

## **TEATRO TERAPIA**

Si definisce teatroterapia la messa in scena dei propri vissuti, all'interno di un gruppo, con il supporto di alcuni principi di presenza scenica derivati dall'arte dell'attore. Essa implica l'educazione alla sensorialità e alla percezione del proprio movimento corporeo e vocale; agisce attraverso la rappresentazione di personaggi extra-quotidiani (in alcuni casi improvvisati), ma implica un minuzioso lavoro espressivo. In questo contesto lo spettacolo teatrale assume il particolare significato di testimoniare che la malattia di Parkinson non ferma la voglia di mettersi in gioco, di esprimere la creatività, di affrontare nuove sfide, di raccontarsi, di divertirsi, di far emozionare ed emozionarsi.

Il laboratorio teatrale è un contenitore dove i partecipanti provano a divertirsi esprimendosi liberamente, senza la preoccupazione di essere derisi o giudicati. Fare laboratorio teatrale è sperimentare il gioco di essere qualcun altro, comunicare ed entrare in contatto con altre persone, far parte di un gruppo senza perdere la propria identità. Significa quindi scoprire le proprie risorse, mostrarsi come non ci si mostra in altri contesti, entrare in contatto con le proprie emozioni e con quelle degli altri.

Dall'esperienza di teatro-terapia è nata la compagnia *Teatro&Tremore*. Nelle rappresentazioni il soggetto, la trama e le scenografie sono state ideate e sviluppate nell'ambito del *Laboratorio teatrale* organizzato dall'Associazione Italiana Parkinsoniani di Bergamo.

Nel lavoro svolto durante il laboratorio teatrale è richiesta sensibilità e percezione. Interpretare i vari personaggi evidenzia la capacità di gestire un minuzioso lavoro espressivo, il rispetto dei tempi e spazi assegnati, lo studio del copione. Tutto questo sforzo, nel gioco del teatro, rende possibile il beneficio terapeutico portando il paziente a migliorare la propria capacità cognitiva, di gestione del movimento corporeo, di mimica e di dizione.