

Quaderni di PsicoArt n.2

# Arte e Arti Terapie

più di un confronto, più di un dialogo

Atti del convegno  
Bologna, 25-26 maggio 2012



a cura di Stefano Ferrari, Cristina Principale  
e Chiara Tartarini

isbn - 978-88-905224-1-3



collana diretta da  
Stefano Ferrari

## **Paola Caboara Luzzatto \***

### **Arte e arte terapia.**

#### **Tre immagini, tre storie, tre stili di arte terapia**

L'arte terapia è una modalità flessibile e variegata, in cui l'attività artistica può avere un ruolo di primo piano, o rimanere sullo sfondo nel processo terapeutico. Questa presentazione inizia con tre immagini,<sup>1</sup> fatte da tre diversi pazienti, nel Servizio di Arte Terapia del Tooting Bec Psychiatric Hospital di Londra, negli anni '80. I tre pa-

\* Art Therapy, Firenze

zienti erano accomunati da uno stato mentale di tipo depressivo grave, con ideazioni suicide, ma un diverso stile di arte terapia è stato attivato nei tre casi.

1. Nel primo caso, lo strumento terapeutico è stato lo Studio Aperto, istituzione classica dei pionieri dell'arte tera-

pia in Inghilterra.<sup>2</sup> Lo Studio Aperto valorizza la dimensione creativa, il rapporto tra il paziente e le sue immagini. Nell'Ospedale di Tooting Bec, a Londra, vi era un dipartimento di arte terapia guidato da Helmut Muller, che seguiva lo stile dello Studio Aperto dei pionieri: una grande stanza era a disposizione dei pazienti (inviati dal personale medico): dal lunedì al venerdì, dalle 9 di mattina alle 5 di pomeriggio. Nel silenzio della grande stanza, i pazienti riuscivano ad attivare una parte creativa e costruttiva, che influiva positivamente sul loro comportamento. Questo paziente, chiamato Andrea, aveva avuto un incidente stradale in cui, mentre lui era al volante dell'automobile, erano rimaste uccise sua moglie e le sue due figlie. Aveva ideazioni suicide, scoppi di aggressività, e momenti di grande depressione. Andrea venne allo Studio Aperto per un anno, tutte le mattine, senza mancare un giorno. Si appassionò alle varie tecniche di pastelli, acquarelli e tempere. Studiava sui libri di arte e si esercitava continuamente, facendo soprattutto immagini della natu-

ra, talvolta immagini grigie e malinconiche, e altre volte immagini vivaci e molto colorate. Non voleva mai parlare di sé e abbiamo sempre rispettato questa sua modalità. Dopo un anno, secondo il parere dello psichiatra, il suo equilibrio era molto migliorato, e il suo comportamento era sereno e collaborativo. Continuò a venire per un secondo anno, diminuendo man mano la frequenza, secondo il suo bisogno.

2) Il secondo caso descrive un processo di *brief art therapy*, che si è svolto all'interno dello Studio Aperto, ma ispirato ai principi psicoanalitici di terapia breve.<sup>3</sup>

Giovanni, un giovane sui trent'anni, aveva tentato il suicidio dopo una diagnosi di una grave malattia agli occhi. Nella sua prima visita allo studio aperto Giovanni ha disegnato di sentirsi inghiottito da un mostro. La *brief art therapy* (anche chiamata *Crisis Intervention*) si è svolta in tre momenti (in tre incontri successivi), che nel linguaggio dell'arte terapia chiamiamo "moving in, moving

*around, e moving out*” (= ‘entrare nell’immagine’, ‘girarci intorno’, e ‘uscirne’). Questa sequenza corrisponde ai processi psicologici raccomandati da Malan per le terapie brevi: muoversi dal ‘passato recente’ al ‘qui ed ora’ ed al ‘passato infantile’, collegando i relativi stati d’animo. Abbiamo usato un angolo della grande stanza dello Studio Aperto, per altri tre incontri. Dapprima Giovanni è entrato nella sua immagine, disegnando un close-up del suo “cadere nelle fauci del mostro” e vi ha riflettuto. In una terza immagine ha collegato questo suo stato d’animo di “sentirsi cadere in una trappola” al trauma infantile del divorzio dei suoi genitori. Infine, dopo una serie di riflessioni personali in cui si è distanziato dal suo trauma infantile, si è sentito più libero, e in una quarta immagine ha disegnato un adulto che – pur trovandosi in una situazione pericolosa – può decidere del suo futuro in senso positivo. Ha riconosciuto di sentirsi in effetti capace di reagire alla malattia, affidandosi alle cure mediche che gli erano state prescritte.

3) Il terzo caso descrive un percorso di art-psychotherapy (arte terapia come forma di psicoterapia), con Caterina, una paziente di 22 anni, che soffriva di disturbi alimentari e autolesionismo. Caterina – che era stata inviata dal suo psichiatra – è stata seguita in sedute settimanali di arte terapia individuale per due anni. Questo ospedale aveva una piccola stanza attrezzata appositamente per arte terapia individuale, con un tavolino e due seggiole, e una parete dove il paziente potesse appendere e guardare le immagini fatte, distanziarsene e riflettere. Nell’arte terapia individuale, la dimensione creativa e quella simbolica sono accompagnate dall’uso appropriato della dimensione interattiva tra il paziente e l’arte terapeuta.<sup>4</sup> All’inizio della terapia, Caterina ha visualizzato con immagini simboliche – talvolta basate solo su colori e forme – la sua sofferenza nel lasciarsi travolgere dal cibo, e la necessità di ferirsi sulla pelle (esperienza che a quanto pare le permetteva di calmarsi). In seguito all’attivarsi dell’alleanza terapeutica, e a ulteriori immagini simboliche del nucleo

familiare, Caterina si è liberata dal peso di un segreto di famiglia, ed ha visualizzato la relazione quasi-incestuosa tra lei (prima di quattro sorelle) e suo padre, sofferente da anni di squilibri psichici. Da questo momento in poi, le immagini fatte in arte terapia sono state orientate da Caterina a comprendere la realtà che in un certo senso lei stessa aveva negato per lungo tempo (rivivendola attraverso i comportamenti autolesionistici). A suo dire, il distanziamento dalle sue immagini, la aiutava molto a distanziarsi emotivamente dalla situazione familiare, e questo la aiutò infine ad attuare un distacco necessario, e ad andare a vivere per conto suo, cosa che è avvenuta verso la fine della terapia.

In conclusione, la disciplina dell'arte terapia va vista nelle sue molteplici possibilità di aiuto, che in linea generale, scorrono su una linea, che va dalla creatività come cura, al processo intrapsichico e interpersonale tipico delle psicoterapie del profondo, all'altro estremo. I pazienti stessi

che ci possono far capire quale dimensione dell'arte terapia è più appropriato attivare nel singolo caso.

---

NOTE

<sup>1</sup> [Per ragioni di riservatezza l'autrice ha preferito non inserire le immagini nel testo, confidando nella comprensione del lettore (N.d.R.)].

<sup>2</sup> E. Adamson, *Art as Healing*, Coventure, London 1984.

<sup>3</sup> D. Malan e F. Osimo, *Psychodynamics, Training and Outcome in Brief Psychotherapy*, Butterworth-Heinemann, Oxford 1992.

<sup>4</sup> P. Caboara Luzzatto, *Arte Terapia: Una guida al lavoro simbolico per l'Espressione e l'Elaborazione del mondo interno*, La Cittadella, Assisi 2009.