

FAMIGLIE IN SCENA!

Idee e strumenti per un percorso teatrale con e per famiglie



Il progetto è a cura del Centro Studi Anspi Puglia, all'interno del progetto "GEC - "Generare figli, Educare persone, Costruire futuro" finanziato dalla Regione Puglia al Forum della Associazioni familiari di Puglia

Contenuti ed editing: Rosa Angela Silletti

Grafica ed impaginazione: Angela Fariello

Copertina ed illustrazioni: Anna Teresa Fariello

Hanno collaborato:

Antonio Memeo

Mariateresa Nuzzi

Alessio Perniola



INTRODUZIONE

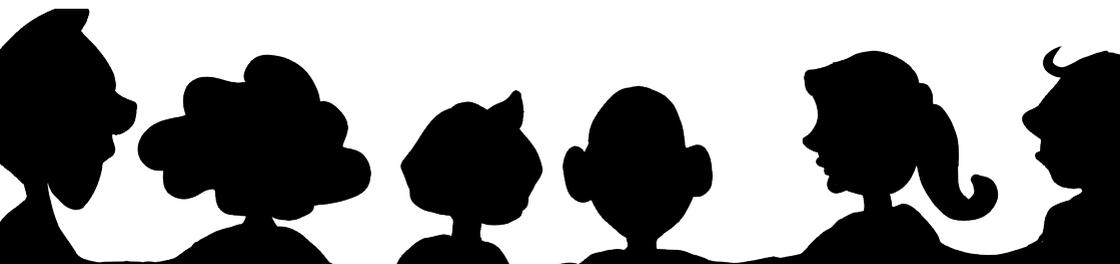
C'è una teatralità diffusa che costella infiniti momenti della nostra vita di tutti i giorni: pensiamo all'enfasi negli atteggiamenti di alcune persone che ci divertiamo a definire “personaggi”, alla forza visuale di alcune situazioni (basti pensare al mercato, all'ufficio postale, ...).

Il teatro attinge proprio alla nostra quotidianità e, in quanto forma d'arte, filtra gli elementi potenzialmente più espressivi, fa delle sintesi, ritaglia, accentua, accosta e prova a creare delle situazioni “universali”, organizzando e rielaborando contenuti ed emozioni in un linguaggio preciso che fa dell'azione e della messa in scena il suo punto forte.

La domanda che ci siamo posti è: “se il teatro è così visceralmente legato al vissuto di ciascuno (benché a volte in modo inconsapevole) può essere utile alle famiglie?”

La risposta è in questo opuscolo ed è ... “assolutamente sì!”.

Queste pagine vogliono accompagnarci a riflettere su un percorso di laboratorio teatrale per famiglie, intendendo in questo senso sia un'esperienza per il nucleo familiare, sia un'occasione da vivere tra famiglie. Nasceva con questo intento il progetto “Stare in scena” all'interno del progetto “Gec” finanziato dalla Regione Puglia al Forum delle Associazioni Familiari della Puglia, che l'emergenza Covid-19 ha impedito di realizzare nel concreto, ma che l'Anspi Puglia, e il suo Centro Studi, hanno scelto di riportare qui, facendo emergere tutte le potenzialità e offrendo uno strumento di lavoro che potrà essere replicato da operatori, insegnanti, educatori, alla prima occasione possibile.





Il testo si divide in quattro parti:

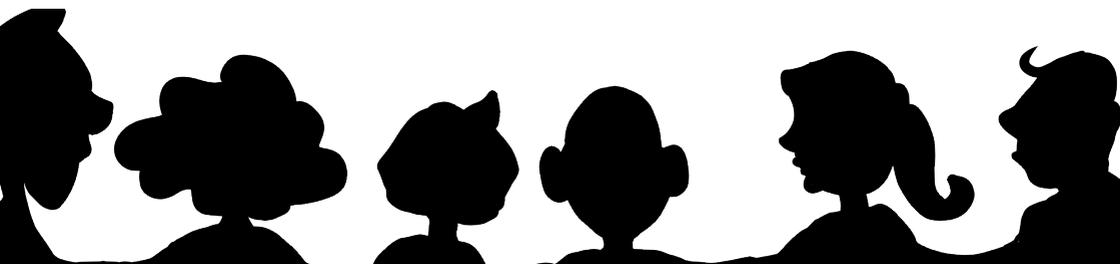
- il capitolo 1 e 2, anagrammando le parole “TEATRO” e “FAMIGLIE”, tracciano un percorso di riflessione centrato su parole chiave che aiutano a comprendere l’importanza di tale percorso all’interno del nucleo familiare (cap.1) e nel rapporto tra famiglie (cap.2).

Sono questi i due capitoli principali che, corredati anche da esercizi, restano come traccia di lavoro per tutti coloro che vorranno presto proporre l’esperienza.

- Il capitolo 3 si rivolge direttamente alle famiglie e offre spunti concreti per riprodurre l’atmosfera teatrale in casa in questo periodo nel quale il teatro è ancora un luogo inaccessibile.
- Il capitolo 4 racconta come nasce e cosa sarebbe dovuto essere il progetto “Stare in Scena”, presentandone finalità, obiettivi, modalità attuative e strumenti, per poi chiudersi con il racconto di un’esperienza personale di teatro con famiglie, già sperimentata dall’attore Antonio Memeo che avrebbe curato il progetto.

Per “Generare figli, Educare persone, Costruire futuro” crediamo sia importante allenare il nostro sguardo ad una visione “teatrale” degli accadimenti quotidiani, per affinare quella sensibilità che ci spinge ad andare oltre l’apparenza delle cose e a leggere le storie che ciascuna famiglia può raccontare.

Il Centro Studi Anspi Puglia





capitolo 1

L'IMPORTANZA DI FARE UN PERCORSO TEATRALE COME FAMIGLIA

1.1 tempo

Un'occasione per trascorrere del tempo insieme al resto della propria famiglia.

Basterebbe ciò per rendere l'esperienza di laboratorio teatrale familiare già di per sé preziosa. Perché non si tratta solo di un tempo ritagliato all'interno del turbinio delle fatiche individuali, ma di un tempo di qualità, reso denso da esperienze di interazione, contatto, attesa, condivisione, immedesimazione.

L'appuntamento laboratoriale, se frutto di una scelta condivisa, diventa espediente per interrompere il meccanismo frenetico delle giornate che si avvicendano e regalarsi un momento comune nel quale la riflessione sul tempo è centrale.

Teatro è infatti:

- alternanza di

pause e

movimenti/parole

- tempo che diventa materia: attraverso il passaggio dalle indicazioni contenute nelle didascalie alle azioni degli attori;



- capacità di prendere in giro lo scorrere del tempo e valorizzarne l'intensità, sospendendolo nella magia di una performance che, in un'ora (o anche in una battuta), può essere capace di raccontare un'esistenza intera.

ESERCIZIO del tempo sospeso



I membri della famiglia, a coppie, si fissano negli occhi per 20 minuti*. Un sottofondo musicale accompagna l'attività. Venti minuti possono sembrare pochi, ma - di fatto - rappresentano un tempo che ci sembrerà scorrere molto lentamente. Fissare lo sguardo di una persona che pensiamo di riconoscere ad occhi chiusi, sarà un'esperienza sconvolgente e, allo stesso tempo, importante: ci sono dettagli del volto, sfumature di espressioni che non abbiamo forse mai conosciuto, rughe che ancora non abbiamo mai notato, dettagli da scoprire che solo la pazienza di un TEMPO DEDICATO possono regalarci.

*Se la famiglia è composta da tre/cinque persone, si ridurrà un po' il tempo (non meno di 15') e si permetterà che ciascuno svolga l'esercizio.



1.2 EMOZIONI

In famiglia, ciascuno vive ed esprime le emozioni in modo differente, il più delle volte associandole ad atteggiamenti esterni del tutto personali e non sempre scontati. “Ma cos’hai!”, “Perchè fai così” sono solo alcune delle frasi più semplici eppure più intense ed autentiche che ci si rivolge quando ci si vuol bene ma si ha difficoltà a comprendere quali emozioni l’altro stia vivendo.

Un laboratorio teatrale vissuto insieme aiuta a mettere a fuoco le sfumature con cui gli stati d’animo prendono il proprio spazio, “allenando” ogni membro della famiglia a riconoscere in modo chiaro ed esplicito i “segnali emotivi” dei propri figli, fratelli, genitori.



Teatro è, infatti:

- capacità di comunicare un’emozione o uno stato d’animo non come fatto privato, ma in modo esplicito, affinando le possibilità comunicative di gesti, movimenti, mimica, intonazione ...
- sperimentazione: attraversando le vicissitudini di un personaggio, si ha la possibilità di scoprire le proprie risonanze emotive interiori dinanzi ad una situazione che la quotidianità magari non ci ha ancora mai presentato, ma per la quale possiamo allenarci in anticipo.



ESERCIZIO delle EMOZIONI in MOVIMENTO



L'esercizio si concentra in un unico movimento: in silenzio, avvicinarsi e sedersi su una sedia, provando l'emozione riportata su un bigliettino sorteggiato. Ogni famiglia avrà la sua sedia e i suoi componenti compiranno l'azione uno per volta. Tutti gli altri dovranno provare ad indovinare l'emozione, facendosi aiutare dai dettagli di mimica, gestualità, espressione che ogni partecipante aggiungerà nella "messa in scena". Le emozioni dovranno essere tante e ben sfumate tra loro. A titolo esemplificativo, non solo "rabbia", ma "frustrazione", "invidia", "nervosismo", ...

Ognuno ripeterà più volte il movimento, sorteggiando diverse emozioni. L'esercizio sarà ripetuto aggiungendo la possibilità di parlare. In una fase successiva, la famiglia si confronterà: cosa potrebbe causare quell'emozione nella loro quotidianità familiare? È già capitato di viverla? Come avrebbe rappresentato quella stessa emozione un altro membro della famiglia?



1.3 ASCOLTO

Le diverse età e personalità che esistono in ciascuna famiglia, ci pongono dinanzi ad una differente capacità di ascolto, di attenzione di saper udire e riconoscere i bisogni che l'altro sta cercando di far comprendere con o senza parole. Non tutti, infatti, sono capaci di ascoltare allo stesso modo, per lo stesso tempo, con la stessa intensità.

Per non parlare di quanto si faccia fatica, in famiglia, a concedersi momenti per un ascolto autentico e privo di "disturbi". Il laboratorio teatrale è - di fatto - un momento prezioso per zittire i rumori esterni, ma soprattutto quelli interstraggono (pre-impegni, ansie e difficoltà) e valorizzare ogni tentativo di comunicazione reciproca.

di quanto si faccia fatica, in famiglia, a concedersi momenti per un ascolto autentico e privo di "disturbi". Il laboratorio teatrale è - di fatto - un momento prezioso per zittire i rumori esterni, ma soprattutto quelli interstraggono (pre-impegni, ansie e difficoltà) e valorizzare ogni tentativo di comunicazione reciproca.

Teatro è, infatti:

- realtà (comunicativa) aumentata, perché consente di valorizzare al meglio i codici di linguaggi diversi: corpo, parola, suono,...
- parole ma anche pause e silenzi che vanno compresi e ascoltati in tutta la loro capacità di comunicare cose importanti.
- concentrazione e attenzione, intesa come caratteristica da potenziare per imparare a "svuotarsi di se stesso" e mettersi in una disposizione ricettiva dell'altro.





ESERCIZIO DEL CORPO DA ASCOLTARE



Al primo membro della famiglia viene consegnata una piccola e semplice storia (es. Un signore ha fame e bussa alla prima casa che trova. Nessuno apre, lui è scettico, ma alla fine entra e inizia a cercare cibo. Mangia quello che trova finché non arriva qualcuno in casa e lui scappa). Egli dovrà cercare di raccontare la storia, solo con il corpo, al secondo componente della famiglia e così via, come nel gioco del “telefono senza fili”, solo che mentre lì si tratta di trasferire una frase verbalmente, qui si tratta di trasferire un racconto con il corpo. Si potrà eseguire una seconda fase dell’esercizio aggiungendo l’uso delle parole.

Chiaramente, per fare in modo che tutto sia efficace, i componenti della famiglia devono subentrare uno per volta, per cui occorre avere due ambienti separati a disposizione, in uno dei quali svolgere l’esercizio, nell’altro dove far attendere il proprio turno.



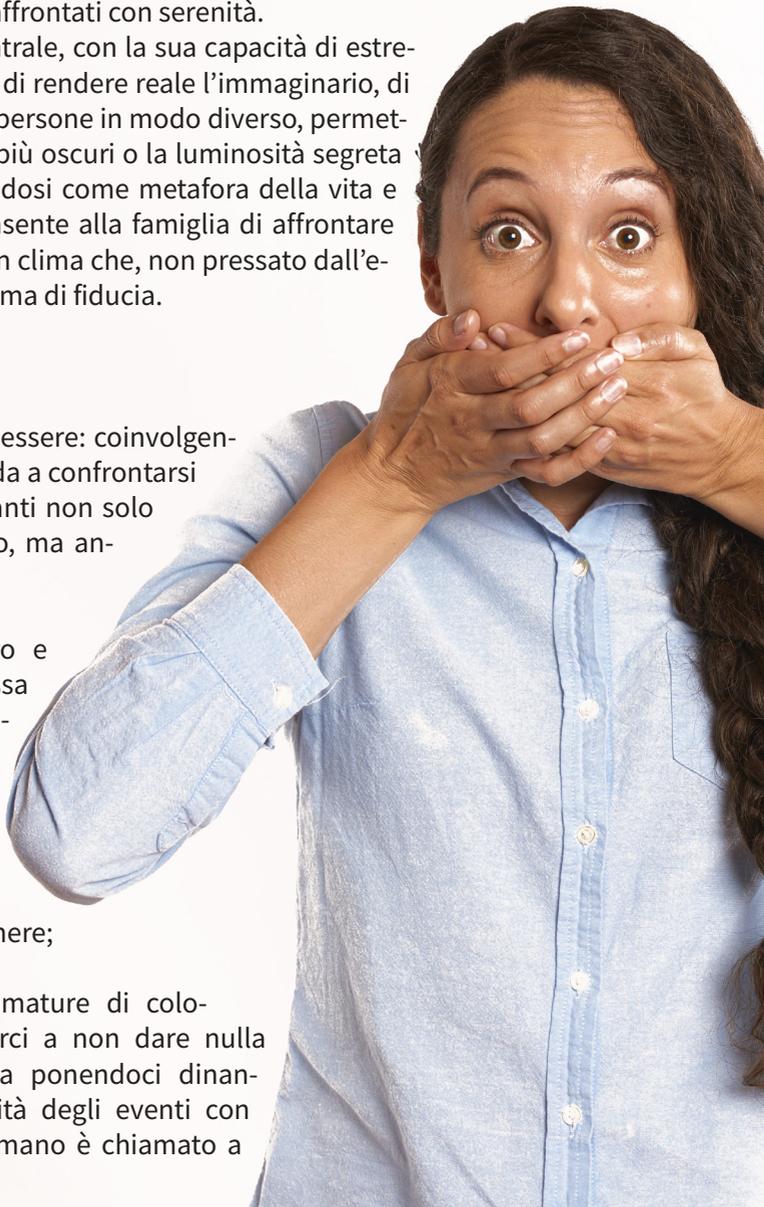
1.2 tabù

Ogni famiglia ha le sue prassi, i suoi miti, le sue credenze, i suoi tabù; spesso, sono proprio questi elementi che impediscono a temi come il dolore, la sessualità, la malattia, la vecchiaia, di trovare il giusto spazio nei dialoghi condivisi e di essere affrontati con serenità.

Un laboratorio teatrale, con la sua capacità di estremizzare le situazioni, di rendere reale l'immaginario, di far parlare tra loro le persone in modo diverso, permette di conoscere i lati più oscuri o la luminosità segreta di ciascuno e, ponendosi come metafora della vita e dei suoi conflitti, consente alla famiglia di affrontare e risolvere dubbi in un clima che, non pressato dall'emergenza, diventa clima di fiducia.

Teatro è, infatti:

- sapere per saper essere: coinvolgendo noi e chi guarda a confrontarsi con temi importanti non solo a livello cognitivo, ma anche emotivo;
- fiducia per l'altro e nell'altro: la messa in scena è il risultato concreto di un esercizio di affidamento agli altri e alle loro capacità di lasciarsi esprimere;
- buio, luce e sfumature di colore: nel costringerci a non dare nulla per scontato, ma ponendoci dinanzi alla complessità degli eventi con i quali l'essere umano è chiamato a confrontarsi.



ESERCIZIO dell' "E se?"



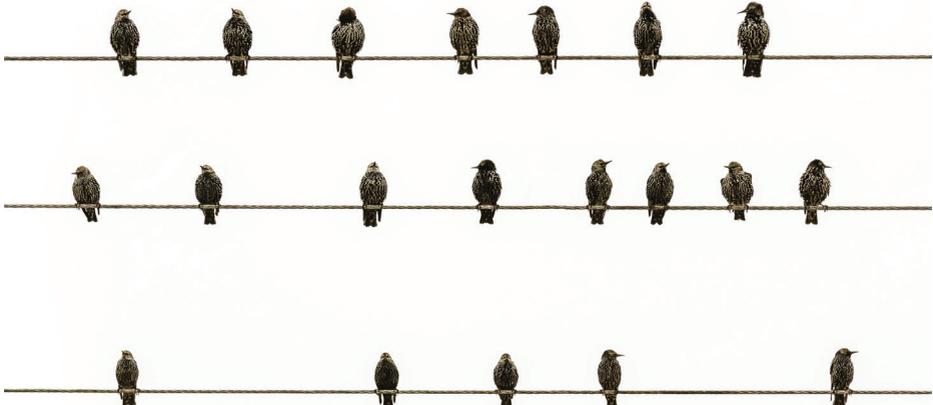
Si tratta di un esercizio di improvvisazione nel quale la famiglia deve recitare a piacere la seguente scena: sono tutti seduti intorno ad un tavolo per la cena e simulano di mangiare e chiacchierare del più e del meno. Ad un certo punto accade che... la famiglia dovrà continuare la simulazione.

Facendo riferimento ad una situazione "forte" che sarà descritta su un bigliettino sorteggiato. In sostanza ognuno dovrà immaginare di reagire in modo personale a quella specifica situazione. Una fase di confronto successivo è necessaria per valutare le reazioni di ciascuno, che - va chiarito all'inizio - devono il più possibile corrispondere alla reazione autentica che si immagina di avere nella situazione presentata.



1.5 ruoli e responsabilità

I problemi familiari sono spesso il risultato di una confusione tra i ruoli o di una mancanza di chiarezza delle responsabilità vicendevoli. Le incomprendioni, poi, trovano largo spazio anche laddove ci si chiude a riccio, ancorandosi dietro un ruolo che non viene mai messo in discussione e che non tiene conto delle fatiche degli altri. Un laboratorio teatrale costruisce i confini per uno spazio neutrale in cui le dinamiche relazionali e i ruoli possono liberarsi dai rapporti di forza che li tengono in piedi nella quotidianità e, attraverso la finzione condivisa, essere riconsiderati per dare origine a stravolgimenti che fanno crescere tutti.



Teatro è, infatti:

- **rispetto:** nel chiedere a ciascuno di aspettare il proprio momento per entrare in scena e pronunciare la sua battuta;
- **fiducia e affidamento:** non c'è opera teatrale che non sia l'insieme del contributo prezioso e generoso di ciò che ciascuno;
- **equilibrio:** tra realtà e desiderio, tra chi siamo, chi vogliamo essere, chi possiamo diventare nel pieno rispetto dei desideri altrui.

ESERCIZIO del “Chi SONO”

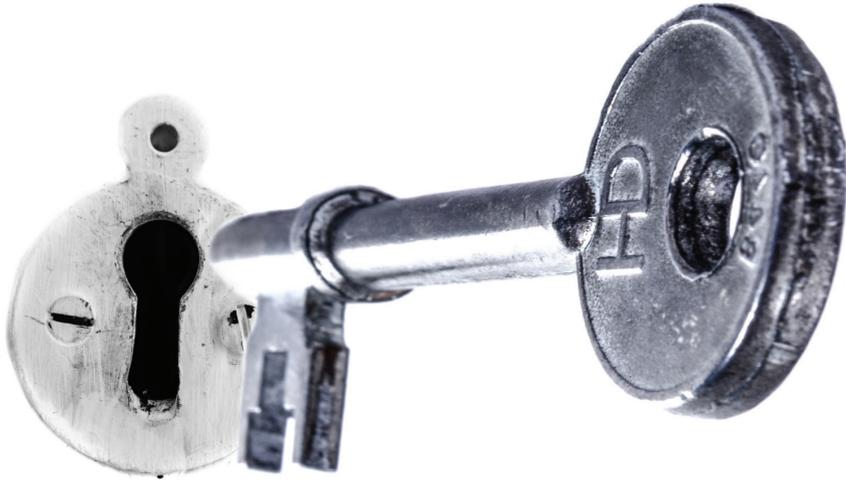


Ogni membro della famiglia riceverà un “ruolo”. L’etichetta relativa a quel ruolo gli verrà posizionata sulla schiena, pertanto ciascuno non potrà vedere l’identità che gli è stata assegnata ma solo leggere quella assegnata agli altri. Partirà un grande gioco di ruolo nel quale ciascuno si comporterà con gli altri in virtù dei ruoli che leggerà (es. se un componente ha il ruolo di “re”, tutti si comporteranno in modo reverenziale con lui/lei).

La simulazione continuerà finché ciascuno non avrà indovinato il ruolo che gli è stato assegnato.



1.6 OCCASIONE



Il regalo più bello che una famiglia può concedersi è quello di condividere esperienze, cui si aggiunge la gioia di vedere prendere forma qualcosa che prima non c'era, ma che è stato generato dalle risorse condivise e dall'impegno di ciascuno. La nascita di un figlio, l'acquisto di una casa, l'allestimento di una festa di compleanno, sono piccoli traguardi familiari che portano gioia; perché non regalarcene altri?

Lo spettacolo teatrale è frutto di un lavoro di questo genere; è, nei fatti, un'occasione per renderci felici vicendevolmente.

Il teatro è, infatti:

- **creazione:** dare vita a qualcosa che prima non c'era e che è il risultato di un percorso comune.
- **consapevolezza:** possibilità di conoscere i limiti, valorizzare le potenzialità espressive, per formare non necessariamente attori "bravi", ma persone che hanno cognizione di quello che sono.
- **incanto:** ogni messa in scena è unica e ciò basta a rendere magiche tutte le rappresentazioni: sia che siamo spettatori, sia che siamo attori, la vera poesia è nell'irripetibilità di quel momento.

Esercizio della creazione



Provate a scrivere uno sketch che riguardi la vostra famiglia e mettetelo in scena filmandovi. Resterà un vostro ricordo unico e inimitabile. In alternativa, costruite qualcosa con i vostri corpi o riproducete le copertine di diversi libri costruendo un album fotografico “scenico” di famiglia che di tanto in tanto aggiornerete.



capitolo 2

L'IMPORTANZA DI FARE UN PERCORSO TEATRALE TRA FAMIGLIE

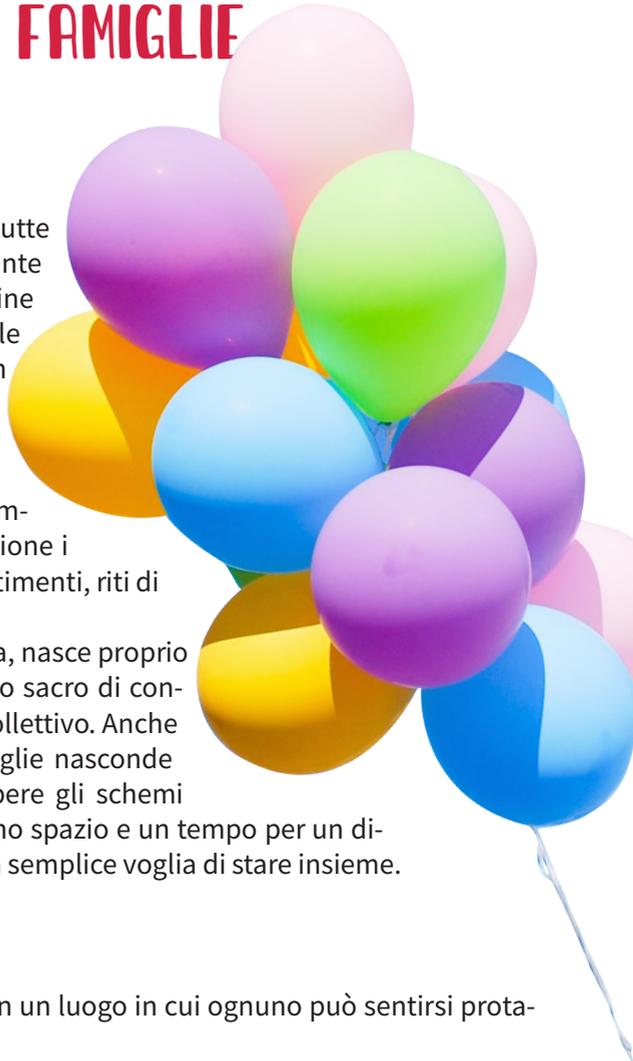
2.1 Festa

Il giorno di festa è quello che tutte le famiglie attendono con eccitante impazienza per rompere la routine di una quotidianità spesso uguale a se stessa. Perché si trasformi in un antidoto contro la tristezza e diventi sinonimo di gioia e sano divertimento, è necessario scegliere di vivere questo tempo insieme, curando con attenzione i particolari: temi, materiali, allestimenti, riti di accoglienza e congedo.

Il teatro, oltre duemila anni fa, nasce proprio per i giorni di festa, come tempo sacro di condivisione comunitaria e svago collettivo. Anche un laboratorio teatrale tra famiglie nasconde la sua sacralità: quella di rompere gli schemi dell'ordinarietà e condividere uno spazio e un tempo per un divertimento sano che nasce dalla semplice voglia di stare insieme.

Il teatro è, infatti:

- accoglienza, per introdurci in un luogo in cui ognuno può sentirsi protagonista per un giorno;
- divertimento: perché la dimensione ludica, soprattutto nella fase laboratoriale e di allestimento della messa in scena, è un punto fermo imprescindibile;



- armonia: l'insieme dei diversi personaggi che appaiono in scena ed entrano in empatia tra di loro, l'unione delle diverse combinazioni di linguaggi (gesti, parole, musica,...) creano un contesto armonioso dinanzi agli occhi degli spettatori.

ESERCIZIO della zattera



Ad ogni componente di ciascuna famiglia si assegnerà l'ordine di ingresso in scena, ossia di "arrivo su una zattera". Il primo entrerà posizionandosi al centro della stanza. Sarà poi il turno del secondo, del terzo e, via di seguito, di tutti gli altri.

All'ingresso di ogni partecipante, la zattera si sbilancerà, per cui ognuno dovrà continuamente spostarsi dalla propria posizione facendo attenzione a non far "affondare la zattera". Concentrandosi sugli spostamenti di ciascuna persona si dovrà far attenzione a mantenere l'ambiente sempre "armonioso".

La scelta di musiche con ritmi differenti da cambiare frequentemente, creerà un clima di festa e renderà divertente l'ingresso di ogni personaggio.



2.2 amicizie

Ogni contesto familiare vive i rapporti amicali spesso con difficoltà (non c'è mai abbastanza tempo!), ma con la consapevolezza che il tempo trascorso tra amici è tempo prezioso, momento di condivisione e di distrazione irrinunciabile. In quel sincero “Ciao! Come stai?” che apre ogni conversazione in presenza o a distanza tra veri amici, c'è tutta la volontà di indagare con premura la situazione personale dell'altro.

L'esperienza di un laboratorio teatrale tra famiglie, con i suoi innumerevoli giochi ed esercizi, con le sue condivisioni prive di pregiudizi è un'arma potentissima per valorizzare e consolidare tali rapporti amicali, ma anche per far nascere nuove amicizie.

Teatro è, infatti:

- **relazione:** entrare sintonia con gli altri attori protagonisti di una stessa scena, permette di sviluppare qualità come il rispetto reciproco, la fiducia, la complicità, alla base di ogni amicizia;
- **libertà:** nel permettere di mostrarsi vulnerabili dinanzi agli altri, di lasciare scoprire i propri limiti e le proprie capacità, senza giudizio, come nelle vere amicizie;



- costanza: per arrivare alla meta finale dello spettacolo, occorre condividere sin dall'inizio gli obiettivi e perseguirli con fermezza, con una costante partecipazione, con un impegno e una determinazione da parte di ciascuno.

ESERCIZIO CONQUISTA UN AMICO



Tutti dovranno camminare in ordine sparso per la stanza e, dopo un po', scegliere un "amico da conquistare". Per farlo, ciascuno inizierà a cercare con lo sguardo il compagno che ha scelto, cercando di fargli capire che vuole diventare suo amico. A questo punto, chi riceve le attenzioni di un altro, avrà due scelte: rimanere catturato dallo sguardo altrui e stabilire una silenziosa intesa per alcuni secondi, oppure distogliere subito impercettibilmente lo sguardo facendo capire di non essere disposto a "diventare amico". L'azione si ripeterà diverse volte.

Alla fine, ad un dato segnale del conduttore dell'attività, ogni "attore" dovrà correre ad abbracciare la/le persone che hanno ricambiato il suo sguardo. A questo punto, le famiglie vivranno scene di abbracci di gruppo, vedranno persone isolate o assisteranno a fraintendimenti.



2.3 madri

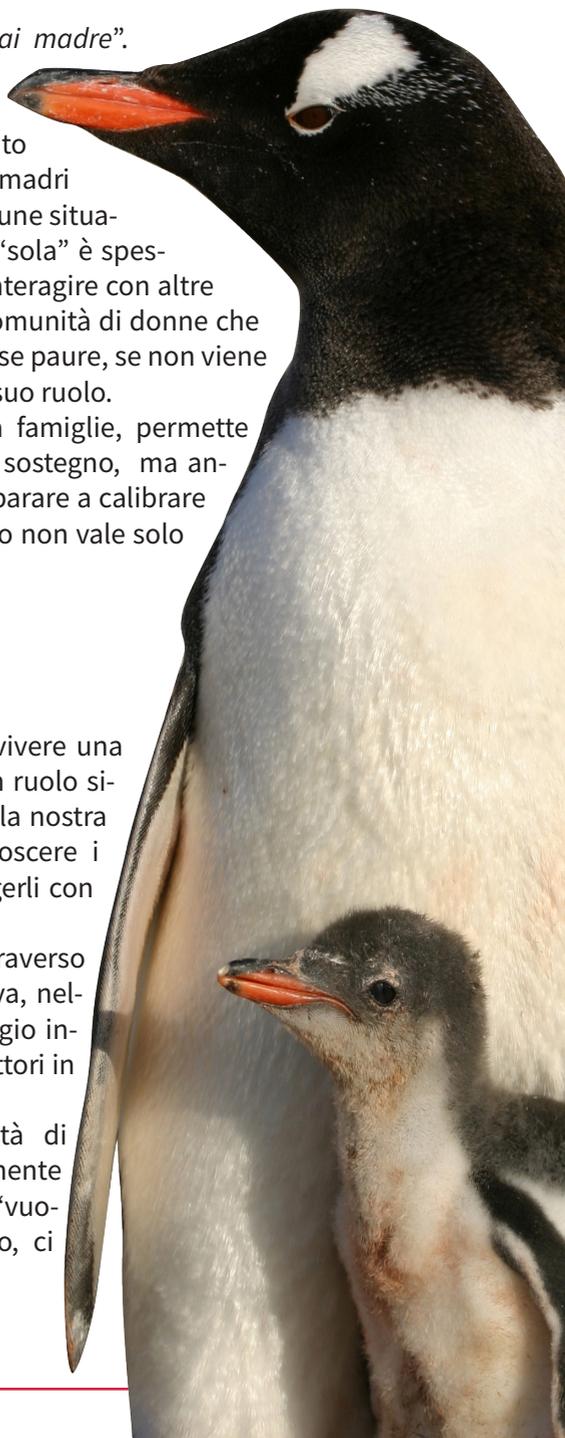
“Lo capirai solo quando diventerai madre”.

Ogni donna si è sentita dire questa frase almeno una volta nella propria vita. Ed è vera! Qualsiasi sia il vissuto quotidiano di una famiglia, solo le madri hanno la capacità di poter leggere alcune situazioni e stati d'animo. Ma una madre “sola” è spesso fragile se non ha la possibilità di interagire con altre madri, se non si sente parte di una comunità di donne che vivono le sue stesse gioie e le sue stesse paure, se non viene compresa o non padroneggia bene il suo ruolo.

Vivere un laboratorio teatrale tra famiglie, permette alle madri di confrontarsi, di trovare sostegno, ma anche di “guardarsi allo specchio” e imparare a calibrare il “peso” delle proprie azioni. E questo non vale solo le mamme!

Teatro è, infatti:

- specchiarsi: osservando gli altri vivere una situazione, uno stato emotivo, un ruolo simile a quello che noi viviamo nella nostra realtà quotidiana, aiuta a riconoscere i confini del nostro agire e a rileggerli con occhio critico e costruttivo;
- reciprocità, che si manifesta attraverso l'esperienza di un'avventura nuova, nella quale le azioni di un personaggio influenzano quelle del resto degli attori in scena;
- complementarietà, nella capacità di riuscire ad intervenire prontamente quando qualcuno in scena ha un “vuoto” e il nostro ascolto autentico, ci spinge ad intervenire.



Esercizio dello specchio e dei nomi in circolo



Si possono sperimentare due esercizi:

1. A coppie, uno diventa lo specchio dell'altro e lo imiterà in tutto (i ruoli si invertiranno ad un certo punto): si andrà ad imitare la giornata tipica di una madre, dal risveglio alla conclusione della giornata.

2. Camminando in ordine sparso per la stanza, ogni componente dovrà gridare, a turno, il proprio nome. Per farlo, però, dovrà porre attenzione all'attimo in cui si crea un momento di silenzio, solo allora potrà urlare! Se più voci si sovrapporranno, bisognerà ripetere l'esercizio dall'inizio. Per aggiungere difficoltà all'esercizio, si potrà aumentare o diminuire la velocità della camminata.

Riuscire a riempire il vuoto lasciato da qualcun altro, permette di sviluppare la capacità di ascolto e di capire quando è il momento giusto per intervenire, senza far avvertire la propria presenza come troppo invasiva.



2.4 idee

Ogni famiglia ha un personale approccio alla vita e sviluppa una capacità di rispondere alle problematiche, alle criticità della vita, alle sfide quotidiane che può essere molto differente da quello di un'altra famiglia.

Le esperienze, guardate da una prospettiva insolita, possono generare azioni anche opposte a quelle immaginate inizialmente! Solo quando le famiglie entrano in contatto tra di loro riescono a cogliere questa sottile differenza e possono far tesoro delle storie altrui, lasciandosi ispirare a nuovi modi di affrontare le situazioni.

Far parte di un laboratorio di teatro tra famiglie dona l'opportunità di entrare in contatto con questa particolare dimensione e incontrare un modo nuovo di relazionarsi con quanto quotidianamente si vive, per un "Che idea! Non ci avevo pensato", che spesso è miracoloso.

Teatro è, infatti:

- problem solving: l'allestimento di uno spettacolo è un susseguirsi di scelte artistiche, interpretative, di regia che si costruiscono con il contributo di tutti ed in modo creativo, lasciando spazio alle idee di tutti coloro che partecipano;
- condivisione di un medesimo progetto, di un'esperienza che unisce e che viene vissuta in contemporanea, ma da più punti di vista, del tutto diversi tra loro;
- dialogo: un attore parla con gli altri attori dello spettacolo e, contemporaneamente, dialoga anche con lo spettatore che, seppur in un discorso unilaterale, riesce a comprendere il senso profondo delle battute e le avvicina alla sua vita.

Esercizio del paesaggio problematico



In cerchio, si sceglie un tema o una locazione (esempio: una città caotica, un ufficio postale pieno): gli attori, a turno, devono riprodurre i suoni legati a quel luogo. Si potrà anche far intervenire gli attori in ordine casuale, sommando poi i diversi suoni riprodotti. Ogni partecipante, scegliendo un suono, mostra al resto del gruppo come percepisce il luogo scelto, qual è l'idea che ha di quel posto.

In un passaggio successivo, si può proporre una situazione problematica e chiedere a ciascuno di intervenire proponendo reazioni e soluzioni trovate al problema.



2.5. Generazioni

L'ambito familiare è crocevia di rapporti intergenerazionali (tra genitori e figli, tra fratelli, tra nipoti e nonni) che arricchiscono il tessuto intimo di ogni relazione instaurata al suo interno. Le famiglie di qualche secolo fa erano esempio di una gerarchia familiare che poneva a capo il più anziano, considerato il detentore della memoria storica dell'intera famiglia, nonché modello di saggezza.

Oggi, all'interno del contesto familiare, ogni componente, anziano o giovane che sia, assume un ruolo rilevante che può influenzare o trasformare il modo di essere dell'altro.

L'esperienza di un laboratorio teatrale tra famiglie genera la possibilità di confrontarsi con tutte le età e vivere, nella finzione, in una dimensione corporea e mentale lontana da quella quotidiana: i figli nei panni dei genitori e viceversa, i nipoti nei panni dei nonni e viceversa,...

Teatro è, infatti:

- libertà: mette a nudo i cliché legati alle diverse generazioni e li esaspera, tentando così di superarli;
- scambio: ogni attore ha l'opportunità di vivere nel ruolo di un'altra persona per un tempo limitato, ma intenso, provando le sue emozioni, sperimentando il suo modo di pensare, assumendo la sua postura, si trasferisce per un po' in una dimensione che lo rende "altro da sé";
- comprensione: nell'analizzare un personaggio teatrale, si scompongono le sue dimensioni, allenandosi a comprendere la complessità che c'è dietro l'agire di ciascuna generazione.



ESERCIZIO dell' "Indovina chi"



Ogni componente della famiglia posizionerà al centro della stanza un oggetto che lo caratterizzi (un indumento, delle cuffie,...). Quando tutti li avranno riposti, uno per volta, si andrà verso il centro e se ne sceglierà uno. Solo allora potrà iniziare l'attività: la famiglia deciderà un tema/contesto (giornata al mare, passeggiata,...) e darà il via alla recita. Ciascun membro avrà il compito di comportarsi come si comporterebbe il possessore dell'oggetto scelto. L'esercizio può essere ripetuto scambiandosi gli oggetti.

Solo al termine la famiglia potrà riflettere su quanto appena fatto: come ci si è sentiti nei panni di un altro membro della famiglia? Cosa si è provato a vedersi rappresentati in un certo modo? È mai capitato di riflettere su un atteggiamento messo in scena da un altro componente?



2.6 lessico

Ogni famiglia ha un suo vocabolario: i suoi termini per descrivere le cose, le persone, le situazioni. Questa speciale selezione lessicale è il frutto di una tradizione che affonda le radici nelle origini di ciascuno, è il risultato delle esperienze sopraggiunte nel corso della vita, dell'ordine in



cui tali esperienze si sono fatte spazio nell'esistenza, delle singole variabili che la vita ha generato, anche quelle più insignificanti. Una cattiva interpretazione dei comportamenti, delle parole, delle reazioni altrui, scaturite semplicemente da una diversa attribuzione di significato alle cose, è spesso alla base dei conflitti e dei pregiudizi che attanagliano il nostro vivere insieme.



Un laboratorio teatrale tra famiglie ci aiuta condividere spazi di riflessione intorno alle parole, alle situazioni, alle emozioni, alle idee. Ascoltare i significati attribuiti dagli altri alle cose ci libera dal pregiudizio e ci abilita ad un

linguaggio universale che va oltre le parole, pur partendo dalle stesse.



Il teatro è, infatti:

- comunicazione, intesa non solo come uso di parole, ma anche di gestualità e prossemica;
- decodificazione e comprensione, di registri verbali diversi dai propri, di reazioni emotive che variano da personaggio a personaggio che pur parlano degli stessi temi;



- cultura, attraverso un uso del linguaggio ricco e pieno di sfumature, soprattutto quando si fa uso di testi d'autore.

ESERCIZIO del Gramelot



Ogni persona riceve un bigliettino che riporta una diversa situazioni dialogica (es. un litigio tra fidanzati/amici; una scena di contrattazione al mercato; una scena di corteggiamento; un'interrogazione a scuola; una richiesta di informazioni stradali,...). Tutti iniziano a camminare in modo sparso. Allo stop, ciascuno si ferma dinanzi ad un altro, formando una coppia.

A questo punto, uno dei due sviluppa un dialogo con l'altro a partire dal tema che gli è stato assegnato, ma lo fa senza usare l'italiano, bensì gesticolando, pronunciando suoni inventati, facendo strane facce.

L'altro dovrà rispondere, usando a sua volta uno strano linguaggio ossia il gramelot: un modo verbale di recitare usando soltanto suoni, onomatopee, parole e fonemi privi di significato in un discorso che però finisce per acquistare senso.



2.7. Improvvisazione

In famiglia ci sono ruoli stabiliti e riconosciuti da tutti i componenti, ma non sempre, anzi quasi mai, si seguono copioni definiti: ogni giornata sembra una vera improvvisazione collettiva in risposta alle sollecitazioni che la vita pone dinanzi. Un nuovo giorno, infatti, porta con sé l'inatteso che potrebbe compromettere gli equilibri interni della famiglia stessa: se non allenata all'imprevisto essa si lascerà travolgere inesorabilmente, senza neanche provare a porvi rimedio.

Fare esperienza di un laboratorio teatrale tra famiglie regala l'occasione di sperimentare gli imprevisti ed improvvisare una reazione, per riuscire a conservarne memoria e saperla "mettere in scena" nella vita reale.

Il teatro è, infatti:

- allenamento: per essere sempre pronti a fronteggiare gli eventi improvvisi che, durante le performance, non mancano mai e che vanno gestiti con prontezza di riflessi e disinvoltura;



- concentrazione: ogni improvvisazione non è mai approssimazione o manifestazione di impreparazione, ma richiede tanto studio e una lunga preparazione;
- possibilità: spesso un errore e l'improvvisazione che ne segue, innesca meccanismi creativi nuovi che danno vita a dei capolavori.



Esercizio delle situazioni improvvisate



Due persone creano una statua su un tema libero e di attualità (Es. La disoccupazione). Gli altri discutono su quale situazione stiano rappresentando gli attori e si confrontano con loro sul tema. A questo punto tutti, uno alla volta, entreranno nella rappresentazione, aggiungendosi come statue. In questo modo, la statua totale diventerà una creazione collettiva e ciascuno, alla fine, dovrà motivare la sua scelta.

In un secondo momento, la statua si dovrà “animare” e, senza concedersi una fase di condivisione, tutti insieme dovranno mettere in scena una situazione improvvisata sul tema scelto.



2.8 exotopia

Negli ultimi anni abbiamo assistito ad un largo uso (e forse abuso) della parola empatia, intesa come capacità di comprendere lo stato d'animo altrui, di "mettersi nei suoi panni".

Per chi crede profondamente nel senso profondo di questa parola, si tratta adesso di fare un salto in avanti e lasciare spazio all'exotopia. Per spiegarla in modo semplice, possiamo dire che l'exotopia si attiva quando, dopo aver provato a vestire i panni dell'altra persona, si comprende che non ci vanno bene e che non ci appartengono, per cui ci si sforza di costruire un dialogo e una relazione senza forzare l'altra persona ad entrare nei nostri schemi e, al contrario, senza lasciarci imbrigliare in questo altro punto di vista, pur riconoscendolo e dandogli dignità.

Un laboratorio teatrale tra famiglie è una palestra di immedesimazione, un viaggio in un caleidoscopio di punti vista, un'esperienza di cambio di prospettiva e di definizione dei confini del proprio.

Il teatro è, infatti:

- immedesimazione: vestendo i panni di un personaggio, ciascuno è chiamato a vivere sul palco le sue emozioni, appropriarsene, per poi - a fine spettacolo - rientrare in sé arricchito dell'esperienza.
- catarsi: chi assiste ad uno spettacolo può comprendere, attenuandone la reazione emotiva immediata e prendendo le distanze, gli aspetti profondi della sua realtà psicologica ed esistenziale.
- universalità: sentimenti, emozioni, passioni, in una messa in scena si trasfigurano e si rendono manifesti a tutti contemporaneamente, passando dalla sfera strettamente individuale ad una sociale e comune.



L'esercizio del compleanno extraterrestre



Tutti sono invitati al compleanno di un marziano. In una prima fase individuale, dovranno scegliere come vestirsi (se ci sono dei costumi a disposizione è perfetto!) e che regalo comprare. Si metteranno, poi, al centro quattro sedie (un'auto) e si farà cominciare l'esercizio a 4 persone. Seduti nell'automobile diretta verso Marte, i quattro dovranno confrontarsi sul regalo scelto per il festeggiato, sulle motivazioni e sulle aspettative di questa esperienza. Ad un segnale, il "guidatore" dell'auto scenderà e tutti scaleranno di posto, lasciando entrare in auto una nuova persona.

Cambiando posizione, ciascuno "vestirà i panni" di chi era prima in quel posto (es. il 2° che si siede al posto di guida, ora dovrà parlare come se fosse il compagno che era seduto lì prima), tranne il nuovo arrivato che si esprimerà in totale libertà.

L'esercizio continuerà finché non tornerà al posto di guida il primo "attore". Se ci sono molti partecipanti, si possono fare due gruppi.



capitolo 3

ESPERIENZE TEATRALI (O QUASI) IN FAMIGLIA

La voglia di ritornare a teatro è sicuramente tanta: ci mancano le luci che si spengono e ci indicano che l'attesa è finalmente finita, ci manca il sipario che pian piano si apre e ci trasporta in una nuova dimensione, ci manca il palcoscenico pieno di attori pronti a farci emozionare.

Ci manca il teatro. Tanto. E ne siamo consapevoli, ma per avvertire meno la sua assenza, potremmo provare a portarlo a casa, in attesa si realizzi il sogno di poter vivere un laboratorio teatrale con la famiglia e con altre famiglie.

Ricreare l'atmosfera teatrale in casa non è un'impresa da eroi: occorrerà solo un po' di voglia di mettersi in gioco (e anche di non prendersi troppo sul serio per qualche ora).

CON I PIÙ PICCOLI

I più piccoli di casa saranno indubbiamente i primi a rispondere con entusiasmo e partecipazione a queste proposte che vi lanciamo:

Teatrino delle ombre

La creazione di un teatrino delle ombre è un'attività molto semplice e che lascerà stupiti i più piccoli, soprattutto in fase di messa in scena.

1. Ombre cinesi

Occorrente: una scatola di scarpe, delle forbici, dei cartoncini colorati, degli stuzzicadenti lunghi, dello scotch, un foglio di carta velina bianca e una torcia.

Istruzioni: la prima cosa da fare sarà ritagliare un rettangolo centrale sul fondo della scatola, lasciando (circa 2 cm dal bordo), e incollare la carta velina dalla parte interna. A questo punto, ci si potrà dedicare a scegliere i personaggi che si vorranno far recitare, disegnandoli su del cartoncino nero e ritagliandoli. Dopodiché occorrerà incollare gli stuzzicadenti nella parte posteriore delle sagome e i personaggi per le ombre saranno pronti. Con dei



cartoncini colorati si potrà abbellire la scatola nella parte anteriore, creando ad esempio un sipario. Non vi resta che spegnere le luci, puntare una torcia dalla parte interna della scatola e iniziare a far muovere i personaggi inventando o leggendo una storia. Ecco pronto il vostro primo spettacolo delle ombre!

2. corpi in libertà

Occorrente: un lenzuolo bianco, un faretto o una lampada, una corda (o una bacchetta di legno) per tenere teso il telo.

Istruzioni: innanzitutto occorrerà costruire lo spazio scenico, tendendo il telo bianco al centro di una stanza (in alternativa due persone dovranno tenerlo tirato). Puntando la luce dall'interno, ognuno sarà chiamato ad entrare in scena, rappresentando un oggetto, un personaggio e/o raccontando una storia. Si potrà anche simulare un gioco "ad indoviniello": chi sto rappresentando? Cosa sta facendo il mio personaggio?

3. Mani parlanti

Occorrente: una torcia, una parete bianca.

Istruzioni: aiutandovi con dei tutorial reperibili su Internet o semplicemente sperimentando insieme, divertitevi a giocare con le mani riproducendo ombre di animali e oggetti ai quali darete voce, simulando dei dialoghi divertenti.

creazione di marionette

Ritagliatevi del tempo per creare insieme burattini e marionette che saranno i protagonisti delle vostre storie. Le possibilità sono infinite!

1. BURATTINO DI STOFFA

Occorrente: stoffa colorata, colla a caldo, forbici, matita e un pezzo di cartone.

Istruzioni: la prima operazione da compiere è quella di disegnare, sul pezzo di cartone, la sagoma del burattino largo un po' di più del nostro braccio (sarà necessario solo abbozzare la sagoma del corpo, della testa e delle braccia); dopodiché occorre ritagliare la sagoma, disegnarla sulla stoffa e ritagliarla. L'operazione va ripetuta per due volte, in modo tale da avere due



sagome di stoffa che verranno incollate tra di loro. Completata quest'azione, la marionetta sarà quasi pronta, mancherà solo ricreare i componenti facciali che potranno essere realizzati utilizzando altri pezzi di stoffa, bottoni per gli occhi o qualsiasi altra cosa la nostra fantasia ci suggerirà. A questo punto la marionetta è pronta per raccontare le nostre storie.

2. Marionetta riciclata

Occorrente: rotoli di carta igienica, fogli colorati, spago, filo, stuzzicadenti e tappi di bottiglie.

Istruzioni: iniziate dipingendo il rotolo di carta igienica, mentre sui fogli colorati disegnatte la testa del personaggio/animale che intendete creare. Dopo aver ritagliato il volto incollatelo in alto sul rotolo. Per creare le braccia e le gambe utilizzare dello spago, ad una estremità del quale, posizionate i tappi di bottiglia forando il tappo e passandoci lo spago attraverso. Tagliate, poi, ulteriori 3 pezzi di filo, due lunghi 20 cm, uno 10 cm: legate quelli più lunghi all'altezza dei piedi, facendo passare il filo dallo stesso buco dello spago, mentre quello più corto fissatelo all'altezza della testa della marionetta. L'ultimo passaggio da eseguire sarà quello di legare i capi di ciascun filo ad uno stuzzicadenti. Siete quindi pronti a divertirvi facendo muovere la marionetta tirando su i fili!

3. Marionette con i calzini

Occorrente: calzini spaiati, ovatta o stoffa, bottoni, fili di lana, colla a caldo.

Istruzioni: riempite i calzini con ovatta o stoffa e chiudeteli sotto; con un filo di lana, separate la "testa", dal resto del "corpo", stringendo il calzino all'altezza giusta. Decorate il volto incollando bottoni per occhi e fili di lana per capelli e bocca. Ecco qui il vostro pupazzo pronto!



KAMISHIBAI

Un'antica arte giapponese può diventare alla nostra portata con piccole semplici mosse.

Storie disegnate

Occorrente: fogli di cartoncino A4, colori, un cartone, colla vinilica e taglierino.

Istruzioni: innanzitutto occorre costruire il teatrino ritagliando il cartone. Si tratterà di realizzare una cornice che sta in piedi da sola, grande quanto un foglio A4. Successivamente si disegneranno le storie realizzando diverse scene su fogli differenti che verranno cambiati man mano che si procede con il racconto.

In vendita

Se non avete tempo di realizzare nulla, potete esplorare quanto si trova in commercio: ci sono strumenti di ogni genere e di ogni costo che possono aiutarci.

Si va da piccole torce con dischetti che ci permettono di raccontare, proiettando sul muro, delle storie semplici (10€ - 15€) a veri e propri teatrini in scatola o di legno che possono trovare spazio tra i giochi dei bambini (dai 15€ ai 150€).

In alternativa, ogni gioco già presente in casa può fare al caso nostro: basta un set di tazzine per simulare una thè con la regina o dei vecchi costumi di carnevale per allestire il centro nevralgico di un camerino teatrale improvvisato.



CON I PIÙ GRANDI

Con i più grandi, i segreti possono essere due: passione e coinvolgimento. Con riferimento alla prima parola, si può far leva sulla visione comune di film e/o video musicali che abbiano il teatro e l'arte al centro (o veri e propri spettacoli teatrali integrali). Nel secondo caso, ci si può trasformare in una piccola compagnia che dà spazio alla recitazione e si diverte a “giocare” con il linguaggio teatrale.



VISIONI COMUNI

In base all'età dei vostri figli, scegliete film che vi diano l'occasione di riflettere e parlare di arte. Fate seguire sempre alla fine (o durante) una riflessione condivisa.

Alcuni titoli di film e musical: Neverland, Birdman, The Artist, Shakespeare in Love, The prestige, La La Land, Mamma Mia, Romeo & Giulietta - Ama e Cambia il Mondo, Notre Dame de Paris, Peter Pan il musical.

to play

Per fare teatro basta volerlo, se poi si è in più d'uno, il divertimento è assicurato! Improvvisarsi attori in casa è un'attività che dà brio alla monotonia della vita familiare. Oltretutto, per realizzare uno spettacolo casalingo basta veramente poco: scegliere un ambiente, usare un divano o una sedia, sedersi intorno al tavolo, scegliere i costumi di scena, ricreare l'atmosfera giusta con della musica e lasciare che la fantasia prenda il volo!

1. RECITA CHE TI PASSA

Cercate su internet uno sketch teatrale, dividetevi i ruoli e mettetelo in scena. Non perdetevi molto tempo a memorizzare le battute (avreste bisogno di molto tempo), concentratevi piuttosto sul personaggio, provando a capire qual è il suo ruolo all'interno dello sketch e... via con la recita! Lasciatevi andare all'improvvisazione il risultato finale sarà molto divertente.

2. SCAMBIO DI RUOLI

Scegliete o abbozzate un piccolo copione teatrale che abbia come protagonista una famiglia (il numero degli attori coinvolti deve ovviamente rispettare il numero dei componenti della famiglia) e dividetevi i personaggi. Nel farlo, però, scambiatevi i ruoli: il figlio interpreterà il genitore e viceversa. Datevi qualche giorno per memorizzare le battute e quando tutti si sentiranno pronti, date il via alla messa in scena.

Sarebbe divertente se ogni componente prendesse in prestito dagli altri un oggetto che denoti il ruolo: ad esempio la figlia potrebbe utilizzare la collana della mamma, il papà servirsi degli occhiali da sole del figlio, ...

capitolo 4

IL PROGETTO “STARE IN SCENA”

di ANTONIO MEMEO

Prima che l'emergenza Covid-19 ci impedisse di poterlo sperimentare, il progetto “STARE IN SCENA” è stato concepito come tensione - sempre presente nel teatro - di riprendere, col sociale, il senso del suo essere **celebra-zione dell'incontro**.

Partendo dalla caratteristica fondante per cui il teatro è possibile lì dove si presenta un rapporto tra attore e spettatore e dal fatto che i perché e l'utilità del materiale sociale e storico sono al servizio di fare teatro, il laboratorio “Stare in scena” ...

... nasceva dall'esigenza sociale che vede le famiglie sempre più in difficoltà in questa società in cui le relazioni e il rapporto familiare sono sempre più complessi, in un mondo che propone modelli educativi e pone poca attenzione sulle problematiche dei ragazzi.

... si proponeva, attraverso giochi ed azioni teatrali, di lavorare con giovani ed adulti su tematiche educative civiche sociali ed ambientali, del rispetto in generale, e di generare dentro di loro la voglia di approfondire le tematiche legate al senso di famiglia e dell'essere comunità.

La scuola, gli oratori, sono i luoghi da dove ripartire: i piccoli possono essere “portatori sani” di modelli di comportamento, essere elemento di rottura (nel senso positivo) all'interno delle famiglie, ma è tutti insieme che si genera il vero cambiamento.

Il laboratorio, pensato come proposta di “teatro sociale ludico e civico unito ad elementi musicali”, intendeva strutturarsi in: minimo 10 incontri della durata di due ore per massimo di 16 partecipanti con un incontro finale dedicato alla rappresentazione del lavoro svolto.

Il processo di lavoro individuava cinque fasi:

1. Indagini preliminari;
2. Raccolta del materiale attraverso racconti e documentazione ufficiale;
3. Lavoro teatrale attraverso il gioco;
4. Improvvisazione;
5. Approfondimento sui personaggi.



Proviamo quindi a ripercorrere le fasi come spunto per un lavoro laboratoriale che potrà essere riproposto alla prima occasione possibile.

INDAGINI PRELIMINARI - INCONTRO 1

In questo primo incontro, il conduttore del laboratorio dopo aver iniziato con esercizi di riscaldamento e di conoscenza tra gli attori, chiede ad ognuno dei partecipanti una presentazione personale: ciascuno dovrà parlare di sé raccontando la sua giornata tipo, i propri amici, gli hobby, alcuni aneddoti... Se resta del tempo si continua con esercizi di rilassamento.

PRIMA RICOSTRUZIONE - INCONTRO 2-3

I primi incontri saranno importanti perché si crei il clima giusto giacché, trattandosi di nuclei familiari, c'è la possibilità che si tenda a fare gruppi a sé. La scelta del materiale utile al lavoro di messa in scena, attraverso la lettura di monologhi e testi vari è importante già da questa fase.

La conoscenza, che man mano sarà sempre più forte tra conduttore e protagonisti, sarà la base di quella costruzione della drammaturgia che deve necessariamente essere parte del vissuto dei protagonisti. Come esempio pratico possiamo partire, dopo aver fatto gli esercizi di riscaldamento, nel distribuire e posizionare a casaccio, all'interno dello spazio di lavoro, degli oggetti; facciamo quindi camminare in maniera caotica gli attori (che non devono, durante questa camminata, toccare gli oggetti); quando il conduttore darà uno stop tutti si fermeranno e raccoglieranno l'oggetto più vicino (tutti dovranno alla fine avere un oggetto). L'oggetto raccolto sarà parte della storia che si improvviserà. Dopo che tutti avranno improvvisato con il proprio oggetto, potranno dopo improvvisare a due a tre o anche in ensemble.

LAVORO TEATRALE ATTRAVERSO IL GIOCO - INCONTRO 4/5

Il gioco è alla base delle relazioni interpersonali nel teatro come nella vita; in questa fase, giocando, si potranno sperimentare le potenzialità espressive del corpo, della voce, del movimento. Ci si potrà divertire! In fondo al capitolo sono riportati alcuni ulteriori esercizi da poter utilizzare.

IMPROVVISAZIONE - INCONTRO 6 - 7

L'improvvisazione teatrale è una forma scenica nella quale gli attori non seguono un copione definito, ma inventano un testo improvvisando. Caratteristiche fondamentali dell'improvvisazione teatrale sono proprio il lavoro di gruppo, la comunicatività, la creatività e la capacità di correre dei



rischi, poiché gli attori non hanno neppure la conoscenza di cosa faranno i loro compagni in scena. Importante è anche la rapidità nel prendere decisioni e l'adattamento alle situazioni impreviste che si possono verificare durante gli spettacoli. Tutte queste cose sono sostenute dalle esperienze proprie di vita e da una vasta conoscenza dei testi.

Detto ciò, ritengo che l'improvvisazione sia un viaggio nel cui itinere (e a prescindere dal materiale umano), lavorando sul proprio, attraverso una metodica ludico-teatrale fatta di giochi, di conoscenza dello spazio-tempo e di lavoro di gruppo, si possano raggiungere, come già personalmente appurato, dei buoni risultati laddove alla fine l'utente disponga di strumenti adatti a svolgere il proprio lavoro.

Dopo aver raccolto il primo materiale sufficiente attraverso il gioco dell'improvvisazione, si inizieranno a tracciare le prime linee utili per il lavoro e il risultato finale.

APPROFONDIMENTO SUI PERSONAGGI - INCONTRO 8

In questa fase è importante anche lavorare sulla caratterizzazione del personaggio, con esercizi in cui portare all'estremo il carattere e la natura stessa del personaggio, quindi in cui scavare dentro se stessi.

ALLESTIMENTO DEFINITIVO - INCONTRO 9-10

Si tratta del tratto ultimo di costruzione, ai fini della dimostrazione finale del percorso laboratoriale svolto. Questo tipo di lavoro teatrale individua una zona franca che mette a nostra disposizione ciò che antropologicamente comunque appartiene al percorso di vita di una comunità o del singolo all'interno di essa; il gioco, poi, e l'aspetto musicale, completano quelle che sono le materie di cui le famiglie partecipanti hanno bisogno.

Si precisa che ogni incontro laboratoriale sarà comunque strutturato in tre momenti:

- Training teatrale iniziale, fisico e di emissione vocale;
- Indagine di ricerca storica sociale e musicale;
- Esercizi per la migliore comprensione dello stare in scena e attività pratica.

All'interno di questi tre punti, si sviluppano anche improvvisazione e studio del personaggio.

Alla fine del percorso fatto da questi incontri laboratoriali, sarà mostrato il lavoro allestito per il pubblico.



suggerimenti di materiali e autori da utilizzare durante il percorso laboratoriale:

Monologo da “A piacer vostro” di W. sheakspeare

Un pazzo, un pazzo! Ho trovato un pazzo nella foresta. Un pazzo tutto variegato. Che miseria il mondo! Come è vero che vivo perché mangio, ho incontrato un pazzo, che era disteso per terra e si riscaldava al sole, e inveiva contro Monna Fortuna con parole assai giuste e ben appropriate, eppure era un pazzo tutto variegato. “Buon giorno, pazzo”, gli fo. “No, signore - mi risponde - non mi chiamate pazzo, finché il cielo non mi abbia dato fortuna”. E poi cava fuori dalla borsa un orologio e guardandolo con occhi spenti osserva assai saggiamente: “Sono le dieci; così possiamo vedere - dice - come il mondo cammina. Un’ora fa non erano che le nove e da qui a un’ora saranno le undici, e così d’ora in ora noi si matura e si matura e poi d’ora in ora si marcisce e si marcisce: e ci sarebbe da dirne qualcosa”. Quando ho udito il pazzo variegato moralizzare sul tempo i miei polmoni si sono messi a fare chicchirichì al pensiero che i pazzi possano essere capaci di così profonda riflessione. E ho riso senza smettere mai per un’ora intera del suo orologio. Oh, nobile pazzo! Oh, degno pazzo! Un abito variegato è proprio l’unico abito!



MONOLOGO da “Ricorda con Rabbia” di JOHN OSBORNE



Chiunque non abbia mai visto morire un uomo, soffre di un grave caso di verginità. (Il suo buon umore di qualche momento prima sparisce e comincia a ricordare.) Per dodici mesi ho guardato mio padre che stava morendo, avevo dieci anni allora. Era tornato dalla guerra di Spagna. Laggiù qualche pio gentiluomo l'aveva conciato in tal modo che non gli restava più molto da vivere. Tutti lo sapevano... anch'io lo sapevo. Ma, vedete, io ero l'unico a cui dispiaceva. La sua famiglia era imbarazzata da tutta la faccenda. Irritata e imbarazzata. Mia madre, poi, non era in grado di pensare che a una cosa sola: al fatto di essersi legata ad un uomo che sembrava trovarsi sempre dalla parte sbagliata, in tutto. Mia madre sarebbe stata lietissima di appartenere alle minoranze, purché fossero quelle che stanno in cima alla scala sociale. Noi tutti aspettavamo che morisse. La famiglia gli mandava un assegno ogni mese, e sperava che la facesse finita tranquillamente, senza volgarità e senza chiasso. Mia madre si limitava ad occuparsi di lui senza lagnarsi. Forse le faceva pena. Credo fosse capace di provare compassione. (Con disperazione) Ma io ero l'unico a cui dispiacesse veramente! Ogni volta che mi sedevo sull'orlo del suo letto e lo ascoltavo parlare, certe volte mi leggeva dei libri, dovevo lottare per non piangere. E alla fine di quei dodici mesi ero diventato un veterano. L'unica persona che stava ad ascoltare quel pover'uomo fallito e febbricitante era un ragazzino spaventato. Passavo delle ore in quella piccola stanza da letto. Mi parlava ore ed ore, raccontando gli avanzi della sua povera vita a un ragazzo solitario e sgomento, che riusciva a capire appena la metà delle sue parole. E tutto quello che riusciva a percepire era la disperazione e l'amarezza, l'odore dolce e nauseante di un uomo che muore.

Capite, ho imparato molto giovane cosa vuol dire l'angoscia, il non poter far niente, l'essere senza aiuto. E non lo dimenticherò mai. Quando avevo dieci anni io sapevo dell'amore, del tradimento... e della morte, molto più di quanto voi ne saprete probabilmente in tutta la vostra vita!



suggerimenti di esercizi teatrali vari estrapolati da “La grammatica dell'attore” e “La matematica dell'attore” di J. ALSCHITZ

BUONGIORNO

Un buon modo per iniziare e per stemperare la tensione, soprattutto quando si è ai primi incontri, è l'esercizio che chiameremo “Buongiorno”. Camminate nello spazio in modo caotico, evitando di girare in circolo come le pecore. Dividiamo in dieci le velocità, considerando zero punto di partenza e quindi fermi, poi aumentando la numerazione aumenta la velocità (questi comandi li dà il conduttore); scegliamo la velocità di partenza ed iniziamo; durante l'esercizio ogni volta che si incrocia un attore si dirà “Buongiorno” fino a che non lo si sarà fatto con tutti, si continua e allo stop del conduttore, fermi sul proprio posto, tutti insieme e all'unisono si dovrà dire “Buongiorno”.

Le varianti al saluto (Buongiorno) possono essere tipo: stringetevi la mano, fate un inchino, datevi uno schiaffo, datevi un bacio.

Un'altra variante può essere che quando incontrate, siete liberi di scegliere per primi la forma del saluto. Se invece dovete rispondere al saluto, allora fatelo in modo inadeguato al saluto che avete ricevuto, per esempio: vi hanno dato uno schiaffo e voi gli baciare la mano, di tutto questo fate tesoro e memorizzate le emozioni le reazioni e le espressioni, questo è materiale per il lavoro.

N.b.: Gli esercizi possono essere di diverso tipo; sia semplici che complessi, non ha importanza. L'importante che funzionino come trappole: gli esercizi devono essere facili, ma di una facilità ingannevole.

EQUILIBRIO NELLO SPAZIO

Camminare nello spazio in modo caotico, evitando di girare in circolo come le pecore utilizzando varie velocità; il compito è distribuirsi in modo uniforme nello spazio di lavoro. Durante la camminata, tutti dovranno fare in modo di non lasciare vuoti, quindi andremo a camminare là dove non c'è nessuno e poi faremo attenzione a che non si creino altri vuoti, tutti dovranno “occupare” uno spazio tenendo la stessa distanza mentre si cammina. Grazie



al mantenimento di una distanza sempre uguale, il carattere dei vostri spostamenti sarà sempre più diseguale ed imprevedibile. Allo stop del conduttore tutti contemporaneamente diranno “Buongiorno”.

ATTENZIONE ED ASCOLTO

Mettetevi in piedi in un ampio cerchio con il volto rivolto verso il centro, in modo da vedervi bene l’un l’altro. Le regole sono semplici: indirizzate un battito di mani verso uno dei vostri colleghi che stanno in cerchio. Questo è il battito N.1, colui che lo ha ricevuto spedisce il battito N.2 a un altro partner, quest’ultimo indirizzerà un battito ad un altro attore che si trova nel cerchio, il battito N.3. Ora attenzione! Il battito N.4 non verrà spedito a qualcun altro dall’attore che ha ricevuto il battito N.3; costui, invece, lo prenderà al volo, come se schiacciasse una tarma o una zanzara, di conseguenza questo attore mette fine al primo ciclo di passaggi ma immediatamente dopo ne inaugura un altro, identico al primo, con un nuovo battito di mani.

Lo schema, sempre uguale per tutte le varianti, apparirà come segue: N.1-N.2-N.3-N.4, N.1-N.2-N.3-N.4, ...ecc.

Al principio eseguite questo esercizio a un ritmo tranquillo, poi cambiane il ritmo a vostra volontà, aumentate gradualmente la velocità. Dopo aver assimilato il principio base dell’esercizio, stabilite una regola: chi sbaglia esce dal gioco e dal cerchio.

VARIANTE 1: Eseguite l’esercizio muovendovi liberamente nello spazio, prima lentamente e poi di corsa. Mettetevi d’accordo sul fatto che si può indirizzare il battito di mani l’uno all’altro non solo ‘di fronte’, ma anche ‘di schiena’.

Questo cambiamento richiederà un’attenzione maggiore, quindi maggiore “ascolto” soprattutto nei confronti dei partner.

PARTICELLE MOLECOLARI

Mettetevi d’accordo in anticipo sul fatto che una parte degli attori del vostro gruppo sono particelle con carica positiva, mentre gli altri sono particelle con carica negativa.

Secondo la legge fisica le particelle con cariche contrapposte si attirano reciprocamente, mentre quelle con cariche uguali si respingono.

Cioè, mentre siete in movimento vi è permesso trovarvi vicino a degli attori che hanno una carica contrapposta alla vostra e vi è proibito avvicinarvi a meno di un metro a quelli che hanno una carica identica alla vostra.



VARIANTE: aggiungete nuove condizioni, per esempio gettate sul pavimento delle palle da tennis e correte senza toccarle, oppure sostituite le palle, là dove è possibile, con delle candele accese.

TRASFORMAZIONE DEGLI OGGETTI

Sedetevi in cerchio, prendete un oggetto qualunque: un pezzo di corda, un bastoncino di legno, una biglia di vetro. Dovete attribuire a questo oggetto un significato di volta in volta diverso in base alle azioni con cui lo utilizzerete. Un bastoncino di legno può trasformarsi in un archetto di violino, in un canocchiale, in un pettine o in un affilato bisturi nelle mani di un chirurgo. Così, passandovi l'un l'altro sempre lo stesso oggetto, attribuitegli diverse vite.

VARIANTE: Eseguite un compito analogo correndo, lanciandovi la palla e chiamandola con un “nome” nuovo: ferro da stiro, pallone aerostatico, fiore, ecc.

L'attore a cui viene fatto il passaggio deve afferrare la palla in modo conforme al significato del suo nuovo “nome”, inventare un altro e passarla oltre.

RISO E LACRIME

Cominciate a ridere usando il suono A. Non pensate alla naturalezza e sincerità di questa risata, è importante che il suono emesso sia pulito e che l'esercizio sia fatto con continuità; come minimo deve durare un minuto, se dura di più è meglio. Fate la stessa cosa con il suono O, poi con U, E, I.

Ora ridete ininterrottamente per due minuti cambiando il suono dalla A alla I, poi cominciando dalla I passate alla A. Poi le lacrime: piangete con il suono A, poi cambiate la lettera così come avete fatto col riso. Compito successivo: usando tutti i suoni dalla A alla I, alternate riso e lacrime per 2-3 minuti.

VARIANTE: Fate questo esercizio in coppia; usate sempre lo stesso suono, un attore ride mentre l'altro piange, poi quello che prima rideva comincia a piangere e viceversa. Come nella vita.

Il racconto di un'esperienza: “Una Famiglia in Più”

Da piccolo, la mia fu un'infanzia ricca di tante belle cose, spensierata, poi successivamente arrivò la crisi edilizia, mio padre e molti altri rimasero senza lavoro e arrivarono le ristrettezze.

Ricordo che quella crisi toccò molte famiglie, e ricordo che tra famiglie, di porta in porta, ci si aiutava in mille modi diversi per cercare di andare avanti, e questo aiuto tramutato in condivisione, solidarietà, assistenza, ha lasciato dentro di me quella speranza, il segno di comunità.

Alcuni anni fa ho avuto il piacere di conoscere un'associazione locale il cui nome è “Una Famiglia in Più” che si occupa di condivisione ed inclusione tra famiglie, con lo scopo ed obiettivo di avvicinare famiglie con l'esigenza di donare aiuto (mettendo a disposizione il loro tempo, gli spazi e quant'altro), ed altre con il bisogno e la necessità di ricevere aiuto.

L'aiuto non era mai di natura economica: semplicemente le famiglie si mettevano a disposizione ospitando a casa, i pomeriggi, i figli delle famiglie disagiate, aiutandoli a svolgere i compiti, facendo condividere spazi e giochi con i propri figli, con i quali diventavano presto amici, e portandoli in giro, senza mai sostituirsi ai propri genitori.

Con questa associazione ho realizzato e curato la regia di un corto dal titolo “Una Famiglia in Più”.

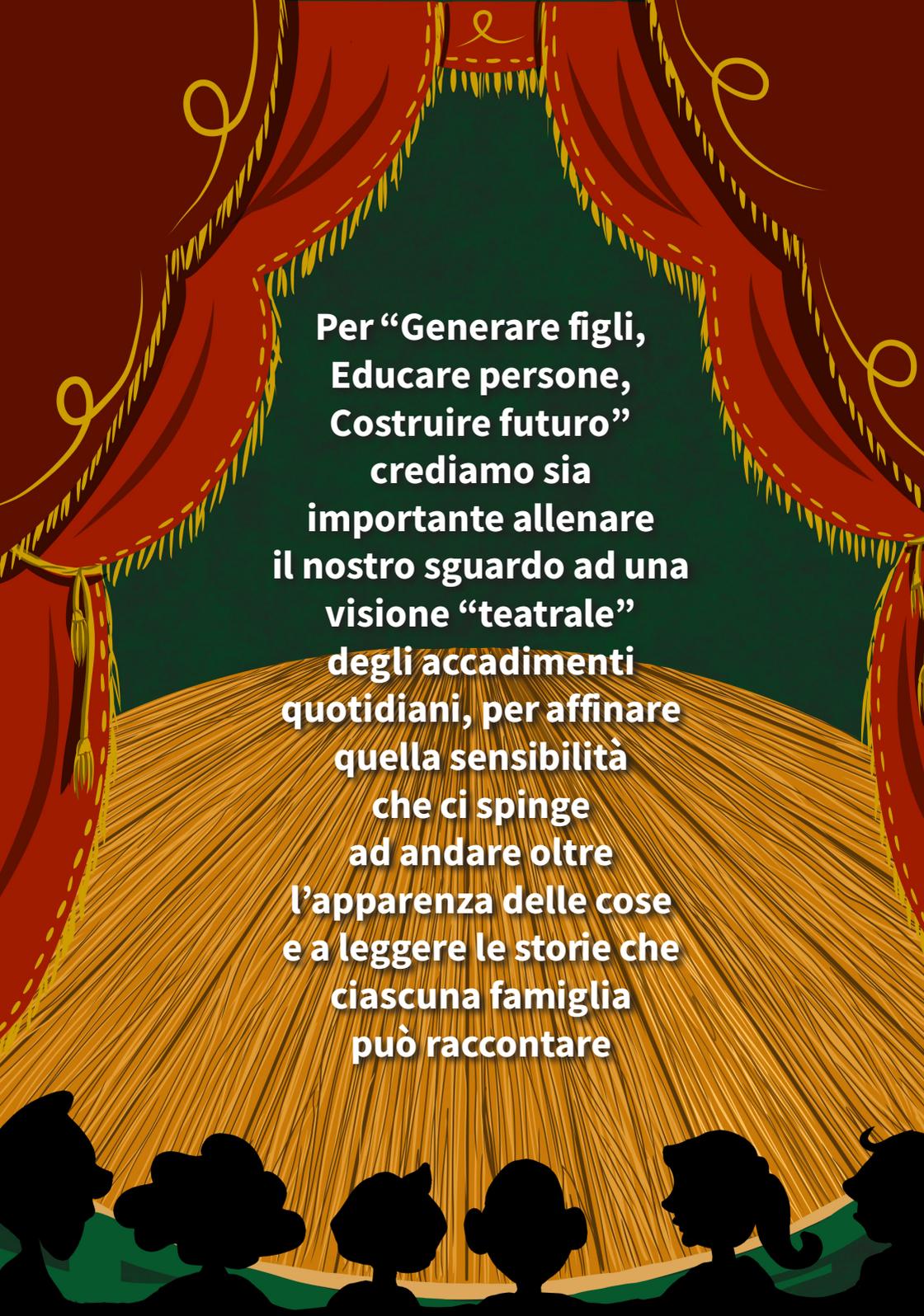
Gli attori che si sono prestati per il corto sono i veri protagonisti di questo progetto di condivisione tra famiglie.

Il cortometraggio è disponibile al link:

<https://www.youtube.com/watch?v=PrKR5iFHfso>

e può mostrare, meglio di molte parole, quanto importanti possano essere gli strumenti espressivi per affrontare al meglio le sfide familiari.





**Per “Generare figli,
Educare persone,
Costruire futuro”
crediamo sia
importante allenare
il nostro sguardo ad una
visione “teatrale”
degli accadimenti
quotidiani, per affinare
quella sensibilità
che ci spinge
ad andare oltre
l’apparenza delle cose
e a leggere le storie che
ciascuna famiglia
può raccontare**