

## **Lo psicodramma E i metodi attivi**

L'invenzione dello psicodramma si deve a **J.L. Moreno**, psichiatra di origine rumena, che, nella Vienna degli anni venti, portava a felice integrazione diverse prospettive ideali e di intervento.

Moreno, collegato all'avanguardia culturale viennese della rivista *Daimon*, sentiva contestualmente gli stimoli provenienti dalla sperimentazione teatrale, dall'interesse per la clinica e la psicopatologia e, non ultima, una forte motivazione al cambiamento sociale e alla difesa dei più deboli.

Queste quattro diverse prospettive (filosofico/ideale, teatrale, clinica e sociale) sono elementi fondanti dello psicodramma, che oggi viene definito "classico" per distinguerlo da altri tipi di psicodramma (jungghiano, analitico ecc.) che hanno un impianto di riferimento teorico differente da quello moreniano. In Italia si deve a **Giovanni Boria** l'introduzione del metodo originario, classico appunto, da lui poi ampliato e sviluppato.

La parola psicodramma, letteralmente "mente in azione", indica un metodo di approccio psicologico che consente ai contenuti mentali di farsi concreti e osservabili grazie all'**azione** appunto. Lo psicodramma è di fatto un **metodo d'azione**.

Il luogo fisico adibito allo svolgimento delle sessioni è il **teatro**, non necessariamente inteso come teatro all'italiana, poiché in esso si svolgono azioni destinate ad essere oggetto di una serie di sguardi. Psicodramma è oggi un **concetto multifunzionale**: è una fra le tecniche usate in varie forme di psicoterapia o in diverse attività di formazione ed educative; in altri approcci psicoterapeutici, a cui si accennava poco sopra, è integrato a pieno titolo come modalità principale di intervento, ma subordinato a modelli di riferimento estranei alle sue origini; in altri contesti ancora lo psicodramma è stato trasformato in un tipo particolare di teatro di comunità. Forse proprio per questo motivo, e per la diffusione lenta e relativamente recente che ha avuto in Italia, lo psicodramma classico, quale **psicoterapia di gruppo** elaborata da Moreno e sviluppata dai suoi successori, è ancora scarsamente conosciuto nel nostro paese.

I metodi attivi, a cui lo psicodramma, insieme a **playback theatre, sociodramma e teatro sociale**, si ascrive, oltre ad essere centrali nello psicodramma terapeutico, sono un ausilio importante per favorire la crescita personale, ampliando la conoscenza di sé e della propria storia promuovendo la consapevolezza relazionale e gruppal e facilitando lo sviluppo della capacità comunicativa, attraverso un **riaddestramento emotivo e l'uso del corpo**, nella sua globalità.

Lo psicodramma e i metodi attivi prevedono pertanto per la riuscita stessa dell'intenzione formativa la partecipazione attiva del gruppo, che viene considerato la risorsa primaria per ottenere il massimo sviluppo degli obiettivi del singolo. Infatti, attraverso la condivisione degli obiettivi del gruppo si sviluppa la personalità di ogni singolo, la sua attitudine alla socialità, le possibilità di espressione e di rielaborazione dei suoi vissuti all'interno di un luogo protetto e adatto a contenerli e a dare loro forma grazie alle dinamiche del gruppo stesso.

Lo scopo che si prefiggono è dunque quello di arricchire la persona e di accompagnarla nel suo percorso di crescita, chiedendole di essere agente attivo della sua storia in modo da sviluppare il senso di responsabilità, l'autostima, l'espressività e la capacità narrativa. I metodi attivi sono dunque un utile strumento per la creazione di senso basato sulla costruzione di un linguaggio condiviso e sul riconoscimento reciproco che scaturisce dal clima di fiducia, dalla cooperazione e dalla capacità di lavorare in interazione ed integrazione con gli altri. Si sono infine rivelati utili **strumenti formativi** che promuovono la crescita professionale stimolando un'analisi ed una ridefinizione del ruolo professionale stesso e sviluppando una maggiore consapevolezza dei confini e delle connessioni tra ruoli personali e ruoli professionali.