

Introduzione:

Ciao, sono Emily e sono una studentessa di teatro alla De Montfort University.

Mi interessano i modi in cui il teatro può essere usato per potenziare e aiutare le persone. Sto tenendo un *workshop* sulla comunicazione, in cui ci avvarremo di una serie di tecniche e metodi per esplorare il modo in cui comunichiamo, per capire come migliorare la nostra comunicazione e per costruire la consapevolezza di come gli altri possono comunicare.

Le competenze chiave che esploreremo in relazione alle quattro C sono ovviamente la comunicazione, ma anche la collaborazione e la creatività, oltre ad alcuni elementi di pensiero critico. Questo laboratorio si compone di tre attività principali, sviluppate per essere completate in un gruppo abbastanza numeroso, ma ho fornito delle alternative per chi lavora da solo. Queste attività prevedono giochi, elementi di teatro e *performance*, per esaminare una varietà di tipi di comunicazione diversi al fine di comprendere le barriere comunicative e come superarle.

Quindi, iniziamo.

Attività 1:

Prima di iniziare la prima attività principale, ho un compito iniziale da farvi svolgere. Inizieremo creando una tabella delle forme di comunicazione, dividendola in comunicazione verbale e non verbale. Per chi non fosse sicuro del loro significato, la comunicazione verbale riguarda il linguaggio, sia scritto che parlato, mentre la comunicazione non verbale è la trasmissione di messaggi e segnali attraverso piattaforme non verbali. Ora, cercate di aggiungere a questa tabella il maggior numero possibile di forme di comunicazione. Mettete in pausa il video mentre svolgete questo compito.

Bene, ora si spera che abbiate scritto molte forme di comunicazione. Vi elencherò alcuni esempi per aiutarvi. Alcuni esempi di comunicazione verbale sono il parlare, l'ascoltare, il leggere, lo scrivere e il linguaggio dei segni. Altri esempi di comunicazione non verbale sono le espressioni facciali, il contatto visivo, i gesti, la postura, il linguaggio del corpo, la vicinanza e il tatto. Se ne avete di più, è fantastico, perché il nostro obiettivo è iniziare a riconoscere e comprendere il maggior numero possibile di forme di comunicazione. Ora riflettete un attimo su quale forma di comunicazione usiamo di più, quella verbale o quella non verbale? Le ricerche hanno dimostrato che la maggior parte delle persone, in una conversazione personale, usa per il 55% la comunicazione non verbale, per il 38% la voce e il tono e solo per il 7% delle parole vere e proprie.

Ora inizieremo il primo compito principale. Si tratta di quello che mi piace chiamare il gioco delle emozioni. Per questo gioco, tutti i gruppi si siedono in cerchio e una persona lascia la stanza. Ora l'intero gruppo sceglie un'emozione. La persona che ha lasciato la stanza tornerà e chiederà a chiunque del gruppo di compiere un'azione. Ora diciamo che il gruppo ha scelto

un'emozione, la tristezza, allora questa persona potrebbe chiedere a qualcuno di recitare, spazzando il pavimento. Ora questa persona dovrà fingere di spazzare il pavimento mentre è triste. Può farlo accasciandosi, fingendo di piangere e mimando di spazzare il pavimento con le mani.

Se lo fate da soli, potreste esplorare il modo in cui agiamo in modo diverso quando abbiamo emozioni diverse, quindi non fingerete di spazzare il pavimento felici. In questo caso dovrete sorridere e spazzare mentre lo fate. Ora provate a farlo.

Attività 2:

La nostra seconda attività principale consiste nell'esaminare le diverse barriere comunicative. Per questa attività, l'ho suddivisa in due compiti diversi. Se state facendo un gruppo numeroso, potete dividervi in due gruppi diversi e completare i compiti separatamente, per poi scambiarli tra voi stessi. Se siete un gruppo più piccolo, potete iniziare con un compito e poi passare all'altro.

Il primo compito è la sciarada, che si concentra sulle barriere dell'impossibilità di parlare o di sentire. Il gioco dei mimi prevede che vi venga dato qualcosa, come un animale o un movimento o qualsiasi altra cosa, che dovrete recitare al gruppo affinché lo indovini, senza parlare. Potrebbe trattarsi di un canguro. Ciò significa che dovrete saltellare come un canguro finché il gruppo non indovinerà l'azione. A questo scopo, potete creare il vostro set di sciarade o utilizzarne uno online.

La seconda attività è la bendatura, in cui si toglie la vista alla persona. Questa attività si concentra sull'uso di istruzioni chiare: dovrete guidare una persona bendata attraverso un percorso a ostacoli. Potete scegliere quanto sia difficile il percorso a ostacoli, ma è molto importante che gli altri membri del gruppo siano molto chiari su ciò che vogliono che questa persona faccia per andare dal punto A al punto B.

Ora, date a entrambi questi compiti e, se state lavorando da soli, vorrei che elencaste tutte le barriere comunicative che vi vengono in mente e che pensaste a come l'eliminazione di un senso possa rendervi più aperti agli altri. Mettete un po' di musica, sedetevi, chiudete gli occhi e pensate a come il vostro udito si sia acuito e come si siano acuiti anche gli altri sensi.

Attività 3:

È quindi giunto il momento dell'attività tre del Teatro Forum, che è una forma di teatro sviluppata da Augusto Boal, un operatore teatrale che ha sviluppato il Teatro dell'Oppresso. È allo stesso tempo una *performance*, una pratica di attivismo e un forum educativo. Stimola osservazioni e rappresentazioni critiche della realtà. Il Teatro Forum incoraggia l'interazione con il pubblico e permette di esplorare diverse opzioni in una determinata situazione. Per prima cosa, svilupperete qualcosa con problemi multipli. Il problema che stiamo esaminando è quello delle barriere di comunicazione. Ora, si può pensare alla perdita della vista e a come questa renda difficile il poter vedere. Quindi, quando si deve parlare in modo

chiaro. Quindi, in un primo momento, lo spettacolo dovrebbe avere molti problemi di comunicazione. Poi, la seconda volta, dovrete recitare di nuovo e cercare di correggere questi problemi con l'aiuto del pubblico. Il pubblico può interrompere la *performance* e suggerire come migliorare la situazione, oppure può solamente intervenire.

Questo vi aiuta a esplorare come le diverse opzioni possono cambiare la vostra situazione. Questa *performance* deve essere breve, per cercare di farla durare due o tre minuti e considerate inoltre tutte le barriere comunicative che abbiamo esaminato negli ultimi compiti.

Se avete intenzione di farlo da soli, create una *performance* che non presenti barriere per il pubblico, e poi riproponete voi stessi una versione della stessa storia eliminando queste barriere e rendendola molto accessibile.

Consulenza di portafoglio:

Per concludere, abbiamo esaminato gli elementi delle quattro C, in particolare la comunicazione, la creatività e la collaborazione. Ora vi sarà utile documentare tutto questo in un portfolio; vi abbiamo fornito una serie di esempi di portfolio. Tra quelli che potreste voler utilizzare c'è un *collage*, che vi aiuterà a mostrare gli elementi della comunicazione non verbale, oppure una recensione teatrale per mostrare il lato più teatrale del laboratorio. Tutti questi strumenti potrebbero essere utili per documentare la vostra esperienza e tutto ciò che avete imparato. Spero che il *workshop* vi sia piaciuto.