

Teatroterapia: un laboratorio d' vita. Il ruolo cardine per lo sviluppo emotivo dei bambini e degli adolescenti

La teatroterapia è un percorso terapeutico di crescita che utilizza il linguaggio teatrale per facilitare il benessere psicofisico. “Per bambini e adolescenti, il palco (anche quello immaginario di una stanza) – spiega in questa intervista Adelia Lucattini, Medico Psichiatra e Psicoanalista, Membro della Società Psicoanalitica italiana – è “uno spazio protetto”, dove sperimentare se stessi senza il peso del giudizio reale”. In questa disciplina, approfondisce la psicoanalista Lucattini, “l’obiettivo non è la performance estetica o lo spettacolo finale, ma il processo creativo. Per i più giovani, il teatro funge da ponte tra il mondo interno (emozioni, paure, sogni) e il mondo esterno (relazioni, regole sociali)”.

Nell’intervista, approfondiamo, in particolare, come l’improvvisazione non sia solo un esercizio ludico, ma un vero e proprio motore di sincronia neurale e sviluppo emotivo, capace di attivare plasticità cerebrale e nuove modalità di ascolto profondo in un’età critica per la formazione della personalità e di come essa, possa essere “preziosa” nella regolazione dello stress e dell’ansia nei bambini e negli adolescenti.

Dott.ssa Lucattini, quale ruolo può assurgere in particolare, la teatroterapia nei bambini e negli adolescenti?

“La teatroterapia può assumere un ruolo estremamente rilevante nello sviluppo psichico di bambini e adolescenti, configurandosi come un vero e proprio dispositivo trasformativo intermedio tra gioco e pensiero. In termini psicoanalitici, possiamo considerarla uno spazio transizionale cioè un’area protetta dell’esperienza in cui il bambino o l’adolescente può muoversi tra realtà interna ed esterna senza sentirsi esposto o giudicato.

Attraverso il linguaggio teatrale, infatti, diventa possibile mettere in scena ciò che spesso non è ancora pensabile o dicibile: conflitti inconsci, paure, desideri, fantasie trovano una forma rappresentabile e condivisibile. In questo senso, il teatro non è semplicemente espressione creativa, ma un luogo di simbolizzazione, dove vissuti grezzi o non mentalizzati possono trasformarsi in immagini, ruoli e narrazioni. Il bambino, in particolare, utilizza questo spazio per sviluppare e rafforzare la funzione simbolica, fondamentale per il pensiero e per la regolazione emotiva. L’adolescente, invece, può sperimentare identità diverse, esplorare parti di sé anche contraddittorie e sostenere il delicato processo di costruzione dell’identità e separazione-individuazione, in una cornice sufficientemente contenitiva.

In questo senso, la teatroterapia rappresenta un vero e proprio ponte tra mondo interno e mondo relazionale, permettendo un’integrazione più armonica tra emozione, corpo e pensiero (Frontiers Psychology, 2025)”;

Perché, a Suo avviso, l’attività teatrale può essere efficace nel lavoro clinico con bambini e adolescenti?

“Il teatro offre una via privilegiata per trasformare ciò che viene agito in modo impulsivo o non consapevole (acting-out) in qualcosa che può essere rappresentato, pensato e condiviso. In questo senso, il passaggio dall’azione alla rappresentazione costituisce già di per sé un importante processo terapeutico. Attraverso il gioco dei ruoli, inoltre, il bambino o l’adolescente può sperimentare una forma di mentalizzazione incarnata: non solo pensa le emozioni, ma le vive nel corpo, le esprime, le osserva e progressivamente le comprende. Questo processo attiva dinamiche di identificazione e disidentificazione, consentendo di avvicinarsi a parti di sé anche complesse o contraddittorie, senza esserne sopraffatti.

Un altro elemento centrale è rappresentato dal gruppo teatrale, che funziona come un vero e proprio contenitore psichico plurale. All’interno di questo spazio condiviso, le emozioni possono emergere, circolare e trasformarsi senza diventare disorganizzanti, grazie alla presenza degli altri e alla struttura del setting. In questo senso, il teatro diventa anche un’esperienza profondamente relazionale, che facilita

