

ARTETERAPIA EFFICACE

Processi
e strumenti di lavoro

DI LAURA GRIGNOLI E BARBARA CIPOLLA



*Strumenti per il lavoro
psico-sociale ed educativo*

FrancoAngeli

Informazioni per il lettore

Questo file PDF è una versione gratuita di sole 20 pagine ed è leggibile con **Adobe Acrobat Reader**



La versione completa dell'e-book (a pagamento) è leggibile **con Adobe Digital Editions**.

Per tutte le informazioni sulle condizioni dei nostri e-book (con quali dispositivi leggerli e quali funzioni sono consentite) consulta [cliccando qui](#) le nostre F.A.Q.

I lettori che desiderano informarsi sui libri e le riviste da noi pubblicati possono consultare il nostro sito Internet: www.francoangeli.it e iscriversi nella homepage al servizio "Informatemi" per ricevere via e-mail le segnalazioni delle novità.

ARTETERAPIA EFFICACE

Processi
e strumenti di lavoro

DI LAURA GRIGNOLI E BARBARA CIPOLLA

***Strumenti per il lavoro
psico-sociale ed educativo***

FrancoAngeli

Le foto presenti nel testo sono tratte dall'archivio dell'Artelieu

Isbn: 9788835168447

Grafica della copertina: Elena Pellegrini

Copyright © 2024 by FrancoAngeli s.r.l., Milano, Italy

L'opera, comprese tutte le sue parti, è tutelata dalla legge sul diritto d'autore. L'Utente nel momento in cui effettua il download dell'opera accetta tutte le condizioni della licenza d'uso dell'opera previste e comunicate sul sito www.francoangeli.it.

Alla memoria di Jean-Pierre Royol

Indice

Premessa	pag. 11
Parte prima – Riferimenti teorici	
1. Considerazioni sul nostro orizzonte teorico di riferimento	» 17
1.1 L'arteterapia come presenza al mondo	» 20
2. Le figure retoriche in arteterapia	» 22
2.1. Metonimie e metafore artistiche nella comunicazione terapeutica	» 23
2.2. Tipi di metafore	» 24
2.2.1 La metafora deliberata	» 25
2.2.2 La metafora implicita	» 26
2.2.3 La metafora imprevista	» 27
2.2.4 La metafora in prestito	» 28
3. Dal lato dell'arteterapeuta: lo sguardo metaforico e l'ascolto	» 29
3.1. La doppia figura metaforica nell'arteterapia	» 29
4. Come funziona la metafora nell'arteterapia	» 32
5. I dispositivi: cosa disponiamo?	» 35
6. Dispositivi a mediazione come creazione	» 37
6.1. Come un dispositivo si adatta alle necessità di ciascuno?	» 42
7. La liturgia del processo arteterapico	» 44
7.1. Come nascono le metafore nel laboratorio. Dispositivo esemplificativo	» 46

Parte seconda – I dispositivi in pratica

1. Il mio puffy paint schiumoso a “mano libera”	pag.	51
2. Guerriglia botanica creativa con “pizzino” fertile	»	52
3. Tra luci, trasparenze e opacità	»	53
4. Le fragranze del tempo: viaggio sensoriale olfattivo	»	54
5. Impressioni vegetali come impressioni mnemoniche: il tataki-zomé	»	56
6. Parole e immagini si supportano	»	57
7. Caos controllato: “quando le immagini prendono posizione”	»	59
8. Pliage e nouement, piegare e annodare	»	60
9. Sono a pezzi! Ma c’è un rimedio	»	61
10. Infezioni simbiotiche: quando l’unione fa la forza	»	62
11. Giocare col fuoco	»	63
12. Lo specchio fermo-immagine: una fotografia ante litteram	»	64
13. Che cianotipo!	»	66
14. Dispositivo creare con il creato. L’albero “scomposto”	»	67
15. Archeologia dell’attimo fuggente	»	70
16. Illusioni ottiche e non solo	»	71
17. Respiro e col-ORO	»	72
18. Mi alimento di ciò che creo	»	74
19. UNIVER-sale	»	76
20. Forma e controforma	»	78
21. In-forme, la bellezza imperfetta e incompleta	»	79
22. Questo non è un “libricidio”	»	80
23. Innesti creativi	»	82
24. Lo spazio “ripieghevole”. Viviamo distanti e d’istanti	»	83
25. Poetic fingerprint	»	84
26. Il mio codice a barre creativo	»	86
27. Orme di umanità. Irripetibili impronte, tracce, passaggi	»	88
28. Raccontare senza voce: il silent book e il book sculpting	»	89
29. Seconda chance con un atelier di psico-sartoria	»	90
30. Noi siamo dei tessitori. Tessiture per aggiunta e sottrazione	»	91
31. Cartografia delle profondità... epidermiche	»	93
32. A ciascuno la sua tana	»	95
33. Il corpo-compasso e bussola	»	96
34. Sculture e suture	»	98
35. Dispositivo: muta-morfosi	»	99
36. Il mio rifugio segreto	»	101
37. Labirinti da perderci la testa!	»	102
38. Labirinti verticali fluttuanti	»	103

39. Il vuoto modellabile	pag.	104
40. Residui nobili. Il “butto” di argilla	»	106
41. Di mano in mano: mail art	»	107
42. Mirroring su lavagna bidirezionale	»	109
43. TatuAzioni come messaggi sulla pelle	»	110
44. Apparizioni. Riflessi e riflessioni d’arte	»	112
45. Chi sembro e chi sono	»	114
46. Impressioni di gruppo con la action painting	»	115
47. Il medium malleabile	»	117
48. Gli objets trouvés: smarrimenti e ritrovamenti	»	118
49. Excavage	»	121
50. Alfabeti per tessili	»	122
51. L’errore creativo	»	123
52. L’uno nell’altro non mancheremo mai: acquarellage	»	126
53. Strappi ad arte per un décollage	»	128
54. “S’cultura”	»	129
55. Ricamatrici di parole	»	130
56. Fuori mano	»	131
57. La forma dell’acqua	»	132
58. Materializzazione dell’invisibile: l’archeologia dei sensi	»	133
59. Agamograph: i punti di vista	»	134
60. Materiali o pateriali?	»	135
61. Da un transfert all’altro	»	137
62. Destini incrociati	»	139
63. “Infans” per sempre	»	140
64. Siamo opere viventi	»	142
65. Dalle metafore alle metamorfosi: andata e ritorno	»	144
66. Accoglienza in sottovuoto	»	146
67. La montagna dell’essere	»	147
68. D’ombre e di mistero	»	149
69. Far germogliare l’attesa	»	151
70. Le metamorfosi del quotidiano	»	153
71. L’ineffabile tela: oltre il desiderio	»	155
72. Tra cielo e terra	»	157
73. Abitanti, abiti, habitat	»	159
74. Sottolineo punto per punto	»	161
A mo’ di conclusione. Quando il luogo per la cura è luogo che cura	»	163
Bibliografia	»	169

Premessa

Dopo aver pubblicato svariati libri sull'arteterapia¹, affrontandone lo studio prevalentemente da un punto storico e di ricerca, puntiamo la lente d'ingrandimento su un ulteriore aspetto, quello riguardante il metodo privilegiato nella pratica clinica e nella prevenzione. Vogliamo mettere in evidenza il linguaggio nascosto, metaforico, delle creazioni di chi fa un percorso efficace di arteterapia. Scegliamo di farlo attraverso istantanee applicative di metafore visive. Presentiamo più di settanta dispositivi appartenenti ai diversi "cantieri" di lavoro che si aprono quando si inizia un percorso arteterapeutico. Li chiamiamo cantieri perché come ogni cantiere che si rispetti si conosce il progetto ma non si sa mai cosa si trova scavando. Ogni cantiere affronta aree di progettualità, ovvero aspetti della personalità o dell'ambiente di vita attraverso svariate declinazioni dei dispositivi laboratoriali.

Il progetto ha sedimentato a lungo, creandoci non pochi dubbi sull'opportunità o meno di scrivere ancora di arteterapia, essendo tale disciplina l'opzione per andare in profondità, lì dove il verbale non può arrivare. Perché, allora, ancora parole? Si dice che il libro è in crisi, che la gente non legge più, addirittura che non si va più al cinema né per musei... Ma allora: cosa si fa per capire cosa ci circonda? Cosa usiamo come generatore di nuove idee e sensazioni? Noi non aderiamo tout court alla facile generalizzazione. Pensiamo, invece, che si legga sempre di più, benché diversamente. Si legge su altri supporti, in altri momenti, con altri ritmi e soprattutto in modo sincretico. Le abitudini stanno cambiando velocemente, in conse-

1. Grignoli L. (2008), *Percorsi trasformativi in arteterapia*, FrancoAngeli, Milano.

Grignoli L. (2014), *Fare e pensare l'arteterapia*, FrancoAngeli, Milano.

Grignoli L. (2019), *Il corpo e le sue gest-Azioni, l'arteterapia psicodinamica al tempo delle neuroscienze*, FrancoAngeli, Milano.

guenza del massiccio uso di strumenti digitali, che ormai sono prolungamenti del nostro corpo, della memoria e di molte altre facoltà mentali. Tutto questo rende l'arteterapia ancor di più una risorsa di sostenibilità sociale, perché la gestione di tutto ciò che ci sommerge è sempre meno controllabile. Secondo il Framework for Culture and arts education dell'Unesco² gli impatti culturali riguardano quattro aree specifiche: ambiente e resilienza, benessere economico, conoscenza e competenze, inclusione e partecipazione. Viene, dunque, riconosciuto il grandissimo potenziale dell'arte e dei suoi annessi e connessi. Arteterapia è anche sollecitare le persone a un dialogo inclusivo. Ragion per cui l'inserimento dell'arteterapia preventiva nella scuola troverebbe un ambito sociale ideale in età evolutiva, tra i millennials nativi digitali dove l'immagine ha colonizzato il mondo delle parole. Per immaginare, *ça va sans dire*, la mente ha bisogno di immagini. Le parole per avere senso devono evocare immagini. Come può evocarle in chi non ne possiede abbastanza o in chi non le sa gestire? L'arteterapia fa cura e manutenzione dell'immaginario, paradossalmente, impoverito dalla eccessiva acritica immersione e dalla "standardizzazione" delle immagini. Pensiamo che un libro rivolto a professionisti, dell'educazione e della cura, semplificato in spot foto dei laboratori, già collaudati, potrebbe essere riproponibili ad altri. Magari adattandoli ai diversi contesti e agli utenti. Ci siamo dette che semplificare è un'esigenza della fretta che ci ha corrotti e sedotti. Dobbiamo prendere atto che il mondo cambia incessantemente, così tanto da farci cambiare tutti, nonostante le resistenze intellettuali in quello che avremmo ritenuto irrinunciabile: il libro cartaceo denso di parole da sottolineare. La rete ha contribuito a disabituarcia a letture lunghe, ci ha disabituati alla concentrazione su una sola attività, pertanto ha aumentato la dipendenza dal sincretismo delle immagini, facilitando un tipo di lettura che prima era peculiarità dei bambini. Non qualunque immagine, visto che ne subiamo il bombardamento, ma abbiamo bisogno di immagini che traducano concetti non solo più velocemente ma più forte delle parole, dandocene una comprensione immediata e il piacere di cogliere i sottotitoli non esplicitati. Quella di apprendere l'inesauribilità delle metafore nascoste in un'opera arteterapeutica è una delle ragioni che ci ha fatto decidere a condividere il nostro lavoro tramite un nuovo libro, dove alla sintesi dei dispositivi laboratoriali, si unisce la sincreticità delle foto. Le metafore, anche lette o pronunciate verbalmente, producono immagini. In questo percorso attraverso l'immaginario noi speriamo che le persone e le lo-

2. UNESCO Culture! 2030 indicators, 2019. <https://whc.unesco.org/en/culture2030indicators/>. (1),(7).

ro immagini del profondo rivelino riserve di senso e che la sofferenza, che vengono a depositare nel laboratorio, trovi una significazione singolare o almeno degli embrioni di senso. Con l'arteterapia tutti possono permettersi che le immagini si mescolino alle percezioni e alle concezioni della vita. È un modo per sdoganare l'esistenza del solo mondo percepito. In questo lavoro puntiamo su un aspetto pregnante dell'arteterapia, di cui si scrive e si mostra ancora poco. Proponiamo un libro che abbondi di documentazione in immagini, per far "leggere" altrimenti. Sono le immagini provenienti da stimoli e incitazioni, date per avviare il processo creativo, il cui leggero tasso di enigmaticità, un testo-non testo, induca un processo attivo di comprensione e rielaborazione che, se da un lato ha un impatto istantaneo sulla conoscenza di nuove modalità di entrare in una relazione terapeutica, dall'altro inviti anche a "lavorare" mentre si legge. L'arteterapia, come abbiamo più volte ribadito nelle precedenti pubblicazioni, è una importante forma di cura attraverso cui, avvalendosi di mobilità del corpo e dell'immaginario, si toccano parti profonde del sé.

Il testo, pur dando uno spazio a una riflessione teorica nella prima parte, è articolato su proposte di dispositivi, ovvero su percorsi-stimolo, per fruitori dell'arteterapia di diverse fasce di età e problematiche. Non sono "esercizi", ma proposte di esperienze che facilitano l'accesso e il miglioramento della simbolizzazione. Per chi si chiede cosa differenzi un dispositivo terapeutico da un laboratorio artistico pedagogico diciamo che un dispositivo per essere terapeutico deve rispondere a delle pre-condizioni fondamentali: innanzitutto la materialità dell'oggetto mediatore è utilizzata come una "materia di simbolizzazione"³, tenendo conto delle associazioni verbali dei pazienti, poi il medium materializzato è usato come luogo di articolazione e come supporto sensoriale dei legami transfero/controtransferali; infine la presa in conto della senso-motricità condiziona il posizionamento e il lavoro interpretativo degli arteterapeuti, che mettono in gioco anche la loro senso-motricità e sensorialità del linguaggio. Lo scopo dei dispositivi è quello di assicurare tre funzioni del processo di metabolizzazione dell'esperienza soggettiva, come individua Roussillon⁴: una funzione *forica* ovvero di contenimento, una funzione *semaforizzante* relativa al creare forme-segno del flusso associativo e la funzione *metaforizzante* che è la messa in scena. Noi in questo lavoro mettiamo l'accento soprattutto sull'aspetto metaforizzante, pur tenendo conto dell'interazione ineludibile con le altre due funzioni. Tutte e tre tali funzioni, infatti, definiscono nella loro

3. Chouvier B. *et al.* (1998), *Matière à symbolisation*, Delachaux e Niestlè, Lausanne.

4. Roussillon R., *op. cit.*, in Chouvier *et al.* (1998).

interazione dinamica la matrice dei processi di simbolizzazione. E, inoltre, sfidiamo a resettare il proprio pensiero, a pensare diversamente. Incitiamo a percorrere una strada in cui, forse, si inciamperà, ma ogni inciampo funge da rinforzo alla propria manutenzione della volontà. Essa aiuta a far buon uso della propria impolverata creatività. Offriamo ai fruitori la possibilità di entrare in contatto con le diverse sfaccettature di sé e con il proprio mondo emozionale. L'esito è quello di restituire al paziente-artista ciò che lui stesso ci dà, ma che non sapeva di avere. Ogni "dispositivo" qui è in forma di spot, ovvero presentato nella sua essenzialità. Il vantaggio è che deve solo offrire uno spunto al professionista, che andrà ad arricchire con passaggi personalizzati, usando materiali disponibili in laboratorio, di scarto o di recupero per la creazione da parte dello stesso paziente. Vogliamo dare suggestioni incitative non formule e ricette. Le idee dei laboratori presentati sono già state collaudate in venti anni di esistenza dell'Artelieu, il luogo fisico in cui facciamo "precipitare" le cose invisibili in materia visibile.

Parte prima

Riferimenti teorici

*L'immagine, dice Platone,
è all'incrocio della luce che proviene dall'oggetto
con quella che proviene dallo sguardo.*

(Jean Baudrillard)

1. Considerazioni sul nostro orizzonte teorico di riferimento

L'arteterapia è andata così rapidamente diffondendosi in varie parti del mondo che, inevitabilmente, ha subito le influenze della cultura e della formazione di coloro che la praticano, nonché delle esigenze del territorio e dell'ambito in cui si lavora. Non meno si è trasformata negli intenti e nei metodi, oltre che nell'estendersi ad una utenza più variegata. L'introduzione dell'arteterapia nei luoghi di cura, poiché sperimentale, è avvenuta spesso in modo selvaggio, frutto di improvvisazione, da parte di chi all'arte dà una funzione occupazionale. In tal caso i benefici, se ci sono, restano superficiali, quali l'effetto catartico o il rilassamento mentale, quando non un modo di fornire una specie di hobby a chi ha tanto tempo libero. Nelle edicole compaiono libri per *coloriage* di mandala, abusando pubblicitariamente del termine arteterapia. Sarebbe come considerare cinematerapia il semplice andare a vedere un bel film o pensare di fare "alcol terapia" se ci si reca in enoteca a degustare un buon vino...

Il nostro percorso formativo, già molto denso, si arricchisce incessantemente per affrontare adeguatamente le nuove problematiche psicologiche dei nostri tempi e poter trovare nuove strategie al malessere diffuso di tutti e non solo per i "sofferenti" conclamati da una diagnosi psichiatrica. Nel primo accesso a questa pratica professionale ci siamo ispirate alle pioniere dell'arteterapia, Margaret Naumburg e Edith Kramer che, benché avessero una visione molto diversa della professione, provenendo da attività differenti, una la psicoanalisi, l'altra la pittura, hanno ispirato le moderne teorie. In seguito le abbiamo confrontate con dei colleghi francesi, in particolare con **Jean-Pierre Royol** di Profac (Arles e Parigi) e **Florence Fabre** e **Michel Balat** di Art&Motion (Elne), con cui abbiamo condiviso non solo idee ma interventi professionali nelle rispettive sedi, e con le idee di **Jean-Pierre Klein**, nonché approfondendo le ricerche di **Anne Brun**, **Bernard Chouvier** e **Renè**

Roussillon dell'Università di Lione. In fondo ciascuno di essi è partito dalle avanguardie, giungendo a nuove formulazioni teorico-cliniche, ma evidentemente non così lontane dalle due visioni, quella americana della Naumburg e quella inglese della Kramer.

Per noi dell'Artelieu, l'associazione che si occupa di clinica e di formazione, la concezione dell'arteterapia non separa così categoricamente le grandi correnti di pensiero. Piuttosto, l'arteterapia si presenta in un continuum che va dall'*arte come terapia* alla *psicoterapia attraverso l'arte*. Il tipo offerto ai frequentatori dell'Artelieu si situa in modo fluido tra questi due poli, a seconda delle singole esigenze e del percorso individuato come il più indicato, vale a dire se è la psicoterapia che si avvale del medium artistico o se l'arte è una forma di terapia, in cui il verbale non è necessariamente richiesto.

È importante in entrambi i casi instaurare e rispettare un setting, ovvero uno spazio-contenitore definito, in cui tutto ciò che avviene segua un ordine, abbia un significato e venga utilizzato per gli scopi prefissati. Il processo creativo può essere un'occasione di "divertissement"¹; direbbe Pascal, ovvero la fuga dai problemi esistenziali attraverso il lavoro e il divertimento, ma non deve essere solo questo. In laboratorio il paziente può toccare, può fare, può sperimentare, ma occorre tener presente che spesso il passaggio dal dentro al fuori, dall'impulso interno alla creazione, può risultare doloroso. Tanto può essere divertente impiasticciare, tanto può essere frustrante, se non si riesce a concretizzare ciò che si ha in animo o, peggio, se quello che emerge lo si trova ignoto a sé. E tanto più potrebbe essere doloroso il contatto improvviso con il proprio profondo inesplorato.

È qui che interviene l'arteterapeuta nel sostenere il paziente, attraverso la comprensione del senso di ciò che sta emergendo. A differenza del semplice processo artistico, che avviene per lo più in solitudine, sia l'arteterapia che la psicoterapia mediata dall'arte implicano una relazione a tre: il terapeuta, il paziente e il medium. Nell'ambito di tale contesto si realizza l'ineffabile esperienza che porta al compenso narcisistico. Il paziente dipinge, crea con i materiali e il terapeuta assiste, stimola, intuisce i percorsi intrapresi per incoraggiare a portare a termine una nuova scoperta, si offre come interlocutore attento non solo a quanto emerge in superficie, ma a tutto ciò che è sotteso.

L'arteterapia riattiva emozioni infantili grazie alla presenza di una figura disponibile e di guida, pronta a sostenere al momento della richie-

1. Pascal B. (1623-1662), *Pensieri*, Einaudi, Torino, 1962.

sta. Le tecniche e i materiali messi a disposizione consentono una pluralità di opzioni, per cui ognuno si orienta verso quello che lo “chiama”. Sicuramente essere attratti da un materiale è una forma comunicativa ulteriore e consente di esprimere con autenticità ciò che si sente. Il processo che si snoda viene compreso anche attraverso i prodotti e i transfert che si sviluppano sia tra paziente e terapeuta sia tra i membri del gruppo, qualora il laboratorio venga esteso a un gruppo. Ciò si manifesta nei lavori creati all’interno della relazione, aggiungendo una “terza dimensione”, ovvero una via di comunicazione legata al non verbale, al simbolico, al gioco tra le persone coinvolte.

Ogni persona ha un potenziale autorigenitivo insospettato che, spesso, è sufficiente stimolare con i nostri cosiddetti “dispositivi”, ovvero con una sorta di “proposta di viaggio”, il cui itinerario sta al paziente sviluppare. È un percorso accidentato alla ricerca del Sacro Graal delle proprie emozioni smarrite. Attraverso un disegno e la metafora sottostante si può contattare l’aggressività, manipolando la creta si può facilitare la regressione e favorire una graduale riappropriazione della tenerezza, con la musica si può accedere a emozioni profonde rimosse, con la poesia si possono integrare cuore e ragione. Insomma tutto quanto attiene l’arte e la creatività contribuisce a facilitare uno stato di benessere maturo del profondo che non sempre somiglia all’effimera spensieratezza di una gita al mare, più spesso è un “essere bene” con se stessi. “Essere bene” vuol dire tante cose, esserci anche quando si prova un dolore o si vive un lutto.

L’arteterapia permette di entrare in comunicazione con delle profondità che si esprimeranno in un insieme di forme slegate, disorganizzate, per così dire “sgrammaticate” diremmo rispetto ai canoni estetici diffusi. È a partire dal disordine e dalle scissioni, che possiamo aprire a delle elaborazioni e cominciare un vero e proprio accompagnamento terapeutico. In questo spazio creativo o processo terziario, quello appunto della creazione, il soggetto utente impara ad organizzare, dapprima colori e linee, materie e materiali, poi parti di sé, riuscendo a mettere a fuoco parti del proprio mondo interiore o ad avere relazioni con il mondo esterno, la realtà. L’arte non vuole proporsi come il mezzo magico per superare le angosce personali, le proprie nevrosi, le psicosi e neanche le difficoltà esistenziali. L’arte può dirle simbolicamente, esternarle, manifestarle pur nascondendole, svelarne un ritratto a forma di schizzo. L’arteterapeuta non consola la disperazione, ma la accoglie; oltre che compagno di viaggio, ascoltatore o osservatore, è co-protagonista “ottimista” che stimola il paziente ad esprimersi con un linguaggio differente, fino al punto che egli possa continuare a farlo, se vuole, anche dopo la fase terapeutica.