

SCHEDA ATTIVITÀ: "TANTO PIACERE!"

A cura di **Lodovico Bellè**

Obiettivo:

- Facilitare la conoscenza reciproca (o approfondirla, nel caso di gruppi già formati), l'apertura verso gli altri, l'empatia, l'ascolto, la socializzazione e il rispetto reciproco;
- superare eventuali chiusure, timidezze e ansie nelle interazioni sociali;
- imparare ad identificare, esprimere e gestire le proprie emozioni;
- sviluppare la concentrazione, la memoria e la gestione del ritmo, del corpo e della voce.

Attività in semplici passi

- Nella prima fase del gioco, l'operatore fa disporre i partecipanti in cerchio - "Il cerchio delle autopresentazioni" - e a turno, ciascuno di loro (non importa se si procede in senso orario o antiorario) deve dire ad alta voce il suo nome, una cosa che gli piace e il motivo per cui gli piace; oppure una cosa che non gli piace e il motivo per cui non gli piace. È bene che inizi il giro l'operatore stesso per fare da esempio; inserendosi nel cerchio insieme ai partecipanti e dicendo una semplice frase del tipo: "io sono Lodovico e mi piace insegnare teatro perché mi arricchisce umanamente"; oppure: "Io sono Lodovico e non mi piacciono le guerre perché portano alla distruzione". Prima di iniziare il giro di autopresentazioni, l'operatore chiede ad ogni partecipante di prestare molta attenzione a ciò che dirà la persona che lo precede nel cerchio; perché al secondo giro, ciascuno - oltre a ripetere il proprio nome e la propria frase - dovrà ripetere anche il nome e la frase di chi sta alla sua sinistra (o destra, in base alla direzione del giro). Al terzo giro ogni partecipante - oltre a ripetere il proprio nome e la propria frase - dovrà ripetere anche il nome e la frase dei primi due che lo precedono; al quarto giro dei primi tre, e così via fino a che tutti non imparano i nomi e i gusti (o "disgusti") di tutti gli altri. È ovvio che per ogni partecipante la frase deve rimanere la stessa identica ad ogni giro e anche nelle fasi successive dell'attività.
- Nella seconda fase del gioco l'operatore fa sedere tutti i partecipanti allineati lungo una parete e, nel frattempo, crea davanti a loro uno spazio scenico, disponendo due sedie - una a destra e l'altra a sinistra - come se fossero due quinte teatrali (a meno che l'attività non si svolga già direttamente in un teatro con delle vere quinte e una platea); poi chiede al primo della fila di attraversare lo spazio scenico, camminando da dietro la sedia/quinta di sinistra, fino ad arrivare dietro a quella di destra, ripetendo il proprio nome e la frase già detta

durante i precedenti giri di autopresentazione in cerchio; per poi tornare al centro dello spazio scenico ed inchinarsi al pubblico, ossia agli altri partecipanti.

L'indicazione che l'operatore deve dare in questa fase, è che la durata della battuta deve coprire tutto il tempo della camminata; ossia non deve finire né troppo presto (quando si è ancora a metà percorso), né troppo tardi (quando si è già arrivati dietro la sedia/quinta di destra); né ci si può fermare, perché le due azioni - quella del camminare e quella del parlare - devono essere contemporanee e continuative nel tragitto che separa le due sedie/quinte (tecnica del "camminar parlando"). Questo significa che occorre regolare bene la velocità della camminata in relazione alla lunghezza della frase da interpretare e allo spazio da percorrere (sembra facile, ma non tutti ci riescono bene la prima volta).

- Dopo che l'ultimo partecipante della fila ha completato l'esercizio, si passa alla fase successiva, chiamata: "le quattro presentazioni", in cui ogni partecipante deve attraversare lo spazio scenico quattro volte consecutive, passando - nell'ordine - da sinistra a destra, da destra a sinistra, da sinistra a destra e da destra a sinistra: ossia deve effettuare quattro passaggi tra una sedia/quinta e l'altra, senza mai fermarsi, ma cambiando ogni volta l'interpretazione dell'emozione; sia per quanto riguarda il tono della voce, sia per quanto riguarda la postura del corpo, il tipo di camminata, l'espressione del viso, ecc...
Quindi la frase di ciascun partecipante sarà sempre identica (la stessa già detta e ripetuta durante tutte le precedenti fasi dell'attività) ma verrà interpretata in modo diverso ad ogni passaggio: con allegria, tristezza, paura, disgusto, rabbia, ecc...
Una variante dell'esercizio prevede che, anziché cambiare soltanto l'interpretazione delle quattro emozioni (come se a passare fosse sempre lo stesso personaggio ma con stati d'animo ogni volta diversi) i partecipanti immaginino di cambiare completamente tipologia di personaggio per ciascuno dei quattro passaggi. Per farlo efficacemente devono, di volta in volta, domandarsi: "con che voce parlerebbe e come camminerebbe, ad esempio, un folletto dei boschi?"; "un soldato?"; "una ballerina?"; "un ubriacone?"; "una vecchia strega?"; "uno scienziato pazzo?"; "una regina?"; ecc...
- Dopo che l'ultimo partecipante ha completato i quattro passaggi, si passa alla fase successiva dell'attività; ossia quella delle "presentazioni in coppia", in cui l'operatore chiede ai primi due partecipanti della fila (che nella fase precedente si erano esibiti, rispettivamente, per primo e per secondo), di partire rispettivamente da dietro la sedia/quinta di destra e da dietro quella di sinistra; e - al segnale del "via" - di camminare l'uno verso l'altro per arrivare a stringersi la mano esattamente al centro dello spazio scenico (ciò significa che devono partire contemporaneamente ed avanzare alla stessa velocità, altrimenti il loro incontro avverrà troppo a destra o troppo a sinistra). Stringendosi la mano, i due devono presentarsi dicendo, ciascuno, il proprio nome e la propria frase già ripetuta in tutte le fasi precedenti (occorre accordarsi precedentemente su chi dei due deve parlare per primo e chi per secondo).
Ogni coppia dovrà presentarsi in questo modo, almeno due o tre volte (ripartendo ogni volta da dietro le rispettive sedie/quinte), cambiando l'interpretazione dell'emozione ad ogni stretta di mano, ma ovviamente mantenendo sempre identiche le rispettive frasi. Ciascuno

è libero di scegliere autonomamente l'emozione con cui, di volta in volta, presentarsi all'altro (se, ad esempio, chi viene dalla sedia/quinta di destra decide di presentarsi rabbiosamente, nessuno vieta a chi viene da quella di sinistra di rispondergli gioiosamente, ecc...). Anche in questo caso, invece che cambiare semplicemente le interpretazioni delle emozioni, si possono completamente cambiare quelle delle tipologie dei personaggi (domandandosi, di volta in volta, ad esempio: come camminerebbero e con che voce parlerebbero, presentandosi tra loro, una fata dei boschi e un ubriacone?; un generale e una strega cattiva?; uno scienziato pazzo e una ballerina?; ecc...).

È importante che, prima di far partire l'esercizio, l'operatore dica a tutti di ascoltare attentamente le presentazioni degli altri partecipanti, perché dovranno ricordarsele tutte nel livello avanzato della fase successiva.

L'esercizio termina dopo che si sarà esibita l'ultima coppia di partecipanti.

- Nell'ultima fase dell'attività, l'operatore deve far camminare i partecipanti in ordine sparso nella stanza (senza scontrarsi, né andare tutti nella stessa direzione, né girare in cerchio), invitandoli a presentarsi reciprocamente, dandosi la mano e dicendo il proprio nome e la propria battuta (sempre la stessa già ripetuta in tutte le fasi precedenti) ogni volta che, camminando, incrociano lo sguardo di qualcun altro. Occorre procedere a testa alta e nessuno può rifiutarsi di incrociare lo sguardo - e quindi di presentarsi - con qualcun altro: se due partecipanti hanno litigato, questa è l'occasione buona per riavvicinarsi. Dopo qualche minuto di gioco, l'operatore annuncia il passaggio al livello avanzato (precedentemente annunciato); in cui ciascuno, camminando, non dovrà presentarsi dicendo il proprio nome e la propria frase, bensì il nome e la frase di chi, di volta in volta, gli stringerà la mano dopo averne incrociato lo sguardo. È ovvio che se i partecipanti sono stati attenti durante tutte le fasi dell'attività (in cui ciascuno - a partire dal primo cerchio delle autopresentazioni - ha ripetuto sempre la stessa identica frase), alla fine hanno sentito ripetere i nomi e i gusti (o "disgusti") di tutti gli altri, talmente tante volte che non dovrebbero avere problemi a ricordarseli e a ripeterli, "identificandosi" di volta in volta con chi incrociano durante la camminata in ordine sparso.

Suggerimenti per i docenti e i formatori

- Prima di iniziare la fase delle "quattro presentazioni" l'operatore deve raccomandare ai partecipanti di non improvvisare le emozioni e - a maggior ragione - le tipologie dei personaggi che intendono interpretare durante i quattro passaggi tra una sedia/quinta e l'altra; bensì di pensarci prima per qualche secondo e cercare di ricordarsene l'ordine di entrata in scena; perché l'effetto percepito dal pubblico, deve essere quello di quattro passaggi consecutivi, effettuati con lo stesso ritmo e senza pause dietro le quinte (devono essere regolari come un metronomo; invece spesso succede che i partecipanti, tra un passaggio e l'altro, si fermano dietro le quinte a cercare di ricordarsi, o peggio, di scegliere

estemporaneamente, la successiva emozione o la successiva tipologia di personaggio da interpretare).

Tempo

Generalmente l'attività dura circa due ore, con un gruppo di venti partecipanti (diminuendo il numero dei partecipanti, diminuisce anche il tempo di gioco).

Materiale:

Due sedie per simulare le quinte di destra e sinistra (a meno che l'attività non si svolga già direttamente in un teatro con delle vere quinte).