

Arteterapia: una nuova psicoterapia d'avanguardia

Roberto Pasanisi

I. Teoria e prassi dell'Arteterapia: i fondamenti

Ia. Teoria ART

L'Arteterapia si è finora sviluppata sulla base di tre modelli incompiuti: come una tecnica essenzialmente riabilitativa o di sostegno rivolta principalmente agli psicotici od ai minorati, fisici o psichici che fossero, intesa a ridurre le minorazioni psicofisiche ed a migliorare le capacità relazionali e di socializzazione dell'individuo affetto da una patologia più che nevrotica; come una sorta di laboratorio di pittura e scultura, attento a cogliere (ed eventualmente ad esprimere) le emozioni connesse alla pratica artistica; o infine come una psicoterapia che si avvaleva delle arti figurative a livello essenzialmente strumentale e secondario nell'ambito di una tecnica più vasta ed articolata, specialmente psichiatrica.

Essa è stata praticata non soltanto da psicoterapeuti, ma da esperti dei più svariati campi — musicisti, artisti, scrittori, drammaturghi, maestri di scuola, insomma sulla base delle competenze più svariate — restando al di qua o andando al di là della psicoterapia *stricto sensu* — l'unica che qui ci interessi — praticata da uno psicoterapeuta, o meglio ancora da uno specialista in Arteterapia. Essa è stata sostanzialmente priva sia di un impianto teorico compiutamente definito che la legittimasse scientificamente in maniera univoca e soprattutto autonoma, sia di una qualsivoglia istituzionalizzazione che ne precisasse i compiti e gli obiettivi, ne chiarisse le caratteristiche precipue (anche contrastivamente rispetto alle altre scuole psicoterapeutiche) e ne stabilisse i limiti, fissando nel contempo una deontologia professionale.

Molti oggi sono infatti le scuole ed i corsi di scrittura creativa, i laboratori di pittura e scultura a fini terapeutici o riabilitativi, ed altre iniziative simili; come pure gli psicologi, gli psicoterapeuti e gli psichiatri che adoperano l'arte in forma per così dire 'ancillare', *idest* come una tecnica fra le altre nell'ambito di una teoria e di una prassi diverse, che nulla hanno a che vedere con l'Arteterapia.

Qui invece si intende l'Arteterapia come una "teoria ed una prassi psicoterapeutica" a tutti gli effetti ed autonoma, sviluppando questa disciplina come una scuola di psicoterapia *tout court*, curata non da scrittori o pittori o scultori o da psicologi di altre scuole, ma da specialisti in questo particolare tipo di psicoterapia: e se ne pongono i "fondamenti" teoretici e pratici.

Fissiamo in 'ART' la sigla abbreviativa della disciplina che qui vogliamo proporre sotto il nome di "Arteterapia", intesa come una nuova scuola psicoterapeutica contrassegnata da tre caratteristiche fondamentali e sue specifiche: l'uso dell'arte e delle sue tecniche come "strumento terapeutico"; l'approccio integrato, ove opportuno, con il *training* autogeno (TA) nella sua formulazione classica; la costituzione eclettica, che le permette di attingere, sia sul piano teorico che su quello propriamente terapeutico, a diverse altre scuole, segnatamente alla Psicoanalisi, alla Psicologia analitica, alla Psicologia della *Gestalt* ed all'Analisi Transazionale (AT). Ne consegue come rilevante corollario che l'Arteterapia così intesa si configura fra le cosiddette "psicologie del profondo" e che integra "tecniche analitiche" con "tecniche esperienziali".



Il presupposto principale dal quale partiamo per considerare l'ART non come una "psicoterapia rieducativi", con una valenza essenzialmente sociale e di recupero, ma come una "*psicoterapia ricostruttiva di tipo psicodinamico*" è, *in primis*, la teoria elaborata da Freud riguardo alla funzione dell'artista: per il neurologo viennese la funzione fondamentale dell'artista è quella di mettere l'individuo in comunicazione con il suo Inconscio e di consentirgli di gustarne le fantasie «senza rimprovero e senza vergogna», liberando profonde tensioni della psiche. L'arte quindi per Freud rappresenta uno dei mezzi più adeguati per tollerare l'esistenza; come una sfera posta tra Eros e Thanatos, rappresentante una soddisfazione del desiderio sostitutiva, non ossessiva né nevrotica: una sorta di passaggio, di via regia verso l'inconscio, come il sogno; ma, a differenza del sogno, più organicamente e compiutamente creativa. Oltre al contributo di Freud, ci sembra opportuno, per attribuire all'arte una valenza terapeutica, far riferimento all'operazione, considerata da taluni scandalosa, di de-sacralizzazione dell'artista in quanto tale effettuata dalla Chasseguet-Smirgel: operando infatti una smitizzazione dell'artista, la studiosa contribuisce non poco a ravvicinarcelo, a stabilire un contatto, a riprendere un colloquio interrotto, o forse a iniziarlo in quanto miticamente fantasticato e mai realmente esistito; ricordandoci che tutti condividiamo gli stessi meccanismi psichici, sia conflitti che angosce, è possibile stabilire una continuità tra il fruitore e l'artista, rendendo così reale la comunicazione, anche se difficile e fluttuante nelle sue misteriose e fantasmagoriche valenze simboliche e sovratemporali. In questo senso si comprende come l'approccio psicoterapeutico ricostruttivo, e in particolare quello psicoanalitico, rappresenti uno degli strumenti più validi per ritrovare l'artista che è in noi, ovvero la nostra parte creativa, che è in grado di metterci in contatto con il nostro inconscio e che attraverso la produzione di opere creative *lato sensu* ci permette di analizzare le nostre angosce e i nostri conflitti interiori. Infatti ponendo l'artista, *idest* il creatore, in una posizione di pseudo-privilegio, in realtà lo chiudiamo in un'inaccessibile *turris eburnea*, e così facendo lo emarginiamo e lo alieniamo; ma al prezzo di emarginare e alienare da noi quella parte di noi stessi che è la dimensione estetica e creativa nella sua valenza catartica e sublimativa. La possibilità di dare all'altro una valenza terapeutica e di considerarci artisti potenziali — *lato sensu, obviously: idest* nel senso di "creatività" —, ci è offerta anche dal fatto che nell'arte contemporanea è l'artista stesso che infrange il proprio ruolo, smitizzando la propria persona e il proprio fare artistico, parzialmente annullando, in questo modo, la distanza dal fruitore d'arte e contravvenendo così a quell'immagine che noi gli attribuiamo.

È grazie proprio a questi presupposti teorici che è possibile costituire dei gruppi terapeutici in cui ognuno esprima la personale creatività per conoscere meglio il proprio mondo inconscio e per cercare, conoscere ed interpretare, con l'aiuto del terapeuta, le proprie problematiche.

Ib. Prassi ART

Nella prassi si alternano a “sedute monotematiche sedute a tema libero”: nella prima il “soggetto tematico” viene proposto dal terapeuta, con l'approvazione del gruppo; nelle sedute a tema libero il “soggetto” è scelto liberamente dai componenti del gruppo. All'interno di ogni seduta vengono distinte tre fasi: la prima è quella “creativa”, in cui i componenti del gruppo devono creare l'opera nella massima libertà; la seconda fase è ‘interpretativa’, in cui il gruppo interpreta le opere creative dei singoli componenti del gruppo con la supervisione del terapeuta ed, eventualmente, del coterapeuta; la terza fase è quella “analitica”, in cui si analizzano le dinamiche che si innescano all'interno del gruppo attenendosi ai criteri della psicoterapia analitica di gruppo e delle psicoterapie esperienziali (la *Gestalt* e lo Psicodramma segnatamente).

L'ART è indicata elettivamente per individui che soffrono per disturbi ansigeni piuttosto che per la riabilitazione e l'inserimento nel gruppo di minorati: l'inserimento nel gruppo è normalmente preceduto da reattivi di tipo proiettivo, e alla fine si confrontano poi i reattivi d'ingresso e i reattivi finali.

Dall'esperienza sul campo, risulta che nel 60 per cento circa dei casi si produce un miglioramento complessivo dell'equilibrio psicofisico ed in particolare una maggiore capacità di socializzazione, maggiore fiducia in se stessi e un consolidamento dell'Io, accertato attraverso reattivi e questionari. Il 40 per cento circa dei casi non riscontra significativi cambiamenti, in alcuni casi per la presenza di problematiche latenti di tipo psicotico o per mancanza di motivazioni adeguate.

Le ‘tecniche fondamentali’ in Arteterapia sono tre:

1. *Psicodramma Creativo* (PC)
2. *Poesi-Terapia* (PT)
3. *Icono-Terapia* (IT)

L'Arteterapia si divide dunque, innanzitutto, in Poesi-Terapia ed Icono-Terapia: la prima si svolge in due fasi, una “attiva” ed una “ricettiva”, entrambi conclusi dalla fase “rielaborativa”.

Bibliografia

Francesco Bollorino (a cura di), *Psichiatria online. Strumenti di ricerca scientifica, comunità terapeutiche, interazione fra medico e paziente*, Milano, Apogeo, 1999

Otto Fenichel, *Trattato di psicoanalisi delle nevrosi e delle psicosi*, Roma, Astrolabio, 1951

Sigmund Freud, *L'interpretazione dei sogni*, Roma, Newton Compton Editori, 1980

Marco Manzoni (a cura di), *Creazione e mal-essere*, Milano, Guerini e Associati, 1989

Joyce McDougall, *Eros. Le deviazioni del desiderio*, Milano, Raffaello Cortina Editore, 1997

Carlo Moiso – Michele Novellino, *Stati dell'Io. Le basi teoriche della Analisi Transazionale Integrata*, Roma, Astrolabio, 1982

Marc Muret, *Arte-terapia*, Como, RED Edizioni, 1991

Luigi Pareyson, *I problemi attuali dell'estetica*, in AA.VV., *Momenti e problemi di storia dell'estetica*, IV, Milano, Marzorati, 1961

Roberto Pasanisi, *La forma della bellezza. Intorno alla genesi della lirica moderna: uno studio psicoanalitico*, in “*Gradiva*” (New York, U.S.A.), VI, 2, 1996, pp. 97-105

Roberto Pasanisi, *Arteterapia e Training autogeno: un approccio psicoterapeutico integrato*, in "SIPE (Société Internationale de Psychopathologie de l'Expression) Newsletter" (Paris, France), 21, 2000, p. 4

Roberto Pasanisi, *Training in Artherapy with Autogenic Training*, in "International Networking Group of Art Therapists" (Los Angeles, USA), XIII, 1, 2000, p. 14

Roberto Pasanisi, Recensione a Marco Manzoni (a cura di), *Creazione e mal-essere*, Milano, Guerini e Associati, 1989, in "Psiconline" (www.psiconline.it), 7/X/2000, www.psiconline.it/comunicati_stampa/libreria.htm

Roberto Pasanisi, *Le «muse bendate»: la poesia del Novecento contro la modernità*, Pisa - Roma, Istituti Editoriali e Poligrafici Internazionali, 2000 (Prefazione di Constantin Frosin; Postfazione di Carmine Di Biase)

Roberto Pasanisi, *Una nuova scuola psicoterapeutica in Italia: l'Arteterapia*, in "Ecomind" (www.ecomind.it), 7/X/2000, www.ecomind.it/Sezioni/Articoli/Articoli.html

Roberto Pasanisi, *Una nuova scuola psicoterapeutica in Italia: l'Arteterapia*, in "Psychomedia" (www.psychomedia.it), 12/VII/2001, www.psychomedia.it/pm/arther/art-ther/scuola.htm

Roberto Pasanisi, *L'Arteterapia in Italia*, in "Attiva Mente" (www.attivamente.net), agosto 2001, www.attivamente.nett/Am-Relazioni.htm#P1199_162768

Fritz Perls, *L'approccio della Gestalt. Testimone oculare della terapia*, Roma, Astrolabio, 1977

Robin Philipp, *Metred Healthcare*, in "Poetry Review", 85, 1, 1995, pp. 58-59

Robin Philipp, *The links between poetry and healing*, in "The Therapist", III, 4, 1996, p. 15

Robin Philipp, *Poetry helps healing*, in "The Lancet", 347, 1996, pp. 332-333

Robin Philipp, *Evaluating the Effectiveness of the Arts in Healthcare*, in Charles Kaye – Tony Blee (a cura di), *The Arts in Health Care. A Palette of Possibilities*, London and Bristol (Pennsylvania), Jessica Kingsley Publishers, 1997, pp. 250-261

Platone, *Politeia*, 376e-417b (*Platonis Opera*, recognovit brevique adnotatione critica instruxit Ioannes Burnet, tomus IV, Oxford, Oxford University Press, 197821)

Gabriele Pulli, *Il mondo della caducità. Il desiderio come linguaggio del tempo in Freud*, Napoli, Liguori, 1982

Jean-Luc Sudres, *L'Art-Thérapie: actualités d'un concept et d'une pratique*, www.centrostudiarteterapia.org/products.htm, 1/V/2001

Sitografia

www.arttherapy.org (A.A.T.A., American Art Therapy Association)

www.centrostudiarteterapia.org (C.I.S.A.T., Centro Italiano Studi Arte-Terapia)

www.iamaonline.org (I.A.M.A., International Arts-Medicine Association)

<http://mageos.ifrance.com/art-therapy/art-therapy/sipe.htm> (S.I.P.E., Société Internationale de Psychopathologie de l'Expression et d'Arthérapie)

Liste di discussione

<http://www.domeus.it/groups/cisat>; cisat@domeus.it (CISAT – Arteterapia, Lista di discussione in Arteterapia del CISAT, Centro Italiano Studi Arte-Terapia, in collaborazione con il C.I.S.P., www.psicoterapie.org)

Riviste

"American Art Therapy Association Newsletter" (Mundelein, Illinois, USA)

"Artherapy (Journal of the American Art Therapy Association)" (Mundelein, Illinois, USA)

"International Networking Group of Art Therapists" (Los Angeles, California, USA)

"International Arts-Medicine Association Newsletter" (Bryn Mawr, Pennsylvania, USA)

"Newsletter de la SIPE (Société International de Psychopathologie de l'Expression)" (Pau, France)