

PROGRAMMA

TEATRO DI... RELAZIONI E CREATIVITÀ

Percorso rivolto ai detenuti della Case Circondariali di Cagliari - Uta e Sassari-Bancali

Attraverso l'analisi degli strumenti espressivi della persona e con l'ausilio di alcune tecniche attoriali di base, questo percorso è finalizzato a condurre i partecipanti ad un approccio più consapevole nei confronti della loro espressività e dei loro approcci comunicativi. Una formazione che risulta particolarmente efficace anche per riconsiderare un'immagine di sé volta all'essere, innanzitutto, "persona comunicante" e costantemente in relazione con il contesto e con l'altro.

PRIMO GIORNO	
CONOSCENZA DEL GRUPPO E INTRODUZIONE AL LAVORO	- Creazione del gruppo e di un'atmosfera funzionale al lavoro attraverso la <i>proposta di esercizi semplici di approccio e conoscenza</i> .
TEATRO E METODO TEATRICO	- Presentazione del laboratorio e introduzione alle tematiche attraverso una modalità interattiva e partecipata. Teatro e Teatrico: una modalità di lavoro su se stessi <i>Proposta di un esercizio di gruppo per comprendere sul piano esperienziale gli argomenti.</i>

SECONDO GIORNO	
COMUNICAZIONE, REL- AZIONE E LINGUAGGI ESPRESSIVI	- La comunicazione e il linguaggio del corpo: espressività-gestione dello spazio-vicinanza dei corpi nello spazio. - Che cos'è l'automatismo e in che modo agisce (e ci fa agire) nella comunicazione. - Comunicazione e Relazione: quali differenze. <i>Esempi pratici e proposta di alcuni esercizi teatrici, a coppie e in gruppo, per sperimentare il linguaggio espressivo e la scelta comunicativa.</i>

TERZO GIORNO	
LE EMOZIONI	- In che modo l' <i>emozione</i> si esprime e si trasferisce sul corpo. - La gestione delle emozioni nella comunicazione e nella relazione: esempi pratici attraverso il parallelo con il Teatro e con la capacità dell'attore di "scegliere" e disciplinare le emozioni. <i>Sperimentazioni laboratoriali di scelta e gestione di un'emozione.</i> <i>Proposta di esercizi sulla consapevolezza e coerenza espressiva.</i> <i>Realizzazione di brevi interviste per gestire la comunicazione in base alla consapevolezza e all'osservazione delle emozioni.</i>

QUARTO INCONTRO

COMUNICARE SE STESSI.
NARRARE SE STESSI.
STORYTELLING TEATRICO

- Sperimentazione di una modalità comunicativa “narrativa” allo scopo di creare congruenza espressiva armonizzando la sfera fisica, razionale ed emotiva.
- Scelta comunicativa e presenza nel “qui e ora”.

Esercizi sulla narrazione di sé (in modalità singola e/o di gruppo) sullo storytelling come modalità di espressione e gestione consapevole di emozioni.

QUINTO INCONTRO

COMUNICARE SE STESSI.
NARRARE SE STESSI.
STORYTELLING TEATRICO

- Partire dalla relazione con se stessi per costruire relazioni con gli altri.
- Il Gruppo: essere parte di una narrazione collettiva.

Lavoro conclusivo di Gruppo sulla narrazione come modalità espressiva volontaria.

Momento di condivisione finale e feedback conclusivi sull'esperienza.

N.B. È importante sottolineare che *ogni percorso teatrale si ritaglia e si costruisce sul gruppo e sui singoli membri che lo costituiscono*. Pertanto saranno tenute in grande considerazione le propensioni, le preferenze, le ambizioni di ogni partecipante al fine di dar vita ad uno spazio laboratoriale a misura di persona. In tal senso tutte le discipline e le sperimentazioni affrontate, saranno proposte evitando i tecnicismi impermeabili alla realtà quotidiana tipici di alcuni corsi di Teatro e puntando, al contrario, all'applicabilità nell'immediato delle competenze intuitive e acquisite.