle dinamiche per la realizzazione di un workshop GTT efficace.

Una struttura di base di un laboratorio di teatroterapia della Gestalt avrebbe la seguente struttura:

1. In primo luogo, una meditazione che di solito non dura più di 10 minuti. Si tratta di una meditazione attiva in cui i partecipanti di solito non sono seduti ma rimangono in piedi. In questo caso il facilitatore può scegliere la tecnica che ritiene più opportuna per facilitare il gruppo a collocarsi nel presente, nel momento in cui si trova e a prendere coscienza di come è arrivato al laboratorio. È uno spazio di introspezione, di silenzio in cui il partecipante può guardarsi dentro per osservare come arriva al laboratorio e diventare consapevole e dare un nome a quella sensazione e a quel modo di essere.

2. Una seconda fase consiste nel lavorare attraverso diverse dinamiche che risvegliano i sensi e che esercitano e riscaldano il corpo. Questa fase è molto importante non solo per facilitare l'espressione corporea dei partecipanti durante il lavoro teatrale, ma anche per generare una maggiore consapevolezza del corpo e dei sensi, che ha un impatto positivo sul successivo lavoro teatrale.

3. In terzo luogo, ci sarebbero esercizi di riscaldamento teatrale, che aiutano a rilassarsi, a disinibirsi, ad acquisire maggiore fiducia e coesione di gruppo e che, in un certo senso, predispongono a una maggiore apertura e a un maggiore permesso. C'è anche meno giudizio interno che facilita l'ingresso nell'improvvisazione della terapia teatrale della Gestalt.

4. In quarto luogo, si tratterebbe dell'improvvisazione vera e propria della GTT, che è il pilastro centrale dell'attività.

5. Infine, il ritorno al gruppo e la riflessione che è essenziale per raccogliere l'apprendimento e facilitare la consapevolezza di quei temi che il partecipante ha potuto toccare. In questo senso, il facilitatore si occuperà innanzitutto delle emozioni e dei sentimenti provati durante l'attività, aiutando il partecipante a dare un nome a tali emozioni e ad analizzare le proprie strategie personali, nonché i valori e le idee che possono aver fatto parte del suo lavoro durante l'attività teatrale.

D) Regole per un'improvvisazione sicura e rispettosa:

- a. Non farsi male;
- b. Non fate del male al vostro partner;
- c. Non danneggiare lo spazio;

d. Non lavorare sotto l'effetto di sostanze o droghe.

E) Suggerimenti tecnici per una migliore e più efficace improvvisazione teatrale

L'attività teatrale rappresenta un campo di lavoro di enorme ricchezza per le persone con Asperger. Le persone Asperger possono accedere alla maggior parte degli apprendimenti (comprensione sociale, comunicazione sociale, espressione, gioco, conoscenza di sé, ...) se vengono presentate attività motivanti e coinvolgenti per loro e, soprattutto, se vengono presentate gradualmente ("Laboratorio teatro per bambini con Disturbi dello Spettro Autistico. Giochi e attività per favorire le abilità sociali e l'autostima" C. Coon, Ed. Erickson, 2010. "Using drama with Children on the Autistic Spectrum" C. Coon, Speechmark Publishing Ltd, 2007). Si auspica che la partecipazione a questo percorso di GTT per persone Asperger sia preceduta da attività teatrali che facciano riferimento a:

Lavorare sull'ambiente sensoriale

Osservare se stessi e gli altri

Ascoltare gli altri

Utilizzare il corpo / iniziare a fingere / mimare

Utilizzare e stimolare il linguaggio

Utilizzo di oggetti di scena (vestiti, pupazzi, ad esempio)

Riflettere su se stessi e capire le proprie preferenze

Comprendere le storie e gli eventi

Comprendere il legame tra esperienza ed emozione

Dopo questa prima esperienza teatrale, i bambini avranno una maggiore consapevolezza delle loro risorse e preferenze (ma anche dei loro limiti). Gli obiettivi dell'alfabetizzazione teatrale sono rappresentati da

Maggiore consapevolezza di sé (corporea ed emotiva)

Saper riconoscere i propri sentimenti/emozioni dando loro un nome (convenzionale) e saperli comunicare verbalmente agli altri

Saper collegare le emozioni agli eventi della vita reale e individuare semplici strategie di autocontrollo.

Riconoscere l'altro, le sue preferenze e il suo modo di comunicare.

Cooperare con gli altri

Potrebbe essere utile che i facilitatori dedichino del tempo a conoscere i partecipanti al Laboratorio GTT, prestando particolare attenzione alle persone Asperger cercando di capire quali competenze sono presenti e quante ne stanno emergendo in modo da poter calibrare le diverse attività alle imprescindibili esigenze dei ragazzi/e Asperger.

Affinché le improvvisazioni siano il più possibile fluide e il lavoro più efficace e pulito, ci sono una serie di consigli che hanno a che fare con l'improvvisazione stessa a livello tecnico, che aiuteranno i partecipanti ad andare più in profondità e a lavorare in modo più efficace.

a. Accettare la proposta di conflitto. Quando il partner porta una proposta di conflitto che dà inizio a un'improvvisazione, se questa viene negata dalla persona neutrale o se viene messa in discussione, lascia il partner della proposta in una situazione di vuoto, in cui la scena sarebbe finita prima di iniziare. Pertanto, è importante che la persona che riceve la scena, di fronte alla proposta di conflitto, la accetti sempre. O con un "sì, allora cosa succede?" o con un "sì, sono stato io", affermando e dando per scontato che la situazione è vera nel contesto della scena.

b. Risate. A tutti noi è capitato di trovarci in situazioni in cui qualcosa di nuovo ci rende tesi e questo può farci ridere in modo incontrollato. Questo è un sintomo di eccitazione, nervosismo, insicurezza, ecc. Quindi, poiché si tratta di qualcosa che può verificarsi naturalmente, invitiamo il facilitatore a far sapere ai partecipanti che possono includerlo nella scena. Chi ride, ad esempio, può dire "*sto ridendo di te*" o "*sto ridendo per non piangere*". Anche il partner che osserva che l'altro sta ridendo può includerlo nella scena, dicendo ad esempio "*Wow, stai ridendo molto, è perché non ti interessa quello che ti sto dicendo*".

c. Parlare forte e chiaro. Tenete presente che dovete modulare la voce per farvi sentire bene e che non dovete voltare le spalle al pubblico mentre siete sul palco.

d. Non inventare oggetti o soluzioni magiche. Anche se si tratta di un contesto fittizio in cui nulla di ciò che stanno facendo ha realmente a che fare con loro, allo stesso tempo si chiede loro di fidarsi e di entrare nelle emozioni che la scena produce in loro. La combinazione di elementi fittizi come oggetti inesistenti, fogli inesistenti che hanno in mano, porte inesistenti, ecc. contribuiscono solo a generare un maggiore clima di irrealtà facendoli sfuggire alla scena e a non credere realmente alla scena su cui stanno lavorando. Pertanto, la proposta è sempre quella di lavorare a partire da una dimensione relazionale. Nella scena, gli unici elementi disponibili sono loro stessi, *voi e io*. Non ci sono altri oggetti, a meno che il facilitatore non proponga di utilizzare un oggetto specifico perché interessante per l'azione o per la scena stessa.

e. Informare il partner del suo ruolo. Infine, la persona che propone il conflitto deve sempre ricordare che, quando entra in scena, deve dare al partner, nelle prime frasi, le informazioni minime necessarie il prima possibile, in modo che il partner possa trovarsi nella scena e lavorare sapendo: chi è, che relazione ha e qual è il conflitto che deve affrontare.

F) Sulla raccolta e la riflessione dopo le improvvisazioni:

a. Aspetto essenziale senza il quale non c'è lavoro di coscienza.

Innanzitutto, va detto che la riflessione è la prima cosa che si vuole promuovere attraverso la GTT. Senza questo elemento di introspezione, non c'è realizzazione, non c'è consapevolezza, ma solo un'azione che non cambia nulla nella persona che vi partecipa, per cui è importante che il facilitatore si assicuri di dedicare tempo sufficiente a questa fase dell'esercizio. In effetti, la cosa più importante dell'attività è avere abbastanza tempo per consentire ai partecipanti di esplorare ciò che è accaduto loro, come si sono sentiti e di cosa sono consapevoli.

b. Struttura.

Una possibile struttura che il facilitatore può seguire quando fa la riflessione è iniziare chiedendo come si sono sentiti. Tenete presente che la tendenza naturale delle persone che non sono abituate a questo tipo di dinamiche è quella di raccontare ciò che è successo. In questo caso, il facilitatore può chiedere nuovamente alla persona di parlare dei suoi sentimenti e di non addentrarsi nella descrizione degli eventi vissuti. In una seconda fase si può chiedere loro cosa è successo, cosa hanno osservato, ecc.

I partecipanti possono anche indicare quali strategie hanno osservato in loro stessi e cosa li ha colpiti del loro comportamento, delle loro reazioni, se qualcosa li ha sorpresi e anche cosa il loro personaggio ha contribuito alla loro crescita. Infine, è sempre bene chiedere cosa si nota di sé dopo questo lavoro.

Conclusione

Attraverso questo modello pedagogico sono stati spiegati il concetto e la metodologia del Teatro della Gestalt Therapy, compresa una scaletta di attività di riscaldamento e di teatro da utilizzare nelle scuole, nonché una linea guida per facilitare l'impianto per gli educatori.

Ci auguriamo che sia uno strumento utile per insegnanti e formatori quando affrontano il problema del bullismo a scuola e quando lavorano con studenti con disturbo dello spettro autistico ad alto funzionamento (e sindrome di Asperger).