

Roberto Pasanisi

Direttore, CISAT (Centro Italiano Studi Arte-Terapia)

via Bernardo Cavallino, 89 ("la Cittadella"); 80131 Napoli

tel. 018 5461662 – 339 2858243 – p.e. direzione@centrostudiarterapia.org

Arteterapia: teoria e prassi di un nuovo approccio psicoterapeutico integrato

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 rieducativa', 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 desacralizzazione 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 prime 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, innanzi tutto, in Poesi-Terapia ed Icono-Terapia: la prima si svolge in due fasi, una 'attiva' ed una 'ricettiva', entrambi conclusi dalla fase 'rielaborativa'. In quella attiva, al paziente viene proposto, mediante opportune tecniche, di elaborare dei testi poetici o narrativi; in quella ricettiva, al paziente si chiede di esprimere i 'vissuti' rispetto a testi d'autore proposti; nella fase 'rielaborativa', si elaborano, con tecniche analitiche ed esperienziali, i vissuti emersi.

Anche l'Icono-Terapia si sviluppa in due momenti: nella 'fase attiva', viene chiesto al paziente di produrre un'immagine, avvalendosi di tecniche *ad hoc*: egli elaborerà, *in primis*, un disegno, che potrà essere in bianco e nero od a colori; ma potrà avvalersi anche di altre tecniche, a cominciare dalla fotografia. Nella fase 'ricettiva', il terapeuta proporrà un'immagine d'autore — tipicamente un quadro, ma anche una scultura od una fotografia —, chiedendo poi al paziente di esprimere i vissuti rispetto a quella immagine.

Lo Psicodramma Creativo (PC) è una forma di 'psicodrammatizzazione strutturata' precipua dell'Arteterapia: a differenza dello 'psicodramma classico' infatti, esso non è volto, freudianamente, alla 'ricostruzione archeologica' del 'passato'; esso è votato invece alla 'costruzione del futuro'. Nel corso della seduta viene infatti messo in scena, drammatizzato ed esplorato il 'mondo del desiderio' e l' 'universo delle potenzialità' del paziente; *idest* non 'ciò che è stato', ma 'ciò che sarà', ovvero 'ciò che vuole e può essere': sono dunque in questa maniera evidenti la creatività e la dinamicità di una tale prospettiva, tesa a realizzare la propria vita futura così come si progetta e realizza un'opera d'arte, nel contempo liberando a pieno la creatività e la libertà della persona non meno che, rankianamente (e quasi nietzscheianamente), le forze più volontaristiche dell'individuo. Il paziente così, piuttosto che ripiegarsi in se stesso e rimuginare circolarmente sul suo passato, acquisisce fiducia nelle proprie potenzialità e capacità e sperimenta un modo di vita diverso e più positivo di quello abituale, ma nello stesso tempo non di pura fuga nella fantasia, ma con una sua fattuale concretezza situazionale.

Il Laboratorio di scrittura e pittura, che si affianca ove necessario nella prassi terapeutica al Poesi-Terapia ed alla Icono-Terapia, consiste nell'applicazione delle tecniche di scrittura, specialmente poetica, e di pittura come veicolo elettivo nei livelli dell'esperienza sensoriale, corporea, emotiva, immaginativa e cognitiva-verbale: in questo senso l'Arte-Terapia (ART) trova pure piena applicazione in tutti quei contesti nei quali la capacità di instaurare una buona relazione è di fondamentale importanza nella propria vita sociale e professionale.

Ic. L'approccio integrato ART - TA

L'Arteterapia si giova di un approccio integrato col *Training Autogeno (TA)* nella sua formulazione classica: come altre Tecniche di Rilassamento (TR), esso non ha soltanto il pregio di indurre un immediato stato di autodistensione psichica necessario per il trattamento di alterazioni neuropsichiche e di reazioni ad etiopatogenesi psicogena; proprio perché in grado di cogliere il rapporto psiche-soma nelle sue ristrette correlazioni funzionali, il TA costituisce un vero strumento terapeutico, che mira al recupero e alla mobilitazione di energie bloccate, alla decostruzione di resistenze ai normali equilibri vitali, al decondizionamento di patologie già instaurate.

Il TA si svolge a tre livelli: il primo è quello 'di base', come semplice 'tecnica di rilassamento'; il secondo è quello 'superiore' o 'proposizionale': esso si fonda sulle 'formule proposizionali', tese

ad autosuggerire a partire da problematiche individuate attraverso la discussione fra il terapeuta o 'maestro' ed il paziente o 'praticante': esso funziona a mo' di autoipnosi; il terzo è quello 'sublime', che è di livello 'analitico': il materiale emerso durante il *training* e quello sviluppato nel corso di un'analisi condotta in margine alle sedute autogene ma comunque secondo le metodologie classiche vengono analizzati e convertiti in una 'formula proposizionale' che non sia solo autosuggestiva, ma anche capace di interagire e influire su aspetti profondi (inconsci) della personalità.

Di appoggio è la Psicodiagnosi: essa è rivolta a tutti quegli operatori che nella quotidiana pratica di lavoro abbiano necessità d'impiego di reattivi in ambito clinico, nel settore dell'età evolutiva e nell'orientamento scolastico e professionale. Una precisa scelta dei *test* somministrati intende realizzare un'articolata struttura didattica rivolta a favorire la versatilità dello strumento psicodiagnostico nell'indagine della personalità.

Bibliografia

- Marco Alessandrini, *Immagini della follia. La follia nell'arte figurativa*, Roma, Edizioni Magi, 2002
- Ugo Amati, *Arte, terapia e processi creativi*, Roma, Borla, 1996
- Caterina Camporesi, *Psicoanalisi, Creatività, Interpretazione*, intervento al Convegno *Psiche e Scrittura*, a cura dell'associazione culturale "Sguardo e Sogno" e del Comune di Firenze, Firenze, 14/II/1998
- Jeanine Chasseguet-Smirgel, *Creatività e perversione*, Milano, Raffaello Cortina Editore, 1987
- Jeanine Chasseguet-Smirgel, *Per una psicoanalisi dell'arte e della creatività*, Milano, Raffaello Cortina Editore, 1989
- Piero De Giacomo, *Mente e creatività. Il Modello Pragmatico Elementare quale strumento per sviluppare la creatività in campo medico, psicologico e manageriale*, Milano, Franco Angeli, 1995
- Paola Dei, *P.A.S.S.ioni Pettegolezzi & Amori Segreti. Creatività e vita in Arteterapia*, Napoli, Edizioni dell'Istituto Italiano di Cultura di Napoli, 2003
- Sigmund Freud, *L'interpretazione dei sogni*, Roma, Newton Compton Editori, 1980
- Sigmund Freud, *Il motto di spirito e la sua relazione con l'inconscio*, Torino, Bollati Boringhieri, 1975
- Sigmund Freud, *Il poeta e la fantasia*, in *Opere*, V, Torino, Bollati Boringhieri, 1970, p. 223
- Sigmund Freud, *Saggi sull'arte, la letteratura e il linguaggio*, Torino, Bollati Boringhieri, 1969 (2 vol.)
- Rose Gaetner, *De l'imitation à la création*, Paris, Presses Universitaires de France, 2000
- Charles Hirsch, *L'albero*, Roma, Edizioni Mediterranee, 1988
- Carl G. Jung, *L'uomo e i suoi simboli*, Milano, Raffaello Cortina Editore, 1983
- Edoardo Giusti – Maria Claudia Proietti, *Fototerapia e diario clinico. Guida all'uso della fotografia e della scrittura in ambito psicoterapeutico*, Milano, Franco Angeli, 1995
- Max Lüscher, *La terapia di alleggerimento*, in "Babele", II, 7, 1997, pp. 9-10
- Loredano Matteo Lorenzetti (a cura di), *La dimensione estetica dell'esperienza*, Milano, Franco Angeli, 1995
- Loredano Matteo Lorenzetti, *La ragione dei sentimenti*, Milano, Franco Angeli, 1992
- Stéphane Mallarmé, *Poésies*, in *Oeuvres complètes*, édition critique présentée par Carl Paul Barbier et Charles Gordon Millan, Paris, Flammarion, 1983

- 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
- K. Kerényi, *Gli Dei e gli Eroi della Grecia*, Milano, Garzanti, 1981³
- Luigi Pareyson, *I problemi attuali dell'estetica*, in AA.VV., *Momenti e problemi di storia dell'estetica*, IV, Milano, Marzorati, 1961
- Roberto Pasanisi, *La ripetizione creativa*, in “Il letterato”, 1-3, 1985, pp. 3-5
- Roberto Pasanisi, Recensione a Ivan Fónagy, *La ripetizione creativa. Ridondanze espressive nell'opera poetica*, Dedalo, Bari, 1982, in “Annali dell'Istituto Universitario Orientale” Sezione Romanza, XXVIII, 1, 1986, pp. 407-410
- Roberto Pasanisi, *Il Poema Paradisiaco*, in “Alla bottega”, 2, 1986, pp. 19-21
- 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, *La forma della bellezza: la genesi della poesia di Mallarmé come specimen della lirica moderna*, in “Esperienze Letterarie”, XXI, 2, 1996, pp. 89-96
- Roberto Pasanisi, Recensione a Loredano Matteo Lorenzetti (a cura di), *La dimensione estetica dell'esperienza*, Milano, Franco Angeli, 1995, in “Nuove Lettere”, VIII-IX, 9-10, 1998, pp. 230-231
- Roberto Pasanisi, Recensione a Marco Manzoni (a cura di), *Creazione e mal-essere*, Milano, Guerini e Associati, 1989, in “Nuove Lettere”, VIII-IX, 9-10, 1998, p. 233
- Roberto Pasanisi, Recensione a Joyce McDougall, *Eros. Le deviazioni del desiderio*, Milano, Raffaello Cortina Editore, 1997, in “Nuove Lettere”, VIII-IX, 9-10, 1998, pp. 235-236
- 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_stampalibreria.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, *O noua scoala psihoterapeutica in Italia: Arte-Terapia [Una nuova scuola psicoterapeutica in Italia: l'Arteterapia]*, in “Akademia” (revista de cultura), Galati (Romania), II, 7-8, 2001, p. 37 (traduzione in Rumeno di Constantin Frosin)
- Roberto Pasanisi, *Una nuova scuola psicoterapeutica in Italia: l'Arteterapia*, in “Psychomedia” (www.psychomedia.it), 12/VII/2001, www.psychomedia.it/pm/arther/artther/scuola.htm
- Roberto Pasanisi, *L'Arteterapia in Italia*, in “Attiva Mente” (www.attivamente.net), agosto 2001, www.attivamente.nett/Am-Relazioni.htm#P1199_162768
- Roberto Pasanisi, *Pour une approche psychothérapique intégrée de l'art-thérapie*, in Jean-Luc Sudres – Guy Roux – Muriel Laharie (a cura di), *Humeurs et pratiques d'art-thérapie*, Paris (France), L'Harmattan, 2003, pp. 157-163
- Fritz Perls, *L'approccio della Gestalt. Testimone oculare della terapia*, Roma, Astrolabio, 1977
- Fritz Perls, *La terapia gestaltica parola per parola*, Roma, Astrolabio, 1980

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

Giovambattista Presti, *Lo psicologo nella Rete. Internet da strumento a paradigma*, Milano, McGraw-Hill, 2001

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

Daisetz Teitaro Suzuki, *Introduzione al Buddismo Zen*, Roma, Ubaldini Editore, 1970

Daisetz Teitaro Suzuki, *Saggi sul Buddismo Zen*, Roma, Edizioni Mediterranee, 1975

Bianca Tosatti (a cura di), *Figure dell'anima. Arte irregolare in Europa*, Milano, Mazzotta, 1998

Diane Waller, *Towards a European art therapy. Creating a profession*, Buckingham – Philadelphia, Open University Press, 1998

Diane Waller – Jacky Mahony (a cura di), *Treatment of Addiction. Current issues for arts therapies*, London – New York, Routledge, 1999

Bernie Warren (a cura di), *Arteterapia in educazione e riabilitazione*, Trento, Centro Studi Erickson, 1995

Elémire Zolla, *Le tre vie*, Milano, Adelphi, 1995

Sitografia

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

www.atcb.org (A.T.C.B., Art Therapy Credentials Board)

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

www.nuoveartiterapie.net (Nuove Artiterapie)

<http://forums.behavior.net/forums/jnjbbs.cgi?config=artstherapy&uid=nC1M8.user>

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)

<http://www.societyartshealthcare.org/> (Society for the Arts in Healthcare)

<http://www.users.dircon.co.uk/~poets/ecarte.html> (ECArTE)

http://www.u-a-f.org/sipe_gb.php/ (Universal Art Forum)

Liste di discussione

<http://lists.centrostudiarteterapia.org/mailman/listinfo/cisat-arteterapia>

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

Riviste

“Giornale Italiano di Arteterapia” (GIA)

“Nuove Artiterapie”

“American Art Therapy Association Newsletter” (Mundelein, Illinois, USA)

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

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

“Newsletter de la SIPE (Société Internationale de Psychopathologie de l'Expression)” (Pau, France)