

Convegno



Arte, Benessere e Cura

La formazione alle competenze comunicative e relazionali attraverso il teatro

Sintesi degli interventi dei relatori

12 novembre 2015

Teatro e cambiamento

A cura di **Alessandro Pontremoli**

L'esperienza teatrale rappresenta in tutte le culture un motore di cambiamento. L'antropologia ha messo in evidenza come la dimensione rituale e quella ludica siano "scarti di senso" di grande potenza per mettere l'uomo di fronte significato del suo essere al mondo. Il confronto con nuovi orizzonti scientifici, in apparenza molto distanti dal teatro, è oggi la possibilità di comprendere con maggior evidenza quali meccanismi il teatro stesso attivi nei processi di produzione simbolica, apprendimento e adattamento dei soggetti.

In particolare sarà di aiuto il riferimento al concetto di rappresentazione come statuto fondamentale della conoscenza.

Co-Health. Teatro, benessere e formazione: teoria, metodo e strumenti

A cura di **Alessandra Rossi Ghiglione**

L'arte, come ricorda anche Marc Johnson nel suo *The Meaning of the Body*, è un potente facilitatore di processi di conoscenza poiché consente di allenare l'immaginazione morale e di sviluppare un'autentica comprensione del mondo. Tale comprensione del mondo, che va al di là delle parole e dei concetti, ha le sue radici in un sentirsi e sentire l'altro e non è un'acquisizione cognitiva astratta ma una modalità di orientamento utile al benessere della persona e delle relazioni e a scelta di etica e civiltà. La metodologia di Teatro Sociale e di Comunità che è alla base dei protocolli formativi del progetto di ricerca Co-Health si colloca nella prospettiva delle medical humanities, alla quale le neuroscienze stanno dando significativo contributo, e nasce da una scelta di ricerca multidisciplinare che si pone come obiettivo di senso -oggi più che mai- non solo quella della produzione di conoscenza teorica, ma di un reale impatto sociale.

Tale metodologia ha un'ampia radice teorica messa a punto in un percorso di quindici anni dall'Università di Torino, che fa riferimento tanto a studi di teatrologia e di somatica quanto a studi delle scienze sociali e di psicologia di comunità per i quali rimandiamo alla bibliografia disponibile sul sito www.cohealth.it. In questa prospettiva **il Teatro Sociale e di Comunità si configura come un dispositivo insieme artistico-educativo-sociale che ha al suo cuore la persona e le sue relazioni e che agisce come enzima potenziatore di azioni più ampie finalizzate alla formazione e capacitazione della persona e dei gruppi (pedagogia e andragogia), alle costruzioni di società plurali e inclusive, allo sviluppo di welfare e di benessere di comunità.**

SCT Centre ha utilizzato questa metodologia con successo in importanti progetti internazionali (SCT Centre è vincitore per due volte del bando Cultura dell'Unione Europea, e collabora stabilmente con le Nazioni Unite su programmi psicosociali post trauma di guerra) ma è in Piemonte che ha sperimentato una sua specifica declinazione nell'ambito della salute e del benessere collaborando dal 2003 con moltissimi soggetti pubblici e privati del sistema sociosanitario regionale.

La letteratura internazionale mostra un crescente interesse per l'impatto in termini di benessere dell'arte nei contesti di cura. Alcuni di questi **studi, come evidenziato dalla ricerca documentale svolta nell'ambito del progetto Co-Health, riguardano l'efficacia dell'utilizzo di tecniche teatrali per la formazione di operatori sanitari** (studenti e professionisti) e tutti evidenziano uno sviluppo positivo di skills, con particolare riguardo all'empatia e alle capacità di apprendimento.

Il teatro ha infatti il suo specifico in due aspetti che sono cruciali per la formazione: il lavoro sulla relazione intrapersonale (non c'è teatro senza rapporto organico tra sensazioni, emozioni, pensieri, immaginario) e interpersonale (non c'è teatro senza rapporto vivo e diretto tra attore e spettatore) **e il coinvolgimento diretto psicofisico delle persone non solo nella creazione dell'opera ma nell'opera stessa** (l'opera teatrale è infatti un'azione di persone).

La formazione alla relazione implica lo sviluppo sia di skills emotive inerenti la capacità di connessione e risonanza (tra cui l'empatia), sia di skills relazionali e cognitive con particolare riferimento alla dimensione costantemente variabile e dinamica e di gioco di ruolo/identità personali che la relazione chiama in causa. In sostanza **la capacità di relazione non presuppone solo una capacità di sentire l'altro ma anche di agire**, e in particolare di aggiustare continuamente la propria azione -ovvero di pensare e agire insieme- in rapporto alla variazione di informazioni contestuali (comunicazione non verbale dell'altro e dell'ambiente) e in rapporto alla propria identità personale e insieme al proprio ruolo sociale/professionale. Tutte le 10 life skills individuate dall'OMS sono necessarie per agire buone relazioni.

Se la forma della formazione è un elemento necessario ad ogni processo di capacitazione, nel caso della relazione è chiaro che **non si può insegnare né imparare la relazione se non attraverso una forma della formazione che consenta di sentire e agire in uno spazio protetto di addestramento** (diverso cioè dal tirocinio, che risponde ad altri obiettivi di addestramento). Alcune considerazioni anche di tipo quantitativo (numero di ore di formazione e metodologie didattiche coerenti) vanno dunque poste alla formazione di base di professionisti che si occupano di relazione (di cura, di aiuto, educativa).

Il teatro è per sua natura uno spazio protetto dove sperimentare processi di immedesimazione e di azione. Parliamo del teatro non tanto come esperienza della visione di spettacoli, ma del teatro come esperienza di creazione. **Un teatro del fare più che un teatro da vedere.** Nel teatro del fare i partecipanti sperimentano i tre processi fondamentali della teatralità: la autorialità (essere autore di una storia/una scena/un'opera), la attorialità (rappresentare attraverso il proprio corpo), la spettatorialità (essere spettatore di una scena teatrale).

Nella metodologia utilizzata in Co-Health per entrambi i protocolli formativi (studenti e professionisti) i partecipanti sono stati autori, hanno agito, hanno guardato teatro ma senza arrivare a uno spettacolo finale. Si è lavorato pertanto con **un processo artistico che è quello proprio della fase di allenamento dell'attore e di creazione collettiva di un'opera**, fatto di esercizi provenienti dal training dell'attore (qualità della presenza: corpo, voce, movimento), dalle arti marziali, dal Feldenkrais, di giochi di cooperazione, di attività di improvvisazione teatrale, di costruzione di personaggio, di narrazione, di messa in scena e role playing, etc.. Il percorso ha implicato anche momenti di assessment, di elaborazioni cognitive in forma di gruppo attraverso il linguaggio verbale orale e/o verbale scritto di tipo narrativo.

Il protocollo formativo si è concentrato su alcuni aspetti ritenuti fondamentali per lo sviluppo di benessere e di capacità relazionale, ovvero **1) la capacità di riconoscere il proprio benessere psicofisico attraverso un aumento della consapevolezza corporea e dell'integrazione corpo/mente (sensazioni-emozioni-pensieri); 2) la capacità di riconoscere gli elementi di legame con l'altro (persona, ambiente fisico, situazione di ruoli) e di gestirli in modo consapevole; 3) la capacità di cambiare punto di vista attraverso l'attivazione di una modalità creativa di pensiero con l'uso dell'immaginazione e del gioco.**

In coerenza con la metodologia che ha le sue radici nel teatro antropologico e corporeo, **il teatro è stato utilizzato come dispositivo che potenzia e rivela l'esperienza** (ci fa sentire con più chiarezza e rendere manifesto quello che c'è e ci fa sperimentare in modo protetto altri possibili vissuti) piuttosto che demistificarla rispetto a un dato di presunta oggettività della realtà. Anche quando sono state portate in scena situazioni del mondo reale sanitario -come per esempio accade nel role playing- ciò è stato fatto a partire e nel rispetto del vissuto e dell'immaginario dei partecipanti. I partecipanti hanno potuto vivere e rappresentare se stessi come si percepiscono nella loro identità di curanti, indipendentemente da elementi di giudizio. La libertà di esprimersi è condizione essenziale alla metodologia per la quale **la trasformazione -anche critica- del proprio agito non può che passare innanzitutto da una profonda autotrasformazione del sentirsi e del sentire nel libero gioco creativo** che sottopone le situazioni reali e l'immaginario non a verifiche di realtà ma a verifiche di autenticità.

In questa prospettiva **l'allenamento alla qualità della presenza, alla coralità, alla creatività, alla messa in forma organica (comunicazione + bellezza) sono i 4 pilastri di lavoro teatrale di Co-Health.**

La formazione dei curanti attraverso il teatro è stata in Co-Health essenzialmente **un processo che stimola il cambiamento personale poiché riteniamo che questo sia base necessaria per ogni apprendimento anche professionale.** Tale cambiamento avviene a un livello profondo dell'essere e lo nutre nel tempo come un'acqua che scorre in profondità, manifestandosi innanzitutto in una diversa qualità di presenza e di sguardo: un sentimento di sé differente (consapevolezza corporea e delle proprie risorse, esserci e vedersi allo stesso tempo), un dinamismo (disponibilità al movimento fisico ma anche del punto di vista emozionale e cognitivo) e una vitalità differente (equilibrio tra sistema simpatico e parasimpatico), una disponibilità a manifestare in

azioni il proprio mondo interiore, una ricerca della connessione e della risonanza con l'altro. **Da questo auto cambiamento, in cui il teatro è maieutica più che didattica, ciascuno opera la propria trasformazione e pone le basi per essere e apprendere, per il proprio ben-essere e le proprie rel-azioni professionali.**

Su queste basi fondamentali di libertà e consapevolezza si costruiscono le resilienze necessarie per non adeguarsi alle pressioni e alle abitudini del contesto e per immaginare nuovi comportamenti e mondi possibili.

Cultura, Arte e Salute: innovazione e best practice in Europa

A cura di Enzo Grossi

L'arte e la cultura nel nostro paese sono considerate generalmente "intrattenimento", quindi ricondotte al superfluo. Secondo quanto sarà esposto nella relazione l'attività culturale assume invece tutt'altra valenza dimostrandosi un toccasana in grado di prevenire malattie croniche anche gravi, assicurare una maggiore longevità e attenuare gli effetti negativi dello stress cronico sullo stato generale di salute, qui letto e interpretato con un concetto olistico in linea con la nuova interpretazione OMS sulla salute socialmente determinata.

Lo studio delle relazioni tra cultura e salute solo negli ultimi anni ha visto una notevole crescita di interesse dopo la pubblicazione di alcuni studi epidemiologici, frutto di osservazioni prolungate nel tempo di campioni rappresentativi di popolazione generale, che hanno dimostrato in maniera inequivocabile come l'intensità di fruizione intelligente del tempo libero si associ ad un prolungamento della aspettativa di vita, alla riduzione di gravi patologie croniche degenerative, come la malattia di Alzheimer o il cancro e al miglioramento del benessere psicologico.

È la neuroestetica ad offrirci le basi neurobiologiche di questi effetti sorprendenti. Nuovi studi hanno dimostrato che i segnali provenienti dalle strutture che fanno parte del «cervello della bellezza» hanno un'influenza pervasiva su molti altri circuiti cerebrali, fra i quali l'ippocampo e il nucleo caudato, area che è anche implicata nell'amore romantico. L'ascolto di un brano musicale o la visione di un'opera particolarmente bella provoca il rilascio di neurotrasmettitori noti per indurre sensazioni di benessere: la dopamina e le endorfine.

Dal 2010, negli ospedali finlandesi, la cartella clinica di ogni paziente deve contenere un progetto culturale, ideato e concordato sulla base degli specifici bisogni della persona, e la sua concreta applicazione deve essere monitorata da un coordinatore responsabile che fa parte dell'équipe di assistenza e ne registra alla fine i risultati ottenuti.

Da circa vent'anni, il sistema sanitario finlandese offre regolarmente interventi di arte-terapia negli ospedali pubblici e nei luoghi di cura proprio in ragione delle evidenze scientifiche sopramenzionate secondo le quali l'arte fa bene alla salute, ha un impatto positivo su svariate malattie limitando al contempo i costi sanitari grazie alla riduzione di esami, farmaci, e giornate di degenza ospedaliera. Anche in Italia, sia pure con iniziative isolate, si sta investendo in questo ambito con la convinzione che uno dei modi in cui il settore sanitario può migliorare il suo rapporto con i propri utenti, e di ottimizzare il suo ruolo all'interno della comunità, è quello di integrare le arti negli ambienti sanitari. I primi risultati sono molto promettenti.

L'uso di arti visive (pittura, disegno) e performative (danza, musica, teatro) in ambienti sanitari, infatti, migliora significativamente la qualità dei servizi sanitari offerti, e si traduce in benefici positivi non solo per il personale, i visitatori e membri della famiglia, ma anche per i pazienti, come risulta dalle modificazioni positive degli esiti clinici e psicologici ottenibili.

L'arte visiva ha un impatto diretto sulla salute, come confermato da studi che dimostrano una serie di risultati importanti (come riduzione di richieste di analgesici e il tempo di ospedalizzazione, aumento della soglia del dolore, e della qualità della vita)

La ricerca ha dimostrato che la musica ha un profondo effetto sulla salute in vari settori (ad esempio, funzioni cognitive, abilità motorie, sviluppo emotivo e affettivo, il comportamento e le abilità sociali e qualità della vita). La musicoterapia, usa la musica per guarire attraverso diversi tipi di esperienze come libera improvvisazione, canto, ascolto e discussione.

La teatroterapia dal canto suo si sta affermando come una strategia terapeutica molto valida che coniugando teorie psicologiche e neuroestetiche risulta efficace in particolari contesti medici grazie alla sua capacità di suscitare emozioni e stimolare la neuroplasticità.

Da queste premesse si capisce come l'utilizzo dell'arte in senso lato, ha un senso importante come intervento salutogenico rivolto sia alla popolazione generale che ad operatori in ambito sanitario, sia nel campo della disabilità mentale.

Negli ultimi anni si sono resi disponibili una quindicina di studi clinici randomizzati che hanno valutato l'efficacia della art-therapy dell'arte in soggetti con disabilità mentale. L'art-therapy ha dimostrato di migliorare significativamente lo stato di salute mentale rispetto ad un gruppo di controllo in 10 su 15 studi presi in esame e in particolare in soggetti alzheimeriani. In questa nuova era di crescente "evidence based art" l'auspicio è

che l'Italia possa giocare un ruolo sempre più importante, grazie alla sensibilità e capacità dei molti esperti esistenti e alla collaborazione pubblico-privato.

Performing Medicine

A cura di : Suzy Willson, Direttrice artistica di Clod Ensemble e di Performing Medicine.

Suzy Willson è Direttrice artistica di Clod Ensemble del quale finora ha diretto tutte le produzioni, come Zero (Sadler's Wells, 2013), Silver Swan (Tate Modern Turbine Hall, 2012), Red Ladies (Southbank Centre, 2014). Dirige inoltre il progetto della compagnia intitolato Performing Medicine ed è Lettore Senior onorario alla Barts and The London School of Medicine.

CLOD ENSEMBLE

Sono Suzy Willson, Co-direttrice artistica di una compagnia teatrale chiamata Clod Ensemble e dirigo il progetto Performing Medicine. Ho studiato Teatro alla Manchester University e poi all'Ecole Jacques Lecoq di Parigi. Clod Ensemble produce opere che uniscono musica e movimento e abbiamo presentato il nostro lavoro presso gallerie, teatri e luoghi pubblici nel Regno Unito e a livello internazionale. Produciamo e curiamo lavori anche dove l'arte non trova posto di solito o regolarmente, per esempio nei centri diurni per anziani e negli ospedali.

CHE COS'E' PERFORMING MEDICINE?

Negli ultimi 10 anni abbiamo sviluppato un progetto intitolato Performing Medicine che utilizza le arti per insegnare agli studenti di medicina e al personale sanitario.

COME ABBIAMO INIZIATO?

Ho trascorso un anno alla Scuola Lecoq nel 1993/94. In questo periodo una mia parente stretta era in ospedale e sono tornata di corsa a casa alla fine del primo anno per stare con lei. Passare il tempo in ospedale è stata un'esperienza straziante, resa forse maggiormente frustrante dopo un anno illuminante trascorso a Parigi ad indagare il potenziale poetico ed espressivo del corpo umano e i potenti silenzi che precedono e seguono le parole. Alla Scuola Lecoq avevo scoperto la forza nelle mie gambe, la resistenza nei miei muscoli, avevo compreso la teatralità della mia postura. Avevo incorporato i dipinti di Van Gogh, avevo imitato le dinamiche di movimento di un pesce rosso, avevo ruotato e camminato sulle mie mani. Avevo riconosciuto nel corpo umano un potenziale poetico che andava oltre le parole, che 'tutto muove' e mi sono sforzata di scoprire quello che Lecoq chiamava un 'senso poetico universale', una sensibilità che scopre poesia e movimento in ogni cosa. Ed mi sono trovata improvvisamente in un ambiente, l'ospedale, che sembrava, paradossalmente, non avere nessuna consapevolezza corporea.

Tutto ciò che avevo imparato a Parigi sembrava spaventosamente lontano. Mi trovavo in una corsia di ospedale circondata da arredi ed oggetti non familiari, schiacciata in un spazio disagiata con una luce elettrica abbagliante. Sentivo un abisso incredibile fra la prospettiva del corpo poetico di Lecoq e quello che sembrava essere la prospettiva delle istituzioni sanitarie che vedono il corpo come qualcosa 'che deve curato', una persona come una malattia, la morte come un errore. Anche se i medici avevano a che fare tutto il tempo con dei corpi, sembravano proprio disconnessi dai loro e inconsapevoli dell'impatto che la loro fisicità avevano sul mio corpo. Il personale sanitario non lo faceva apposta, deliberatamente, cercava di essere d'aiuto. Mi chiedevo che cosa stessero studiando nelle scuole di medicina se non la sensibilità del corpo umano? Il potenziale del corpo dei professionisti della salute nel creare un ambiente che favorisse maggiormente la guarigione veniva completamente ignorato.

Proprio come Lecoq aveva voluto portare un senso di dinamismo corporeo nel teatro - per mantenere la qualità del movimento e del silenzio che sentiva che il teatro aveva perso nel suo preoccuparsi della parola scritta (e così facendo, restituiva potenza alla parola quando veniva usata) - avvertii un forte desiderio di portare un senso di dinamismo corporeo nella medicina dove, forse in modo perverso, sembrava mancare.

Uno dei principi di Performing Medicine è la convinzione che una comprensione poetica e sociale del corpo può stare al pari di quella clinica senza compromettere nessuno dei due, anzi arricchendo entrambe. Forse, se comprendiamo e siamo più consapevoli del nostro corpo - di come funziona e cambia in relazione all'ambiente che abita - più chiaramente e abilmente saremo capaci di relazionarci con gli altri e di prenderci cura di loro.

Una cosa è suggerire che le arti e la performance possono essere utile nella formazione sanitaria, un'altra fare sì che questo avvenga. La politica di provare ad inserire nel curriculum sanitario qualcosa di apparentemente semplice come una classe di dizione ha rivelato un baratro profondo fra i modi in cui pensiamo alla medicina e alle arti nella nostra cultura. Quando parlo della professione medica, non sto

suggerendo che tutti i medici hanno le stesse idee, ma sto facendo, spero, una generalizzazione utile in base

alle mie osservazioni di come alcune idee e modalità di pensiero o di non-pensiero siano profondamente radicate nelle istituzioni sanitarie.

Ci vuole chiaramente più di una competenza clinica per essere un dottore. Nel Regno Unito le scuole di medicina si impegnano ad assicurare che gli studenti conoscano e comprendano i diritti dei pazienti, siano in grado di comunicare in modo efficace, di accettare la responsabilità morale ed etica implicita nelle cure preventive, e di rispettare i pazienti indipendentemente da stile di vita, cultura, religione, razza, colore, genere, sessualità, disabilità, età, stato sociale o economico. Ci sono idee eccellenti che sollevano questioni complesse che non trovano facilmente risposte scientifiche. I concetti di stile di vita, cultura, di genere persino, hanno cambiato significato e sono difficili da misurare. E allora, come possono essere insegnati? L'arte può aiutare i medici a sviluppare le skill necessarie a toccare, ascoltare, osservare, e sentire, incoraggiando gli studenti a mettere alla prova, sovvertire e interrogare le gerarchie istituzionali, a chiedersi "Come sono guardato da queste gerarchie e come le guardo io?". Gli artisti possono fornire gli studenti di intuizioni preziose sulle esperienze e sulle differenze umane, sfidandoli a pensare seriamente all'estetica della medicina, aiutando a restituire un senso di dignità ad una professione che sembra quasi sotto assedio. Naturalmente, questo stile di apprendimento non si confà al gusto di ognuno, ma nella mia esperienza gli studenti sono notevolmente aperti, desiderosi di parlare e sperimentare, e rincuorati di avere uno spazio per riflettere sulla loro scelta professionale lontano dalle variabili pressioni delle lezioni frontali, delle corsie o dei bar.

ARTISTI ASSOCIATI

Lavoriamo con una serie di Artisti Associati di diverse discipline: teatro, danza, architettura, belle arti, fotografia. Grandi sono i benefici di portare degli 'outsider' nella sanità - poiché possono aiutare i partecipanti dei corsi a vedere le cose in modo nuovo o da prospettive differenti, al di fuori delle abitudini e delle norme istituzionali.

Abbiamo sviluppato corsi in collaborazione con professionisti sanitari o pedagogisti di medicina - lavorando a stretto contatto con gli Artisti Associati, in modo che il programma fosse completamente in linea con i bisogni dei partecipanti. Per 10 anni abbiamo sviluppato un linguaggio e delle modalità di inquadramento del lavoro che incoraggiasse il coinvolgimento - a seconda degli interessi e delle sfide affrontate da un particolare settore o gruppo professionale.

DOVE?

Abbiamo lavorato in scuole di Medicina, con studenti di medicina alla Barts and The London School of Medicine e alla King's College London Medical School. Abbiamo lavorato specificamente con medici tirocinanti durante la loro formazione di base presso ospedali fuori Londra, a Bath e nell'Essex. Nelle aziende sanitarie lavoriamo con una serie di professionisti sanitari, compresi infermieri, medici tirocinanti, portanti, assistenti e consulenti sanitari, presso ospedali come Guys and St Thomas', South London and Maudsley e The Royal London.

Facciamo formazione in sessioni di grande gruppo, coinvolgendo fino a 400 studenti di medicina allo stesso tempo, sessioni di teatro-forum, con piccoli e grandi gruppi, sessioni in piccolo gruppo - in gruppi dai 5 ai 20 o con sessioni uno-a-uno. Si può trattare di laboratori singoli di un paio di ore o di un giorno intero, possono essere corsi più lunghi, con sessioni regolari della durata di qualche settimana o di mesi.

SKILLS

Ci concentriamo su tecniche di apprendimento incorporato: modi di apprendimento pratico, fisico con l'intento di fornire i partecipanti di uno spazio di riflessione per ragionare sulla loro pratica attraverso rilevanti questioni culturali, etiche e pratiche, che potrebbe essere difficile affrontate altrimenti.

Invece di condurre con l'idea [registica propria] delle arti, ci concentriamo sulle skills che le metodologie artistiche possono affrontare.

Il nostro approccio tuttavia non è basato sul role-playing in situazioni cliniche (vale a dire esprimere un'idea di che cos'è un buon medico). Invece, gli studenti sono introdotti ad una varietà di skill, idee e processi:

1. Cura di sé
2. Comunicazione verbale
3. Comunicazione non verbale
4. Consapevolezza spaziale/situazionale

5. Lavoro di gruppo e leadership
6. Gestione dell'incertezza, dell'errore & del cambiamento
7. Apprezzamento della differenza
8. Decision making

COME? APPRENDERE ATTRAVERSO IL CORPO

Performing Medicine opera nelle principali Scuole di Medicina e Aziende sanitarie di Londra ed è riconosciuta un leader in questo campo. Per quanto io abbia prelevato diverse tecniche di training attoriale per concepire il programma di *Performing Medicine*, sono stata particolarmente influenzata dall'insegnamento di Jacques Lecoq che aveva profonde intuizioni di come gli esseri umani si relazionano fisicamente a loro stessi, fra di loro e con il mondo che li circonda. Lecoq comprese che il modo in cui ci muoviamo ci definisce e ci caratterizza, che il linguaggio verbale è solo una piccola parte della comunicazione. Gli esseri umani pensano con tutto il loro corpo. Noi assorbiamo, copiamo, manipoliamo i gesti e ci identifichiamo con essi e ogni movimento produce senso, intenzionalmente oppure no. Noi leggiamo i corpi di ognuno, il ritmo di una camminata, l'andatura e la postura ci raccontano molto sul comportamento delle persone e sul loro habitat. Chiaramente, questo è rilevante per le questioni della salute e del benessere e ha molto da offrire al sistema di formazione dei medici che ha i suoi modi ben stabiliti di studiare il corpo per esteso.

Ciò che rende il lavoro di Lecoq così utile nel contesto medico è che, diversamente da molto lavoro teatrale, non vira verso il mistico, l'esoterico o il confessionale - nessuno dei quali sarebbe stato recepito in una scuola di medicina affollata e laica o in un ospedale. Lecoq non era interessato alla liturgia di un guru, alla terapia o anche ai processi psicologici dei suoi studenti. Era un insegnante spietato per molti versi, con una filosofia che non potrebbe mai essere descritta come 'morbida' o 'delicata al tatto'. Il suo approccio profondamente analitico è straordinariamente indicato per la mente investigativa degli studenti di medicina e per la mente scettica di molto personale clinico e dei cosiddetti scienziati 'duri'.

COME É SITUATO PERFORMING MEDICINE ALL'INTERNO DEL QUADRO POLITICO DELLE RELAZIONI FRA L'ARTE E LA SALUTE, LE COMPAGNE TEATRALI E LE ISTITUZIONI DELLA SANITÀ PUBBLICA E PRIVATA IN GRAN BRETAGNA

Esistono pochi corsi di base artistica o moduli offerti in alcune scuole britanniche di medicina - spesso come moduli opzionali per piccoli gruppi di studenti - e recenti ricerche sulla letteratura che abbiamo intrapreso indicano che quest'area di lavoro sta crescendo. Inoltre, alcuni percorsi sanitari professionali incominciano ad includere moduli di mindfulness o di yoga, quali modi di gestire lo stress o promuovere la resilienza. Comunque, solo poche iniziative che abbiamo incrociato sono condotte da una organizzazione artistica, concentrate su un'ampia gamma di skill, e *Performing Medicine* si trova nella situazione unica di essere radicata in una parte essenziale del curriculum delle scuole di medicina e di operare nel training e nella formazione sanitaria universitaria e professionale.

Inoltre, molti studiosi nel campo delle Medical Humanities hanno riconosciuto e raccomandano i benefici delle arti e delle scienze umane nella formazione e nel training sanitario; ciò nonostante, più raramente si mettono in pratica questi argomenti teorici. Comunque, quest'area di lavoro è tutt'ora poco frequentata, e sembrano esistere pochi inquadramenti concettuali o standard metodologici ai quali ricorrere. Gli interventi pratici che sono capitati sono spesso scarsamente valutati, concentrandosi generalmente sui benefici intangibili delle arti piuttosto che su specifiche skill. *Performing Medicine* è la sola a focalizzarsi su specifiche skill di insegnamento, comprendendo pienamente la scommessa unica dell'assistenza sanitaria come l'interesse teorico rispetto alle metodologie di incorporazione e le vie che possono percorrere i metodi di base artistica. Come risultato abbiamo recentemente ottenuto un finanziamento per lavorare con i colleghi alla Barts and The London School of Medicine and Dentistry allo sviluppo di un modello di valutazione che inizierà a produrre una base di evidenze per questo lavoro.

Prospettive metodologiche e caratteristiche della valutazione multidisciplinare nella formazione teatrale

Contributo del Corso di Laurea in Infermieristica di Torino Università degli Studi di Torino

A cura di *Pietro Altini, Raffaella Nicotera, Valerio Dimonte*

Da oltre dieci anni il Corso di Laurea in Infermieristica di Torino, nella ricerca delle metodologie formative innovative più adatte all'acquisizione di competenze professionali e in accordo con quanto emerge dalla letteratura internazionale, propone agli studenti esperienze formative sul tema del corpo e della corporeità all'interno della relazione di cura fra operatore e paziente e della comunicazione e cooperazione fra i diversi componenti dell'equipe, utilizzando i linguaggi teatrali.

A questo scopo un gruppo multidisciplinare ha sviluppato un "percorso teatrale" con la finalità di creare per gli studenti uno spazio di rielaborazione critica dei loro vissuti, stimolandoli a prendere consapevolezza delle proprie potenzialità e dei propri limiti e facendo da ponte tra l'esperienza teatrale e la realtà professionale e personale. Tale opportunità formativa è rivolta agli studenti che hanno già fatto almeno un'esperienza assistenziale in un luogo di cura. Ciò consente ai partecipanti di partire dalla riflessione sugli elementi più significativi emersi sul campo, favorendo i processi di cambiamento. Il progetto è stato avviato fin dal 2005 ed è stato proposto a più coorti di studenti nelle sue diverse edizioni. Nei primi anni, dal 2005 al 2010, si è lavorato principalmente sul tema del corpo e della corporeità e sulla complessità relazionale che ne deriva, offrendo possibilità di riflessioni profonde sui significati che il corpo può assumere per ognuno sia dentro che al di fuori dei contesti di cura. Queste esperienze sono state oggetto di confronto e di discussione in due occasioni: un convegno dal titolo "*Teatro e relazione di cura. L'esperienza teatrale nella formazione del professionista sanitario*", tenutosi a Torino l'11 giugno 2010 e un seminario dal titolo "*Corpi che curano. Il teatro nella formazione dei professionisti sanitari*", tenutosi sempre a Torino il 24 settembre 2012. In questi due eventi, esperti di teatro, formatori, professionisti sanitari e studenti hanno messo a confronto le loro idee sull'esperienza teatrale come modalità per l'acquisizione di competenze relazionali.

Nell'anno accademico 2012/13 è stato realizzato un laboratorio interprofessionale di teatro sociale ed educativo rivolto agli studenti del corso di laurea in Infermieristica e in Educazione Professionale che aveva l'obiettivo di sviluppare una maggiore consapevolezza sulle dinamiche di cooperazione e collaborazione nel lavoro d'equipe e sui linguaggi verbali e non verbali nella comunicazione con il paziente. Negli anni 2013 e 2014, il progetto "*Come mi senti? Il teatro per la cura delle discriminazioni*", ha affrontato il tema della discriminazione in ambito sanitario. Per la sua realizzazione sono state raccolte le storie di discriminazione in contesti sanitari intervistando direttamente i testimoni. In seguito è stato realizzato un laboratorio teatrale con gli studenti infermieri che hanno rielaborato teatralmente il materiale raccolto e anche le loro storie di discriminazione agite o subite. Questo percorso ha favorito il riconoscimento degli stereotipi che accompagnano gli episodi di discriminazione e ha facilitato nei partecipanti la verbalizzazione e la condivisione delle proprie emozioni ed opinioni. Tale esperienza si è conclusa con una performance teatrale "*Pietre*" che aveva la finalità di creare un'occasione di scambio, sensibilizzazione e informazione rivolta ai professionisti sanitari, ai pazienti e a tutta la cittadinanza. Allo spettacolo ha fatto seguito un'azione teatrale interattiva ispirata al Teatro Forum di Augusto Boal che ha coinvolto attivamente il pubblico. Alla fine ai partecipanti è stato proposto un questionario per valutare l'efficacia della rappresentazione teatrale come strumento di informazione e di sensibilizzazione su una tematica come la discriminazione.

Le diverse esperienze laboratoriali sono state oggetto di un sistema di monitoraggio e di valutazione qualitativa (questionari, role playing e focus group pre e post laboratorio, diari riflessivi, griglie di auto ed etero valutazione, confronti di riflessione al termine di ogni incontro e valutazioni delle registrazioni audio e video) condotta dal Corso di Laurea in collaborazione con il Dipartimento di studi umanistici e la Scuola di Medicina - Dipartimento di Scienze della Sanità pubblica e pediatriche di Torino. Il progetto più recente "*CO-HEALTH: Arte, Benessere e Cura. La formazione alle competenze comunicative e relazionali attraverso il teatro*", ha coinvolto per la prima volta gli studenti di Infermieristica delle sedi di Torino, Orbassano e Cuneo e di Medicina, con la finalità di accrescere le competenze comunicative, relazionali e di cooperazione di gruppo. Tale progetto ha previsto un'osservazione etnografica partecipante di alcuni studenti durante il loro tirocinio clinico per valutare le ricadute delle attività del teatro sociale sulla pratica professionale.

Contributo del Corso di laurea in Infermieristica di Cuneo Università degli Studi di Torino

A cura di *Lucia Baruffaldi e Paola Culotta*

Gli studenti afferenti alla Scuola di Medicina dell'Università di Torino insediata a Cuneo con i corsi di Laurea in Infermieristica (CLI), Tecniche di Laboratorio Biomedico (TLB) e Tecniche di Radiologia Medica per Immagini e Radioterapia (TRM), sono circa 450. Le lauree della Scuola di Medicina sono triennali,

professionalizzanti, con attività formative d'aula in sede universitaria e di tirocinio clinico nelle strutture sanitarie.

In particolare la disciplina infermieristica è centrata sulla presa in carico olistica delle persone in condizioni di salute o di malattia nel loro contesto di vita ove la competenza nella relazione d'aiuto con le persone è parte core della professione.

Dal 1997, nascita del corso universitario, ad oggi, nelle coorti di studenti, i formatori hanno riscontrato un progressivo, ma inesorabile cambiamento, nella cultura giovanile e nelle esperienze relative alla corporeità ed alla comunicazione, un aumento di forti disagi, una difficoltà a riconoscere i modelli relazionali esercitati dai professionisti nella pratica clinica quotidiana, tutti fattori che potrebbero ostacolare il raggiungimento, nel triennio, di un buon livello di competenza nella relazione.

Alla luce di queste considerazioni, il gruppo tutoriale del Corso di Laurea in Infermieristica di Cuneo, ha elaborato da alcuni anni un progetto, denominato "INTERESSERE"¹, che mira ad accompagnare in modo puntuale lo sviluppo delle abilità relazionali degli studenti infermieri. Il progetto pone in sinergia diverse strategie formative, integrando gli apporti teorici specifici degli insegnamenti dedicati, con l'apprendimento in ambito clinico e diverse opportunità di riflessione sulle esperienze. Le attività sistematizzate con il progetto, sono centrate sulla conoscenza di sé attraverso esperienze con il proprio corpo, sulla sperimentazione della comunicazione interpersonale, sul riconoscimento dell'altro come specchio del sé e sulla relazione creata dal tocco e dallo sfiorare l'anima attraverso uno sguardo, fino all'interazione fatta di un solo gesto con cui ci si avvicina alle storie altrui riconoscendole senza appropiarsene.

Il Progetto INTERESSERE prevede non solo la formazione rivolta allo studente, ma anche la formazione continua dei tutor, che raffinan le competenze attraverso corsi universitari dedicati ai formatori di 1° e 2° livello.

Il Laboratorio teatrale, nato 13 anni fa, è stato attivato ogni anno, anche in forme progressivamente perfezionate e declinate in funzione dell'anno di corso dello studente.

Da una prima attività formativa connessa all'esperienza di tirocinio nell'area del disagio psichico (Salute Mentale), con studenti al 3° anno di corso e per il periodo di stage, si è passati all'attivazione di laboratori diffusi sul territorio, come con il Progetto "Teatro e Salute" dell'A.S.L. CN1 che ha coinvolto, in qualità di attori, oltre agli studenti, anche operatori, "pazienti", cittadini creando una rete inter-istituzionale.

Risorse stabili e significative sono i professionisti teatrali in qualità di registi e conduttori dei laboratori, i docenti dell'area del Disagio Psichico, i tutor attivi in questi contesti di apprendimento e gli studenti, sempre motivati e partecipi. La continua rimodulazione dei laboratori, alla luce delle osservazioni e dei riscontri degli studenti, ha portato alla riformulazione degli obiettivi del laboratorio teatrale che si sono differenziati ed ampliati in un percorso nato con il lavoro introspettivo e approdato alla divulgazione dei messaggi di salute nella cittadinanza; si prospetta la prossima costituzione di una compagnia teatrale stabile studentesca che potrà coinvolgere studenti appartenenti a diversi corsi di studio. Nella città di Cuneo, infatti, l'Università di Torino, insediata nel centro storico, ospita oltre alla Scuola di Medicina, la Scuola di Scienze Giuridiche, Politiche ed Economico-sociali, la Scuola di Management ed Economia, e di Scienze Agrarie, Forestali e Alimentari, creando una sorta di Campus che vedrà nelle attività teatrali un elemento di unione fra professionisti orientati al bene comune della salute con approcci integrati e complementari.

Il laboratorio con gli studenti dei Corsi di Laurea in Infermieristica, Medicina e Chirurgia e Ostetricia

A cura di Alessandra Rossi Ghiglione e Maurizio Bertolini

Descrizione e articolazione del percorso

Sono stati effettuati due laboratori di Teatro Sociale incentrati sulle competenze relazionali e comunicative nella relazione di cura rivolti a 2 gruppi di 28 e 29 studenti provenienti dai Corsi di Laurea in Infermieristica (sedi di Torino e Cuneo), Medicina (Torino) e Ostetricia (Torino). Il monte ore di ciascun laboratorio è stato di 50 ore suddivise in 3 week end. Ciascun weekend ha avuto un proprio tema di lavoro prevalente, che è stato sviluppato attraverso esercizi di training e giochi relazionali, attività di improvvisazione teatrale, di costruzione di personaggio e di scrittura e messa in scena di situazioni riferite al mondo professionale noto o immaginario.

Primo weekend

Tema di lavoro: io, io-tu, noi

- ✓ consapevolezza della dimensione corporea della relazione e della comunicazione

¹ Il maestro zen vietnamita ThichNhatHanh insegna il concetto di "interessere", ovvero il vincolo profondo che lega tra loro tutte le cose dell'universo, compreso l'uomo, il quale fa sì che nulla e nessuno possa esistere da solo e per se stesso. *Il termine INTER_ ESSERE mediato dall'approccio all'esistenza dello Zen, è qui adottato per sottolineare l'importanza della Relazione nelle Professioni di Aiuto come approccio globale.*

- ✓ esplorazione della dimensione della fiducia
- ✓ esplorazione e potenziamento delle competenze di ascolto
- ✓ esplorazione e potenziamento delle competenze di relazione empatica
- ✓ prima esplorazione della cooperazione

Secondo weekend

Tema di lavoro: cooperare, essere creativi, comunicare con corpo e parola

- ✓ allenare competenze di cooperazione in gruppo
- ✓ allenare la creatività personale e di gruppo
- ✓ esplorare i temi e le situazioni del mondo professionale
- ✓ allenare la produzione e l'ascolto di narrazione e di uso della parola nella comunicazione

Terzo week end

Tema di lavoro: comprendere e comunicare

- ✓ allenare l'osservazione della comunicazione non verbale
- ✓ allenare l'osservazione della prossemica
- ✓ allenare l'osservazione della coerenza voce – corpo – prossemica

In apertura del percorso è stata condotta **una fase di assessment** su quello che i partecipanti intendevano per 'relazione' e 'comunicazione' attraverso a) un lavoro di tipo descrittivo verbale scritto; b) un'attività grafica che ha richiesto la messa a fuoco delle competenze relazionali come tratti legati alla propria figura corporea (quali aspetti del corpo sono in gioco nella relazione nel vostro ambito professionale) e come dinamiche specifiche di situazioni professionali nella relazione di cura (con attenzione a tutte le figure coinvolte dai pazienti ai familiari ai colleghi). Al termine del percorso si sono verificate le variazioni percepite rispetto all'assessment iniziale sia attraverso un ritorno al lavoro grafico sia attraverso un feedback verbale.

Durante tutto il percorso ogni fase di attività teatrale veniva conclusa da **una attività di elaborazione cognitiva di tipo verbale** sia individuale sia in piccolo gruppo che assembleare. Il focus di tali attività era centrata sugli aspetti emozionali e sul raffronto tra l'esperienza nel laboratorio e quanto già sperimentato in tirocinio o riferito da colleghi o immaginato.

I laboratori sono stati interamente documentati attraverso fotografie e riprese video che fanno parte del materiale online sul sito del progetto Co-Health (www.cohealth.it). L'intero percorso è stato oggetto di valutazione da parte del Dipartimento di Cultura Politica e Società dell'Università degli Studi di Torino.

La valutazione del laboratorio con gli studenti dei Corsi di Laurea in Infermieristica, Medicina e Chirurgia e Ostetricia

A cura di Mario Cardano e Michele Cioffi

In questo intervento – di taglio metodologico – verrà discusso il più recente studio che si è posto come obiettivo la valutazione dell'impatto della formazione teatrale sulle competenze relazionali dei futuri professionisti della salute. La peculiarità di questo studio consiste nell'aver cercato di eseguire la procedura di valutazione all'interno di contesti "naturali" – i reparti ospedalieri – dove quelle stesse capacità saranno, in futuro, sollecitate. Si è trattato, in questo senso, di uno studio pilota, volto a definire più precisamente il modo nel quale affrontare il tema della valutazione in questo campo. La relazione si concentrerà in particolare, quindi, sul disegno della ricerca e sulla sua conduzione, lasciando alle conclusioni il compito di profilare successivi sviluppi per affinare l'impianto e gli strumenti della valutazione stessa.

La ricerca è stata condotta impiegando tecniche qualitative e, più precisamente, un'osservazione molto ravvicinata delle persone che hanno partecipato allo studio durante la vita di reparto. Sono stati coinvolti, in totale, quattro studenti universitari del Corso di Laurea in Infermieristica – ripartiti omogeneamente tra Torino e Cuneo – osservati durante due tirocini formativi all'interno dei reparti *prima* e *dopo* le attività del laboratorio di Teatro Sociale. Le due coppie di studenti sono state selezionate in modo tale che, al loro interno, fosse presente una persona che aveva scelto di partecipare al Laboratorio e sulla quale, quindi, fosse possibile osservare differenze nei comportamenti rispetto all'altro membro della coppia, che non ha preso invece parte al Laboratorio. Le osservazioni sono state condotte da un *team* di tre persone: un sociologo e due tutor del Corso di Laurea in Infermieristica per le rispettive sedi di Torino e Cuneo. L'analisi dei dati osservativi – benché incentrata sulla valutazione – ha permesso comunque, in primo luogo, di tracciare un profilo più puntuale del tipo di contesto all'interno del quale condurre il processo di valutazione; sono state altresì evidenziate criticità, così come possibili soluzioni, per futuri processi di valutazione in questo campo di studi.

Il laboratorio per i professionisti della cura

A cura di Alessandra Rossi Ghiglione e Fabrizio Stasia

Descrizione e articolazione del percorso

Il laboratorio *Bien-être – Benessere Teatro Resilienza*, ha previsto 8 incontri a cadenza quindicinale di 4 ore ciascuno da marzo 2015 a giugno 2015, per un totale di 38 ore. Durante l'ultimo incontro si è svolta una performance finale aperta alle persone coinvolte nel progetto *Co-Health*. Alla formazione hanno partecipato 26 professionisti che lavorano in ambito sanitario con differenti profili (infermieri, medici, fisici, fisioterapisti, psicologi, referenti amministrativi) e che afferiscono all'A.O. Ordine Mauriziano, all'ASLTo3, all'ASLTo4 e alla A.O.U. Città della Salute e della Scienza.

Il laboratorio ha proposto un'attività pratica-esperienziale con un approccio innovativo che integra principi e tecniche del metodo Feldenkrais con quelle del Teatro Sociale e di Comunità. Ogni sessione di lavoro è stata articolata in due fasi, partendo dalla sperimentazione del metodo Feldenkrais e passando successivamente alla fase creativa-immaginativa, attraverso tecniche proprie del Teatro Sociale e di Comunità. Gli obiettivi di lavoro attraverso il metodo Feldenkrais vertono verso una maggiore percezione di sé, un aumento della consapevolezza corporea e l'acquisizione di tecniche per diminuire la fatica e canalizzare le energie muovendo il corpo in modo efficace ed ergonomico.

Questa prima fase di lavoro sul corpo è strettamente legata alla seconda fase, in cui, a partire dalle sensazioni corporee esperite, i partecipanti sono stati chiamati a esprimere la propria dimensione immaginifica-creativa su temi appositamente scelti per far emergere processi legati alla resilienza e alle capacità di coping. Utilizzare la metodologia di Teatro Sociale e di Comunità nella seconda fase, si inserisce nella possibilità di scoprire e riscoprire aspetti di sé nuovi, trovare modalità differenti (creative) per affrontare situazioni e contesti, lavorare sulla consapevolezza dei propri punti di forza e di fragilità, riconoscere la pluralità di sguardi su una situazione e valutarla come risorsa, migliorare la propria capacità di lavorare in un assetto gruppale.

Lo spazio creativo ha creato le basi per l'emersione da parte dei partecipanti al laboratorio di temi simbolici tra cui *"il radicamento, il viaggio e l'esplorazione, il collegamento..."*, che se da un lato sono diventati utili nei processi di rappresentazione interni al percorso creativo, dall'altro sono stati lo spunto per i 3 momenti di riflessione in assetto di gruppo di parola condotti dalla Dott.ssa Cosola, Responsabile dell'Area di Formazione e Progetti di Promozione della Salute dell'ASL TO3.

L'intero percorso è stato documentato attraverso fotografie e filmati video, i quali fanno parte del materiale online sul sito del progetto *Co-Health* (www.cohealth.it) e di un video che verrà proiettato all'interno del convegno.

La valutazione del laboratorio per i professionisti della cura

A cura di *Patrizia Massariello, Silvia Cerrone, Debora Spano*

Il percorso è stato sottoposto ad un processo di valutazione secondo un approccio quali-quantitativo. Gli strumenti utilizzati sono stati 3 questionari diretti a valutare il livello percepito di benessere fisico (PHIT – Test della Salute Fisica), il livello percepito di burn-out (MBI – Maslach Burnout Inventory) e in ultimo una valutazione degli attributi psicologici disposizionali per la resilienza (RSA – Resilience Scale for Adults). Attraverso la dimensione narrativa scritta e verbale, sono state rilevate le dimensioni emotive e riflessive connesse con l'esperienza e con il mondo esterno. La rilevazione qualitativa si è conclusa con un focus-group a distanza di tre mesi (settembre) dalla fine dell'esperienza e con una successiva restituzione, in ordine alla metodologia di ricerca utilizzata, ai partecipanti, dei risultati finalizzata ad ottenere un consenso su di essi.

13 novembre 2015

Workshop: *Il talento empatico*

Conduce: *Gian Piero Quaglino*

"Medico cura te stesso". Questa frase di sapienza antica si presta a un'unica, semplice interpretazione: qualunque sia il compito è da se stessi che bisogna cominciare. Così se il compito ha a che fare, per esempio, con l'apprendere o con il cambiare, è dall'apprendere sé e dal cambiare sé che si comincia. Per questo compito la risorsa principale si chiama **EMPATIA**. Non si tratta di "compassione" o di "altruismo". Si tratta, anzitutto, di essere capaci di immedesimazione e rispecchiamento. Al di là della valenza etica, il sapere empatico è pratica ed esercizio di ascolto, di risonanza, di comprensione dell'altro: a partire da sé. Per sviluppare il talento empatico non ci sono dunque istruzioni puramente "cognitive" che si tratta di imparare e di applicare. Occorrerà piuttosto percorrere un sentiero di formazione di sé non vincolato a modelli predefiniti, ma aperto alla ricerca e alla scoperta di ciò che ci consente di *sentire* (prima che di capire) veramente l'altro. Una pratica e un esercizio di riflessione, di interpretazione, di immaginazione e di narrazione.