

Teatro Dell'Oppresso

Questi giochi sono presi da esercizi del teatro dell'oppresso. In generale necessitano di una persona che facilita e di un ambiente circostante piuttosto sicuro per poter giocare e sperimentare.

La Calamita: Positiva e Negativa

Tutti i partecipanti camminano per la stanza per qualche minuto, a occhi chiusi, cercando di non scontrarsi. È meglio farlo a braccia incrociate, con le mani che coprono i gomiti, e lentamente, in modo che nessuno si faccia male. Nella prima parte del gioco, ogni volta che qualcuno tocca un altro, entrambi devono immediatamente indietreggiare - l'energia magnetica è negativa. Bisogna orientarsi nella stanza, evitando di toccare le altre persone. Dopo qualche minuto, chi facilita annuncia che l'energia magnetica è diventata positiva. Da quel momento in poi, quando qualcuno tocca un altro, si rimane bloccati insieme per qualche istante. È molto difficile perché i partecipanti non devono smettere di muoversi, i loro piedi devono continuare a camminare, il che a volte significa che per rimanere uniti bisogna camminare di lato, all'indietro, ecc. Il contatto con le mani deve essere evitato: sono preferibili altre parti del corpo. Se ci si trova bene, una persona può rimanere attaccata a qualcun altro, altrimenti ha il diritto di staccarsi e andare di nuovo alla ricerca. Una persona che è stata rifiutata (come partner di incollaggio) ha il diritto di insistere, ma solo una volta; lo scopo del gioco non è quello di dare la caccia a persone particolari. Si può rimanere attaccati a una, due o più persone.

Alla fine chi facilita dà il segnale di stop. Tutti si fermano e ognuno cerca di trovare un volto, uno solo, con le mani. Qui inizia la parte più bella del gioco: ognuno deve cercare di "tradurre" le sensazioni tattili in un'immagine. In altre parole, toccando il volto dell'altra persona, deve cercare di immaginare come sia quel volto, cercando i tratti generali così come i piccoli dettagli. Questo processo di traduzione è molto delicato e anche molto piacevole. Le persone possono toccare il viso e la testa, tutto qui. Dopo qualche minuto chi facilita dice a tutti di aprire gli occhi e di confrontare l'immagine costruita con quella che hanno davanti.

La Mano Melodica

Seduti in cerchio con gli occhi chiusi, ogni persona tocca le mani delle sue vicine; la sua mano sinistra si appoggia sopra la mano alla sua sinistra, la sua mano destra sotto la mano alla sua destra. In questo modo controlla il movimento della mano sinistra della sua vicina di destra, mentre il movimento della sua mano sinistra è controllato dalla persona alla sua sinistra. Le attrici muovono le loro mani destre in modo ritmico e melodioso, permettendo alle loro mani sinistre di essere mosse allo stesso modo dalle loro vicine. Poi chi facilita dice "Testa" e le persone includono le loro teste nel movimento; poi "Petto"; poi "Alzati" e tutto il corpo balla;

poi "Canta" e l'intero gruppo (ancora con gli occhi chiusi) è in piedi, ondeggia e canta insieme. Quando è tutto in movimento possono aprire gli occhi e vedere l'effetto.

Una Persona Da Cui Scappare; Un'Altra è La Nostra Protettrice

Si comincia dall'essere sparsi per la stanza. Senza dire nulla, ognunə deve pensare a una persona nella stanza che lə spaventa (solo ai fini del gioco). Ognunə si muove nella stanza cercando di tenersi il più lontano possibile dalla persona che lə spaventa, ma senza far capire che l'ha sceltə come persona da temere. Dopo un breve periodo, chi facilita chiede a tutt3 di pensare a un'altra persona che sia la loro protettrice (che non dovrebbe nemmeno essere in grado di dire che è stata scelta come tale). A questo punto tutt3 si spostano di nuovo, cercando di mantenere la propria protettrice tra loro e la persona che temono. Alla fine, chi facilita fa un conto alla rovescia e tutt3 devono bloccarsi dove si trovano - poi le giocatrici scoprono chi è riuscitə a eludere la persona che temono.

Versione #1

Creato 25 luglio 2025 10:41:22 da SIT

Aggiornato 16 febbraio 2026 18:38:47 da SIT