



La ricerca della complicità

L'APPROCCIO TEATRALE, LUDICO E INTERATTIVO PER IL TEAM BUILDING

INTRODUZIONE

Il teatro è uno strumento di formazione innovativo che offre ai partecipanti la possibilità di riflettere sui propri comportamenti in una forma leggera e giocosa, proprio per questo di grande impatto.

Grazie al coinvolgimento fisico ed emotivo, è possibile aggirare le difese che i metodi di formazione tradizionali, in cui predomina l'aspetto cognitivo, possono a volte suscitare, innescando così un processo di accoglienza e maggiore disponibilità a mettersi in discussione.

La maggiore **consapevolezza di sé** e degli altri che deriva da questa esperienza emozionale permette di potenziare competenze e abilità personali (*soft skills*) quali l'intelligenza emotiva, l'empatia, l'ascolto. Questi ingredienti risultano necessari per creare un clima di **complicità** all'interno del gruppo, che permette di aumentare il benessere individuale e rafforzare la collaborazione.

METODO

Il metodo è di tipo **euristico**: il percorso non è definito nei dettagli, ma può variare in base alla situazione (la tipologia delle persone, le dimensioni del gruppo, l'ambiente fisico) e generare nuova conoscenza, permettendo di ottenere risultati solo in parte previsti.



L'approccio prende spunto dalla **pedagogia teatrale**, tuttavia non si deve pensare ad un corso di recitazione, nemmeno a prove attoriali e performance che possano mettere in soggezione i partecipanti. Si tratta di esercizi "base" per esplorare e riconoscere le proprie abilità comunicative e relazionali.

Ogni esercizio è proposto in forma di **gioco**, nel senso più alto e vero del termine, ossia con quella leggerezza ed ironia che suscitano da subito il coinvolgimento del gruppo. Questa modalità permette di entrare in relazione senza preoccuparsi della propria immagine e dei rispettivi ruoli all'interno dell'azienda.

Inoltre va sottolineata l'importanza della **conduzione**: non conta solo cosa viene proposto, ma soprattutto come. Il trainer (vedi schede allegate) sarà in grado di mettere ciascuno a proprio agio e coinvolgerlo senza creare resistenze, sempre nel massimo rispetto della situazione.

OBIETTIVI FORMATIVI

I focus su cui puntare l'attenzione saranno stabiliti insieme al cliente durante gli incontri preliminari, in modo da proporre un'attività che sia davvero "su misura". Forniamo di seguito un elenco non esaustivo degli obiettivi che il percorso può raggiungere,

- Consolidare la reciproca conoscenza all'interno del gruppo
- Mostrarsi come persone, senza "maschere" e ruoli stereotipati
- Sviluppare l'intelligenza emotiva
- Aumentare la capacità di empatia e di ascolto
- Sviluppare il benessere dei singoli
- Migliorare le relazioni all'interno del gruppo

STRUTTURA DELL'INCONTRO

La struttura del singolo incontro varia in base alla durata dello stesso (mezza giornata – una giornata – due giornate) e alle caratteristiche del percorso concordato.

Indicativamente, si inizia con esercizi di **riscaldamento** fisico ed emotivo, non impegnativi, per permettere a ciascun membro del team di mettersi "a proprio agio" e concentrarsi su di sé e sul gruppo. Si passa quindi ad esercizi più specifici riguardanti i focus individuati.

Trattandosi di un metodo euristico è molto importante ascoltare il gruppo; alcuni argomenti ed esercizi possono essere approfonditi in considerazione delle reazioni dei partecipanti, altri possono essere asciugati.



Al termine della sessione può essere opportuno un momento conclusivo (circa 45-60 minuti), per sottolineare alcuni aspetti ritenuti importanti, confrontarsi in merito alle dinamiche emerse, ma soprattutto permettere ai partecipanti di condividere stati d'animo e sensazioni.

ASPETTI ORGANIZZATIVI

- partecipanti: gruppo di circa 15-20 persone; consigliato abbigliamento comodo
- periodo: da definire
- incontri: ideale la giornata intera (min. 4-5 ore)
- spazio: aula abbastanza ampia e libera da tavoli, con sedie
- materiali: in dotazione

