

UNATC PRESS

Colecția Educație teatrală



Andreea-Diana Jicman

**TEATRUL
CA MECANISM DE INCLUZIUNE SOCIALĂ**

Ediția a III-a

UNATC PRESS
EDITURA UNIVERSITARIA CRAIOVA
2025

Teatrul ca mecanism de incluziune socială

ediția a III-a

Andreea-Diana Jicman

Volum publicat în cadrul Proiectului

Învățământ echitabil și incluziv prin teatru și film

Finanțat de MEC, prin FDI 2025.

Director de proiect: Lect. univ. dr. Andreea Jicman

**Descrierea CIP a Bibliotecii Naționale a României
JICMAN, ANDREEA-DIANA**

Teatrul ca mecanism de incluziune socială /

Andreea Jicman. - București : U.N.A.T.C. Press ; Craiova :
Universitaria, 2025

Conține bibliografie

ISBN 978-606-082-057-4

ISBN 978-606-14-2142-8

792

UNATC PRESS: 978-606-082-057-4

Editura Universitaria Craiova: 978-606-14-2142-8

UNATC PRESS 2025

Colecția *Educație teatrală*

www.unatcpres.ro

Editori: prof. univ. dr. Bogdana Darie, conf. univ. dr. Mihaela Bețiu

Tehnoredactare și corectură: Andreea Jicman, Mihaela Bețiu

DTP & cover: Corina Rezai

smartprint.ro

© UNATC PRESS pentru această ediție

În colaborare cu EDITURA UNIVERSITARIA CRAIOVA

INTRODUCERE

La momentul actual, incertitudinea și anxietatea au un puternic impact în plan social. Aceste sentimente s-au făcut resimțite tot mai mult în ultimii ani și au devenit parte din stilul de viață caracterizat prin diversitate culturală. Diferențele dintre oameni devin mult mai pregnante și pot constitui adesea motive pentru izbucnirea unei situații conflictuale sau pot degenera în cazuri de excludere și marginalizare a unor indivizi. În consecință, dorința legitimă a omului de a se simți parte integrantă a comunității din care face parte nu se mai realizează. Astfel, se declanșează un sentiment de neîmplinire și insatisfacție care îi afectează randamentul și bunăstarea biologică, psihică și socială pe termen lung. Excluziunea socială se manifestă mai ales în relație cu sărăcia, întrucât persoanele care trăiesc în condiții dificile din punct de vedere economic sunt expuse și situației de marginalizare în plan social generată de lipsurile materiale. În aceeași măsură, excluziunea socială apare în momentul în care unui membru al unei colectivități îi este refuzat dreptul de a-și aduce contribuția la rezultatul comun. Justificările acestui tip de comportament pot fi diverse, toate însă se rezumă la numitorul comun de a fi diferit, deci, de neînțeles și de neacceptat. Cartea de față abordează această ultimă dimensiune a excluziunii sociale. Eradicarea excluziunii determinată de sărăcie presupune un efort comun, care necesită și implicarea autorităților, componentă ce depășește obiectul de interes al acestei lucrări.

David Lewis-Williams notează că arta este un act social, nu o activitate personală. Arta deservește unor scopuri sociale în ciuda faptului că este folosită de indivizi în contexte sociale pentru a atinge anumite obiective¹. Prin urmare, arta este eminentemente conectată cu circumstanțele sociale. Teatrul facilitează experiențe de învățare în relație cu celălalt, ceea ce constituie punctul de plecare pentru analiza metodelor specifice artei teatrului, care se pot adapta astfel încât să devină instrumente de lucru pentru facilitarea unui ambient de înțelegere și acceptare reciprocă. Această muncă de devenire sau transformare pornește de la fundamentul dobândit prin interacțiunea factorilor de ordin socio-cultural.

¹ David Lewis-Williams, *The mind in the cave*, Thames & Hudson, Londra, 2002, p. 44.

De-a lungul parcursului educațional, copilul întâlnește diverse bariere, pe care le depășește sau nu, în funcție de cum se lucrează cu el și cu restul grupului din care face parte. Dificultățile cu care se poate confrunta se încadrează generic sub denumirea de cerințe educaționale speciale, care fac referire la manifestări diverse, mai mult sau mai puțin vizibile: 1. dizabilități (afecțiuni de ordin fizic sau intelectual); 2. tulburări la nivel de comportament sau dificultăți de învățare și 3. dezavantaje din punct de vedere social, economic, cultural în dezvoltarea copilului². Din perspectiva acestei teorii, fiecare participant la procesul educațional, desfășurat în instituții publice sau private de învățământ, poate întâmpina dificultăți pe parcursul învățării. Drept urmare, vulnerabili nu sunt doar cei care poartă vizibil semnul de a fi diferit (persoane cu dizabilități sau deficiențe cognitive majore), ci și cei care prezintă comportamente dificile (tinerii agresivi), copiii supradotați sau în orice alt fel de condiție care poate produce o dificultate de adaptare în spațiul școlar și în procesul de învățare (exemplul copiilor cu părinți plecați în străinătate la muncă, imigranții, refugiații etc.)³. A se simți exclus, marginalizat din spațiul colectivității din care face parte se soldează cu consecințe nefavorabile pentru evoluția individuală. În acest context, sunt la fel de importante atât relația elev-elev, cât și cea elev-profesor, pentru că cel din urmă este adultul responsabil cu coordonarea și modelarea procesului educațional. Înainte de a avea rolul unui furnizor de cunoștințe și abilități specializate, profesorul este un model uman pentru elevii cu care lucrează.

Incluziunea se experimentează ca o integrare ușoară într-un grup de lucru și prin crearea unui mediu în care fiecare este apreciat și respectat pentru ceea ce este. Din această perspectivă, este relevantă dezvoltarea creativă și socio-emoțională a viitorilor adulți. Se creează astfel condițiile formării unui om care percepe diferența, nu ca pe un element negativ, generator de neînțelegere, ci ca pe o componentă definitorie și naturală a ființei umane. Stabilirea relației de complementaritate între oameni face necesară colaborarea. Acest lucru devine mai ușor dacă este înțeles principiul care stă la baza creativității, respectiv că fiecare este diferit și atunci oamenii învață să se aprecieze pe ei înșiși și pe cei din jur. Acesta este motivul pentru care se poate concluziona că dialogul este soluția echilibrată de a rezolva conflictele, nu agresivitatea, violența sau marginalizarea. Arta teatrului, ca formă de educație și suport în dezvoltarea ființei umane, furnizează o abordare specifică, caracterizată prin incluzivitate, în care fiecare membru al comunității să fie acceptat și integrat, indiferent de particularitățile de dezvoltare și de învățare personale⁴.

² Traian Vrășmaș, *Cerințe speciale și dizabilitatea în educație: o perspectivă internațională*, EDP, București, 2015.

³ Alois Gherguț, *Educația incluzivă și pedagogia diversității*, Polirom, Iași, 2016, p. 31.

⁴ *Ibidem*, p. 26.

Arta teatrului este eminentamente o activitate colectivă, nu una individuală. Încă din Antichitate, Aristotel a prezentat caracterul social al ființei umane, dependent de coabitarea alături de semenii săi în comunități organizate. Pentru ca omul să fie împlinit, el necesită să fie înțeles și acceptat de cei din jurul său. Nesatisfacerea acestei cerințe conduce la frustrare și se reflectă într-un randament scăzut al persoanei afectate. Această nevoie socială este cu atât mai actuală în acest context social schimbat de virusul SARS-CoV-2, care a impus obligativitatea distanțării fizice și restricții în realizarea contactului uman nemijlocit. Astfel, interacțiunea umană directă, vie a fost substituită de cea mediată de tehnologie și aplicațiile dispozitivelor inteligente. Întâlnirea fizică dintre oameni implică acum o anxietate crescută, chiar dacă noile reguli de coabitare vizând protecția sunt îndeplinite. Multe elemente fundamentale procesului de formare specific umană sunt viciate de noul context. Se pune în dificultate realizarea unor operațiuni psihice esențiale în interacțiunea socială, cum ar fi empatia, care pornește adesea din observarea reacției faciale a celuilalt.

Mai mult, date fiind circumstanțele actuale, dominate de competiție și dorința de afirmare cu orice preț, sunt necesare instrumente de lucru care presupun organizarea și favorizarea unor contexte care să antreneze abilitățile de colaborare ale tânărului, încă de pe băncile școlii. Există cercetări care „sugerează că marginalizarea în educație are consecințe negative pe termen lung pentru tineri în ceea ce privește implicarea socială, realizarea academică, dezvoltarea emoțională și posibilitățile de angajare viitoare”⁵. Arta teatrului poate oferi o direcție de lucru în acest sens prin faptul că promovează principiul: întotdeauna *Noi*, niciodată *Eu*⁶. Forma de lucru cel mai des folosită pentru a evidenția acest principiu este cercul, astfel încât fiecare participant să fie încurajat să acționeze și să-și asume individual responsabilitatea pentru reușita întregului grup: atingerea scopului comun⁷. Se descoperă, astfel, că printr-o colaborare pozitivă cu ceilalți, lipsită de rivalitate, se câștigă mai mult decât lucrând pe cont propriu. Procesul este mult mai important decât rezultatul în sine. Sunt înțelese noțiuni definitorii unei atitudini de acceptare și cooperare în relațiile interumane, precum respect, concesiune și colaborare, ce devin parte din comportamentul viitorilor adulți.

Educația teatrală este utilă în formarea echilibrată a ființei umane, indiferent de domeniul de activitate ales ulterior, deoarece fiecare dintre noi prezintă o natură dramatică înăscută. Analiza situațiilor zilnice de comunicare arată felul în care comportamentul participanților poate fi interpretat printr-o

⁵ A. Tawell, I. Thompson, H. Daniels, V. Elliott, N. Dingwall, cu O. Rubtsova și K. Munk, *Being Other: The Effectiveness of Arts Based Approaches in Engaging with Disaffected Young People*, Univ. Oxford, Oxford, 2015, p. 4.

⁶ Viola Spolin, *Improvizație pentru teatru*, UNATC Press, București, 2008.

⁷ Joe Winston; Miles Tandy, *Beginning Drama 4-11*, Taylor & Francis e-Library, 2009, p. 19.

metaforă dramatică. Practic, fiecare îndeplinește funcția de co-creator, iar actul de comunicare devine asemănător procesului actoricesc. Interacțiunea umană devine un act ritualic, cu caracter spectacular. Omul transmite mesaje atât prin cuvintele pe care le folosește și modalitatea de rostire, cât și prin poziția corpului, mimica, gesturile etc. pe care le utilizează în momentul vorbirii. Prin urmare, comunicarea umană se realizează simultan pe trei nivele: verbal, paraverbal și nonverbal, iar coerența lor este dată de gând. Îmbinarea armonioasă a acestor trei nivele este cheia unei comunicări autentice și eficiente la care se poate ajunge după mult exercițiu. De exemplu, prin jocuri teatrale și exerciții specifice, participantul învață să formuleze corect un mesaj în raport cu expresia vocală și corporală, dezvoltând competențe intrapersonale și interpersonale⁸.

Acest tip de educație poate fi integrat ca atare în cadrul curriculei sau extracurricular sub forma unor ateliere și poate fi, de asemenea, împrumutat și adaptat de profesori în predarea materiilor curente pentru a favoriza dezvoltarea creativă și socio-emoțională. Începutul anului școlar 2020-2021 a adus o veste bună pentru spațiul educațional românesc, și anume aprobarea de către Ministerul Educației a unor programe școlare pentru discipline cu specific teatral în Curriculum la Decizia Școlii (CDS) la fiecare ciclu din învățământul preuniversitar: *Eu și scena* (clasele a III-a/a IV-a, aprobată prin Ordinul Ministrului Educației nr. 5530/08.09.2020); *Teatrul și noi* (clasele a VI-a/a VII-a, aprobată prin Ordinul Ministrului Educației nr. 5662/30.09.2020); *Laboratorul de teatru* (clasele a X-a/a XI-a, aprobată prin Ordinul Ministrului Educației nr. 5663/30.09.2020). Propunerea a fost inițiată de UNATC, prin efortul unei echipe interdisciplinară coordonată de prof.univ.dr. Bogdana Darie, iar aceste discipline opționale pot constitui un prim pas pentru recunoașterea rolului benefic al educației teatrale în formarea tânărului contemporan.

Introducerea tehnicilor și metodelor din teatru reprezintă un prim pas spre abordarea modificării procesului educațional. Activitatea, structurată ca un „atelier de experimentare”⁹, este adaptată pentru fiecare categorie de vârstă, cu scopul de a dezvolta abilități specifice pentru evoluția armonioasă a ființei umane. Prin jocurile și exercițiile specifice artei teatrului, participantul este provocat să chestioneze anumite aspecte din realitatea înconjurătoare și să devină conștient de modul în care se raportează la ele prin gând, emoție și acțiune. Omul cu adevărat câștigător este cel care se cunoaște pe sine și înțelege ceea ce se întâmplă cu el și în jurul lui. Fiecare poate face teatru dacă este dispus să se implice activ, întrucât teatrul înseamnă *a juca*. În acest fel, se elimină presiunea resimțită din partea

⁸ A.M.Moldovan, *Teatrul ca joc și metodă de formare*, Tritonic, Buc., 2016, p. 100.

⁹ Ion Cojar, *O poetică a artei actorului*, Paideia, București, 1998, p. 11.

autorității, deoarece la teatru se învață „din experiență și prin experimentare și nimeni nu învață pe nimeni nimic”¹⁰. Jocul propune situații diverse ce impun rezolvarea unei probleme și oferă libertate de acțiune participantului, conform individualității sale. Viitorul adult este provocat să găsească căi noi de soluționare și modalități diferite de valorificare a funcției unui obiect. Acest fapt îi conferă mai mult curaj să acționeze, să fie el însuși, original și conștient că fiecare individ este diferit. În acest fel, tinerii vor putea accepta mai ușor lucrul cu diferiți colegi fără să-i judece și să-i marginalizeze.

Structura cărții urmărește ideea de modelare a comportamentului uman pe baza influenței exercitate de fenomenul teatral, oferind o abordare teoretică și practică asupra temei. Se propune o perspectivă de lucru fundamentată în principiile artei teatrului, în vederea formării abilităților creative și socio-emoționale necesare pentru modelarea unui cetățean activ, cu o gândire orientată spre unitate și implicare, nu către disensiune și dezbinare.

Partea întâi a cărții, „Teatrul aplicat în combaterea fenomenului de excluziune socială”, pune în discuție problematica excluziunii sociale și posibilele mecanisme de ordin psiho-social care stau la originea acestui fenomen în comunitatea umană. În același timp, pentru a evidenția consecințele excluziunii, se analizează caracterul social al ființei umane și provocările cu care societatea se confruntă în momentul actual. Practica teatrală a oferit modele de gestionare sau, mai corect, de combatere a excluziunii sociale, din care sunt prezentate câteva ca argumente ale faptului că teatrul poate oferi instrumente pentru o educație incluzivă.

În partea a doua, „Teatrul ca instrument de formare și modelare individuală. Aspecte teoretice și practice”, se pune în discuție aplicarea concretă în educație a metodelor cu specific teatral. S-a urmărit dinamica conceptului de educație și a implicațiilor acestuia în procesul devenirii umane. Pentru a ajunge la finalitatea ideală, formarea unui om adaptabil și inteligent emoțional, este necesar ca educația să se axeze pe dezvoltarea creativității și a aspectelor socio-emoționale, care sunt corelate cu modelarea unui comportament incluziv. Prin ideile abordate, se propun sugestii practice ce pot orienta activitatea și abordarea programelor de educație teatrală cu elevii din învățământul preuniversitar. Acestea pot fi utile atât profesorului care își propune să organizeze activități cu specific teatral, cât și artistului care își dorește să susțină ateliere de teatru. Aceste propuneri sunt justificate de activitatea derulată pe durata celor trei ani de cercetare, mai ales în cadrul seriei de proiecte UNATC Junior, finanțate de Ministerul Educației și Cercetării, prin Fondul de Dezvoltare Instituțională. Acestora li se adaugă

¹⁰ Viola Spolin, *Improvizație pentru teatru*, UNATC Press, București, 2014, p. 14.

experiența dobândită în activitățile desfășurate în colaborare cu instituțiile partenere ale UNATC, în vederea realizării unor activități de educație teatrală bazate pe modelul pedagogic promovat prin proiectul universității.

Această carte constituie un argument pentru utilizarea educației teatrale ca instrument în formarea unui om pregătit pentru o societate diversă, orientat spre găsirea soluțiilor, nu a vinovaților, și care poate trăi în armonie și echilibru cu semenii săi. Se adresează atât studenților și absolvenților de la master Pedagogie Teatrală - UNATC „I.L. Caragiale”, cât și celor de la master Pedagogii alternative și artă teatrală în educație (PED-ArtE) – Universitatea din București, a căror formare conține subiecte dezbătute pe parcursul acestui volum. În aceeași măsură, lucrarea se adresează profesioniștilor din domeniul teatrului, psihologiei și pedagogiei care își doresc să aplice metodele teatrale în scop educațional. De asemenea, poate fi de interes pentru educatori, învățători și profesori sau alți profesioniști implicați în educația tinerilor din învățământul preuniversitar public sau privat, pentru că oferă o imagine de ansamblu asupra modului în care teatrul poate fi abordat ca metodă de lucru pentru favorizarea unui climat incluziv. Nu în ultimul rând, cartea poate fi consultată de orice persoană interesată să înțeleagă cum funcționează teatrul ca un mecanism de facilitare a incluziunii sociale, care, mai simplu, se rezumă la acceptare și prețuire a diversității.

CAPITOLUL I

**TEATRUL APLICAT ÎN COMBATEREA
FENOMENULUI DE EXCLUZIUNE
SOCIALĂ**

Societatea contemporană se definește prin diversitate în plan cultural și social, ceea ce produce modificări în materie de relații interumane și generează o presiune din ce în ce mai mare pentru identificarea și implementarea unor strategii și politici la nivel educațional, economic, politic pentru gestionarea acesteia. Diversitatea este o caracteristică care a definit fiecare așezare umană din cele mai vechi timpuri numai pentru simplul fapt că o comunitate este alcătuită dintr-o populație în care fiecare individ constituie o personalitate separată. Încă din Antichitate, dezvoltarea marilor Imperii și dorința conducătorilor acestora de a cuceri noi spații au condus la intensificarea interacțiunii dintre oameni care aparțin unor culturi diferite. În anumite cazuri, atunci când comunicarea a funcționat adecvat, oamenii au reușit să găsească o cale comună, fapt ce a permis manifestarea colaborării și evoluția popoarelor. În alte situații, dimpotrivă, comunicarea inadecvată s-a soldat cu divergențe și conflicte, care s-au prelungit până în prezent și care continuă să fie alimentate de discursuri bazate pe desconsiderarea celeilalte părți implicate. Un astfel de exemplu îl constituie Cruciadele bazate, de fapt, pe neînțelegerea dintre cultura occidentală și cea orientală.

De-a lungul timpului, au existat diverse mijloace pentru armonizarea relațiilor interumane. În acest sens, teatrul a oferit metode specifice ca instrumente de evidențiere a diversității și de luptă împotriva fenomenelor de excludere socială, generate de inechități și de distribuția inegală a puterii în plan social, economic și politic.

Pentru a înțelege modalitatea în care excluderea socială afectează bunul mers al societății, este necesar să se discearnă că aceasta anulează participarea activă, în cadrul comunității, a unor grupuri de persoane. Prin urmare, acestora le sunt încălcate anumite drepturi, cum ar fi cel al egalității, libertății și fraternității, sau cel al participării libere la viața culturală. Aceste drepturi sunt încadrate în *Declarația Universală a Drepturilor Omului*¹¹, adoptată în 1948, și derivă dintr-o necesitate intrinsecă a ființei umane: contactul social.

¹¹ *Declarația Universală a Drepturilor Omului* a fost promulgată pe 10 decembrie 1948 și implică ideea că toate ființele umane se nasc libere și egale în drepturi și demnitate. Cele două drepturi menționate sunt cuprinse la articolul 1 și 27 al convenției. Sursa: *Declarația Universală a Drepturilor Omului*, https://www.un.org/en/udhrbook/pdf/udhr_booklet_en_web.pdf, accesată pe 20.08.2020.

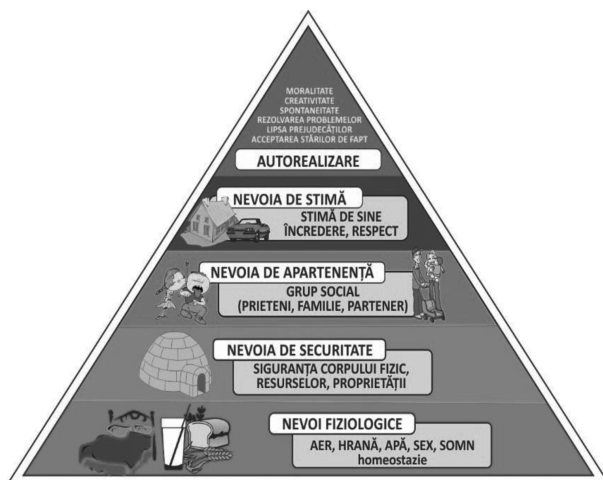
Interacțiunea umană. Aspecte psihologice și sociale

Caracterul social al ființei umane

Aristotel a postulat ideea că omul este o ființă socială, a cărei caracteristică este trebuința de a trăi în comunități organizate, unde poate dezvolta legături cu semenii săi, dovedindu-și astfel utilitatea. Spre deosebire de regnul animal, această calitate aparte îl ajută să distingă între bine și rău, moral și imoral, ceea ce favorizează crearea și întreținerea relațiilor în plan social. Aserțiunea aristoteliană a fost reiterată în timp de cercetători, care s-au preocupat de înțelegerea naturii sociale înăscute a omului.

În acest sens, Abraham Maslow a publicat o lucrare în care oferă o clasificare ierarhică asupra nevoilor pe care le resimte ființa umană. În ordinea enunțată de cercetător, sistematizarea face referire la cinci categorii de nevoi. Acestea sunt: fiziologice (nevoi de bază: foame, sete, odihnă etc.); de siguranță (legată de stabilitate și confort fizic și psihic); de apartenență (referitoare la necesitatea relațiilor sociale); de stimă (care face referire la respectul de sine și la recunoașterea dorită din partea celorlalți) și de autoactualizare (care vizează dorința de perfecționare și de realizare). Clasificarea a fost reprezentată sub forma unei piramide pentru o vizualizare mai coerentă, iar nevoile enunțate de Maslow au fost amplasate în funcție de ierarhia creată, de la bază înspre vârf (figura 1).

Teoria cercetătorului presupune că omul are nevoie să-și satisfacă treptat, parțial sau în totalitate, fiecare tip de nevoie pentru a putea trece la următorul nivel. Realitatea acestei teorii se aplică în exemple din viața cotidiană, în care persoane care aparțin grupurilor dezavantajate, din punct de vedere material, afectiv etc., nu se pot preocupa de satisfacerea nevoilor superioare, cum ar fi relaționarea sau perfecționarea continuă, pentru că nu dețin stabilitate din punct de vedere financiar. De aceea, primele patru categorii de nevoi sunt caracterizate ca deficiente, împlinirea lor nu aduce o diferență foarte mare în starea de bine pe care o resimte un individ. În schimb, neîmplinirea unuia dintre paliere creează disconfort. Nevoile încadrate pe treapta cea mai înaltă sunt considerate de *realizare*, de *creștere*, deoarece induc o stare de satisfacție și plenitudine pentru ființa umană. Clasificarea a fost reprezentată sub forma unei piramide pentru o vizualizare mai coerentă, iar nevoile enunțate de Maslow au fost amplasate în funcție de ierarhia creată, de la bază înspre vârf (figura 1).



Piramida lui Maslow

Sursă: <http://workshop-revival.ro/piramida-nevoilor-trebuintelor-a-maslow/>

Piramida lui Maslow oferă o perspectivă asupra dorinței de apartenență cu care fiecare se naște, fapt aprofundat și confirmat și de alți cercetători. Apartenența reprezintă „o nevoie emoțională profundă de oameni”¹² și se referă la „impulsul fundamental de a căuta, stabili, menține și proteja relații sociale puternice”¹³. Sigmund Freud și John Bowlby au asociat această trebuință cu relația de referință în viața umană, anume aceea formată între copil și mamă în primii ani de viață. În consecință, Bowlby, creatorul teoriei atașamentului, a considerat că dorința de apartenență provine din necesitatea de a regăsi în contactul cu alte persoane intimitatea și siguranța pe care fiecare o experimentează în primii ani de viață în relația cu mama.

Spre deosebire de aceștia, Roy Baumeister consideră că, de fapt, omul se naște cu dorința de a relaționa, iar aceasta nu poate fi neapărat corelată cu relația copil-mamă, ci mai degrabă cu dorința fiecăruia de recunoaștere și de intimitate. Psihologul american evidențiază într-un studiu că oamenii sunt programați să creeze legături sociale solide, indiferent de circumstanțe, pe care se străduiesc să mențină în timp. Relațiile trainice, construite pe parcurs, care implică intimitate și experiențe comune, sunt cele care asigură o stare de bine atât în plan psihologic,

¹² Nira Yuval-Davis, „Borders, boundaries and the politics of belonging”, în S. May; T. Modood; J. Squires (coord.), *Ethnicity, nationalism and minority rights*, Cambridge University Press, Cambridge, 2004, pp. 214-230, p. 215.

¹³ Kory Floyd, *Comunicarea interpersonală*, Polirom, Iași, p. 303.

cât și biologic pentru ambii participanți. Conform lui Baumeister, nimeni nu este de neînlocuit. Pe de altă parte, relațiile cu adevărat benefice individului sunt cele construite în timp, caracterizate de interacțiuni frecvente, de preferat de natură pozitivă, neconflictuale, în primul rând, și de stabilitate și apropiere, în al doilea rând. Precaritatea sau lipsa unor relații care să fie definite prin aceste trăsături pot genera instabilitate la nivel psihic și dereglări ale organismului uman¹⁴.

Contactul fizic cu persoanele din cercul apropiat este esențial încă din primele luni de viață, deoarece constituie un factor fundamental în conturarea atașamentului¹⁵. Acesta reprezintă o tendință naturală de a fi în conexiune cu ceilalți și definește un anumit tipar comportamental, care va fi aplicat ulterior în interacțiunea cu cei din jur. El se formează pe baza răspunsului pe care îngrijitorul de bază, cu precădere mama, l-a avut față de copil în primii 2-3 ani de viață. Contactul fizic cu mama constituie un indiciu pentru dezvoltarea ulterioară a creierului și a comportamentului social.

În anii 1950, Harry Harlow a derulat o cercetare cu pui de maimuțe pentru a demonstra că atașamentul față de mamă nu se reduce la faptul că ea constituie un furnizor de mâncare. Într-unul din experimente, a separat puii de mame pentru o perioadă de timp, iar în momentul în care i-a adus din nou împreună a observat că aceștia manifestau o reticență în interacțiune. Apoi, a izolat doi pui împreună cu două mame surogat, una realizată din sârmă, învelită cu o pătură, iar cea de-a doua obținută din burete, învelit într-o pânză fină. Prima avea mâncarea, cea de-a doua, nu. Cercetătorul a observat că puii de maimuță se duceau la cea din sârmă doar pentru a se hrăni, iar apoi petreceau majoritatea timpului în compania celei obținută din material moale. Atunci când erau privați de contactul cu această mamă surogat, puii deveneau agitați și afișau semne de disconfort. Pe baza acestor observații, Harlow a tras concluzia că puii nu dezvoltă legătura cu mama doar pentru că îi hrănește, ci și pentru că le oferă confort, prin contactul fizic¹⁶.

Aceste aprecieri pot fi extrapolate la ființa umană dat fiind faptul că este un mamifer. În timp, s-au desfășurat mai multe studii pornind de la descoperirile lui Harlow, cu scopul de a aprofunda aceste semnificații în legătură cu ființa umană. S-a dovedit că stimulul tactil determină eliberarea de endorfină și oxitocină și joacă un rol semnificativ în formarea conexiunilor sociale, cu reglarea nivelului de stres și a disconfortului emoțional ce pot apărea ca urmare

¹⁴ Roy Baumeister, Mark Leary, „The Need to Belong: Desire for Interpersonal Attachments as a Fundamental Human Motivation”, *Psychological Bulletin*, vol. 117, nr. 3, 1995, pp. 497-529.

¹⁵ Sue Jennings, *Healthy Attachments and Neuro-Dramatic-Play*, Jessica Kingsley Publishers, Londra/Philadelphia, 2011, p. 104.

¹⁶ Harry F. Harlow, „The nature of love”, *American Psychologist*, vol. 13, 1958, pp. 673-685.

a interacțiunii. Existența contactului direct și reconfortant îndeplinește un rol major în capacitatea de a forma legături sociale¹⁷. Prin contact reconfortant, se poate înțelege îmbrățișare, mângâiere, sărut, masaj, dintre care ultimul s-a descoperit că favorizează inclusiv dezvoltarea lobului frontal al creierului, asociat cu facultățile intelectuale¹⁸.

Realitatea și istoria oferă, însă, exemple de cazuri în care omului îi este negată această nevoie, ceea ce determină consecințe în existența sa. S-a demonstrat că bebelușii privați, pe o perioadă îndelungată de timp, de atingerea fizică a celor care îi îngrijesc, pot manifesta declin psihic și fizic accentuat, adesea ireversibil și chiar, incompatibil cu supraviețuirea. La bebeluși, această manifestare poate fi corelată cu deprivarea emoțională¹⁹, pentru că în primii ani de viață copilul percepe afectivitatea prin intermediul corpului său. Odată cu creșterea în vârstă, individul poate fi expus unei deprivări senzoriale care, de asemenea, îi influențează funcțiile psiho-fizice. În acest sens, un exemplu îl constituie copiii născuți cu malformații sau dizabilități fizice ori cognitive în perioada comunismului, care erau izolați de comunitate, în cămine speciale, unde grija pentru ei era mai puțin decât rudimentară. Copiii numeroși, erau înghesuți în spațiile puse la dispoziție, imobilizați de calorifere sau de structurile de metal ale paturilor, erau malnutriți și lipsiți de orice fel de contact de natură afectivă. Cu alte cuvinte, erau abandonați. Deloc surprinzător, date fiind condițiile în care trăiau, că stadiul lor de degradare bio-psiho-socială era avansat, fapt ce a determinat în cazul multora decesul. Într-una dintre lucrările ei, Sue Jennings amintește despre imaginea copiilor din orfelinatele românești după 1990, explicând regresul lor nu prin lipsa mâncării, ci mai degrabă lipsa jocului senzorial și a interacțiunii sociale²⁰.

Deprivarea senzorială și cea socială sunt specifice izolării. Una dintre cele mai crude metode de pedeapsă²¹, mai dură chiar decât brutalitatea fizică, izolarea a fost aplicată încă din cele mai vechi timpuri și până în actualitate prizonierilor, indiferent de unde proveneau: din război sau după comiterea unor infracțiuni. Aceeași metodă s-a aplicat, în trecut, băieților trimiși la școli cu regim de internat, care își vedeau rudele și prietenii doar de sărbători, sau persoanelor înscrise în serviciul militar. Metoda a fost aplicată fie în scop coercitiv, fie în scopuri educaționale, cu rolul de a-i ajuta pe tineri să se formeze ca persoane autonome.

¹⁷ Sarah R. Moore *et al.*, „Epigenetic correlates of neonatal contact in humans”, *Development and Psychopathology*, vol. 29, 2017, pp. 1517-1538, pp. 1518, 1519, 1535.

¹⁸ Miriam Stoppard, *Bonding with Your Bump*, Dorling Kindersley, Londra, 2008, pp. 102-103.

¹⁹ Eric Berne, *Jocurile noastre de toate zilele*, Trei, București, 2014, p. 33.

²⁰ Sue Jennings, *op. cit.*, 2011, p. 21.

²¹ Charles Darwin, *The descent of man and selection in relation to sex*, Cambridge University Press, vol. 1, 2009, p. 84.

Consecința tratamentului prin izolare generează un nivel mai ridicat sau mai scăzut de deprivare socială, ceea ce în timp conduce treptat către o oarecare dezumanizare a ființei umane și somatizări conexe.

Cu același tip de situație se confruntă oamenii care locuiesc singuri, pentru o durată mai mare de timp, în special bătrânii. La persoanele care experimentează izolarea pentru perioade îndelungate, abilitățile sociale sunt slab dezvoltate, iar capacitatea acestora de a relaționa într-un mod pozitiv cu cei din jur se reduce.

Se subînțelege, așadar, că a fi în contact cu cei din jur asigură bunăstarea ființei umane. În teoria sa asupra interacțiunii sociale, Eric Berne a argumentat faptul că întreaga existență umană se ghidează după obținerea unor stimuli din partea celorlalți, care îi conferă persoanei recunoașterea de către celălalt. Urmărind acest scop, cineva se poate alătura unei persoane sau unui grup, chiar dacă influența lor este negativă, cu scopul de a experimenta conexiunea umană. În acest sens, Eric Berne a atenționat asupra faptului că, în lipsa unui stimul de natură pozitivă, și cele negative vor fi acceptate de către o persoană, pentru că îi asigură acea recunoaștere în plan social pe care o caută. În acest fel, se pot motiva diverse situații. Cazurile în care copiii sau tinerii cu stimă scăzută, lipsiți de afecțiunea unor relații profunde cu cei apropiați lor, se complac în anturaje nefaste, sau femeile care nu au învățat să-și aprecieze valoarea și rămân în relații complet distructive, alături de bărbați care le abuzează atât din punct de vedere verbal, cât și fizic și emoțional, sunt tipuri de exemple. Lipsa contactului uman, în opinia lui Berne, este mai greu de suportat decât existența unor stimuli deficitari, ce asigură recunoașterea într-un fel, chiar dacă disfuncțional²².

Prin urmare, existența ființei umane este indisolubil conectată cu oamenii din jurul ei, concept oglindit în versurile lui John Donne, „niciun om nu este o insulă de unul singur; fiecare om este o bucată de continent, o parte din întreg”²³. Fără îndoială, omul este sortit să trăiască în colectivitate, unde poate socializa și împărtăși experiențele de zi cu zi alături de oamenii apropiați. Interconectivitatea, propusă de John Donne în anii 1600, este certificată în prezent de către studiile în neuroștiințe, care atestă caracterul social al creierului uman²⁴. Această calitate presupune că relaționarea dintre indivizi produce o conexiune subtilă între creierurile lor. Această legătură la nivel neuronal este cea care permite influențarea creierului și, automat, pe cea a corpului în interacțiunea umană. Conform acestei

²² Eric Berne, *op. cit.*, 2014, pp. 31-35.

²³ Traducere pentru „No man is an island entire of itself; every man/ is a piece of the continent, a part of the main” în John Donne, *Devotions upon Emergent Occasions*. Inițial textul era scris sub formă de proză.

²⁴ Lorena Santamaria *et al.*, „Emotional valence modulates the topology of the parent-infant inter-brain network”, *Neuroimage*, vol. 207, 2020; Jaak Panksepp; Lucy Biven, *The archaeology of mind*, W.W.Norton & Company, Londra, 2012, p. 177; Ralph Adolphs, „The social brain: Neural Basis of Social Knowledge”, *Annual Review of Psychology*, vol. 60, 2009, pp. 693-716.