

Donky_shot
“Pazzo ma divertente, tutto può essere...”

Questo workshop intensivo di 22 ore circa, propone il teatro sia come esperienza espressiva e finalizzata allo sviluppo della comunicazione e dell'interazione, sia come momento creativo e ludico, ma essenzialmente è pensato come percorso altamente formativo e terapeutico costituendo da un lato, un valido approccio al fare teatro e dall'altro, una preziosa occasione di riflessione e di conoscenza sulle dinamiche del sé e di relazione.

Donky_shot è un viaggio autobiografico attraverso l'immaginario di Don Chisciotte. Si utilizzano alcune tematiche base affrontate nel celebre testo cervantiano come tappe di un percorso di ricerca finalizzato alla presa di coscienza di sé, delle proprie emozioni e dei propri desideri.

Si alternano attività di improvvisazione teatrale ad altre legate ad altri sistemi di comunicazione non verbale; la drammatizzazione vera è propria è sempre coadiuvata dal sostegno psicologico nonché da momenti di verbalizzazione. La promozione ad un ascolto psicologico attivo favorisce il dialogo e la comprensione.

Quello che segue è un sintetico schema dei temi affrontati e come se ne può desumere da esso, il percorso è fortemente strutturato e finalizzato al raggiungimento di un traguardo individuale sul piano della consapevolezza personale.

- 1) **Realtà (chi sono?)**
 - a. Esplorazione del sé
 - b. Il racconto autobiografico
- 2) **Immaginazione (chi vorrei essere?)**
 - a. Metamorfosi/trasformazione
 - b. La follia: Libertà/Costrizione
 - c. Ferite delle privazioni/risorse rigeneratrici.
- 3) **Ri_nascita e ri_unione (chi sarò?)**
 - a. L'unicità del sé
 - b. Il dono di sé
 - c. Sguardo dal futuro.

Il laboratorio è aperto a massimo 15 partecipanti.

MATERIALI

E' consigliato un abbigliamento comodo che non impedisca il training corporeo; inoltre ciascun allievo dovrà portare alcuni materiali autobiografici attinenti alla propria personalità che sono necessari allo svolgimento delle attività:

- 1) una foto
- 2) una lettera
- 3) un brano di un testo (meglio se a memoria)
- 4) una musica
- 5) un indumento
- 6) un oggetto

Donky_shot è presentato, ideato e realizzato da **MARTA RICCI**, attrice, regista e trainer teatrale (www.martaricci.it), e da **PAOLA SOPRANZETTI**, psicologa-psicoterapeuta relazionale familiare.

Per info sul workshop: 333/3140214 (Marta) o 338/7660558 (Paola)
(Per i costi rivolgersi alla “libera università di Alcatraz”)