

LE ARTI TERAPIE E LE TERAPIE ESPRESSIVE
tra regole, protocolli e creatività

A cura di Stefano Ferrari e Cristina Principale



I quaderni di PsicoArt

Vol. 5, 2015

Le arti terapie e le terapie espressive. Tra regole, protocolli e creatività

A cura di Stefano Ferrari e Cristina Principale

ISBN - 978-88-905224-4-4

Editi da *PsicoArt - Rivista on line di arte e psicologia*

Università di Bologna

Dipartimento delle Arti

Piazzetta Giorgio Morandi, 2

40125 Bologna

Collana AMS Acta AlmaDL

diretta da Stefano Ferrari

ISSN 2421-079X

www.psicoart.unibo.it

psicoart@unibo.it

Indice

- 5 *Premessa*
- 7 Francesca Belgiojoso
Nei panni dei nostri pazienti
- 17 Roberto Boccalon
Sul sentiero di Esculapio: arte del curare tra innovazione ed invarianza
- 35 Laura Bocci
*Il SoulCollage® nell'esperienza di un gruppo di scrittura autobiografica
a mediazione artistica*
- 51 Roberto Caterina
*Dalla sensazione all'espressione: metafore, sinestesie e ossimori nei "now
moments" delle parole poetiche e della prassi terapeutica*
- 63 Sabine Korth, Alessandra Manca
Il Fotocollage tra arte e terapia
- 83 Oliviero Rossi
L'istante che cura
- 89 Roberta Sorti
Il danzatore come terapeuta

Premessa

Il volume raccoglie i lavori della Giornata di Studi che si è tenuta a Bologna il 5 dicembre 2014 dedicata a "Le arti terapie e le terapie espressive tra regole, protocolli e creatività". L'incontro, promosso dalla sezione di Bologna della "IAAP - International Association for Art and Psychology", riprende e ribadisce le tematiche di un Convegno precedente, "Arte e arti terapie. Più di un confronto, più di un dialogo", organizzato, sempre a Bologna, nel 2012, i cui atti sono ospitati in questa stessa collana.

Le ragioni della continuità di questo dialogo tra le diverse modalità di approccio alla variegata e problematica realtà delle "arti terapie" sono evidenti. Soprattutto nel contesto teorico e metodologico che caratterizza la nostra prospettiva (e mi riferisco sia al mio insegnamento universitario di Psicologia dell'arte sia alla vocazione dell'Associazione che presiedo) l'universo delle arti terapie che, grazie alle "regole e ai protocolli" di scuole e istituti sempre più strutturati e qualificati, sta ottenendo finalmente anche in Italia il dovuto riconoscimento professionale, non può comunque confinarsi e rinchiudersi nelle sacrosante ragioni di questa ufficialità e professionalità. Resta il dovere di documentare, accogliere e valorizzare le tante realtà in cui l'arte, intesa ora nella sua più generale propensione a una libera creatività, ora – più specificamente – nei contributi che al mondo del disagio possono derivare dalle esperienze laboratoriali degli artisti, dimostra di essere, proprio nella sua irriducibile specificità, una preziosissima risorsa. Grazie al lavoro di questi artisti (o a volte di semplici "liberi" operatori) è infatti possibile non solo comprendere e in qualche misura valorizzare questo disagio, ma, grazie alla ricaduta di suggestioni sia teoriche che pratiche che ne derivano, anche capire qualcosa di più sui processi mentali che intrecciano malattia, creatività e cura.

Stefano Ferrari

Marzo 2015

OLIVIERO ROSSI

L'istante che cura

L'istantanea può essere una via di accesso privilegiata verso la conoscenza di sé. Il frammento temporale di cui è composta diventa l'impronta della traccia di esistenza che la contiene promuovendo la possibilità di dialogo tra l'Io che osserva e il Me stesso immagine osservato.

The instant that heals. *A snapshot can be a privileged access to self-knowledge. The fragment of time that composes it becomes the footprint, the trace of existence that contains it, promoting the possibility of a dialogue between the "I observer" and the observed "myself-image".*

Si può regalare un orologio ma non si può regalare il tempo, dice un proverbio, perché di fatto il tempo cos'è? Non ha a che fare con il movimento dell'orologio: ore, minuti e secondi sono solo tentativi umani di contenerne il fluire, il tempo è un *continuum* che non si interrompe con l'arrestarsi delle lancette. Gli uomini sono il tempo, il tempo vissuto ed abitato della loro vita, e...il tempo di una carezza è molto diverso dal tempo di uno sbadiglio, anche se forse durano lo stesso tempo. La nostra vita è un *continuum* misurabile dal tempo e, come il tempo, è inarrestabile, intrattenibile nonostante ogni elisir di eterna giovinezza anche perché, se davvero fosse eterna, non sarebbe più giovinezza. Eternità e durata sono parole che inesorabilmente evocano morte e vita, il trascendente e l'immanente, ed è nella "durata" che si gioca l'esistenza, quella durata di cui vorremmo talvolta catturare ogni attimo, anche con una foto, perché ci sembra che ne valga la pena. Ma l'attimo, l'istante cos'è? Come un punto è definito quale ente astratto senza forma né dimensione, e ogni retta, al pari di ogni segmento, è costituita da infiniti punti, allo stesso modo possiamo definire l'istante come un ente astratto senza durata e il tempo, e qualunque suo intervallo, può essere considerato come costituito da infiniti istanti. E allora anche il tempo è un ente astratto? Entrambi, spazio e tempo, sono concetti assoluti affidati al mistero ed alla scienza, alla tecnologia ed alla filosofia nel tentativo di dominare l'infinito con una definizione, di contenerlo misuran-

dolo, passo dopo passo, istante dopo istante...all'infinito. E allora l'istante cos'è? Una convezione per stabilire una frattura nel *continuum* del tempo affinché ci sia un prima e un dopo, un "intorno" a quell'attimo che ricordiamo, quell'attimo in cui abbiamo la sensazione che qualcosa o lo facciamo in quel momento o non lo faremo più. Non è necessario pensare a un sorpasso azzardato nel quale gli istanti si dilatano e in un attimo accade tutto quello che in quello stesso attimo non si potrebbe descrivere a parole; in un attimo è possibile dare un bacio oppure no, o forse mai più.

Platone, nel *Timeo* 37d, ha definito il tempo come "immagine mobile dell'eternità" ed è quell'immagine che spesso vogliamo fermare, catturare, affidarla al futuro e l'istantanea, come anche si chiama una foto, cattura l'immagine dal movimento per consegnarla allo spazio (ma questo Platone non l'ha mai saputo). In una foto tempo e spazio sono funzione l'uno dell'altro riassunti in un semplice "qui è quando...": queste le parole che spesso la accompagnano, un centoventicinquesimo di secondo che ha prodotto un artificio, un istante di un *continuum* compresso in una inquadratura di un campo più ampio. Ma l'istante che la foto raffigura richiama alla mente sia il tempo precedente che quello successivo all'istante stesso, allo stesso modo in cui evoca il mondo oltre l'inquadratura. La fotografia, in quanto mappa e testimonianza dell'esistenza contenuta nell'istante, permette quindi un'operazione di recupero del contesto temporale e spaziale, un contesto dinamico di cui la foto è un fermo-immagine. L'istante fotografato torna al presente come una sorta di "memoria artificiale", che non si sprigiona dall'interno ma che arriva dall'esterno ed all'interno trova dimora, si dilata e si arricchisce di ricordi. L'esperienza del ricordare è attuale ed è fatta di frammenti percettivi, molto spesso visivi, a volte un odore, un suono o proprio un'immagine, anche un'immagine in movimento; la foto "ora" ci rimanda ad un frammento di vita "allora", anche se la nostra vita non è fatta di scatti né di istantanee ma è un *continuum* come l'attività della mente, ma nel momento in cui vi portiamo l'attenzione la mente si fissa ed i ricordi emergono proprio come frammenti. In una relazione terapeutica il frammento, l'esperienza, il ricordato e il ricordabile, o anche il riorganizzabile, come pure un sogno, si dipanano in una narrazione e si aprono a diversi sensi esi-

stenzialmente significativi. E la relazione esiste se e solo se ospita una narrazione verbale o non verbale, in cui parole e silenzi hanno valenza terapeutica nella misura in cui sono portatori di senso narrativo per chi narra e chi ascolta. Ed è proprio la narrazione il processo che prende l'avvio ogni volta che guardiamo una fotografia, quel foglio di carta con sfumature di grigio o macchie di colore. Quell'immagine, frutto di un'astrazione dal *continuum* temporale, acquista una dimensione esistenziale proprio nel momento in cui attiva un processo narrativo. La fotografia, l'istantanea, il *punctum*, si apre in una strutturazione narrativa che ospita emozioni, cognizioni e che ha potenzialità di riorganizzazione del proprio senso di esistere. L'istante crea distanza fra il soggetto che osserva e lo stesso soggetto che ricorda ed è l'istante, proprio in quanto artificio, ad aprire alla possibilità tecnica di lavorare con il particolare come polarità analogica del *continuum* da cui è estratto: uscire dal copione congelato dell'istantanea per scioglierlo nel *continuum* delle possibilità di scelta che il mondo oltre l'inquadratura offre. L'atto percettivo riorganizza e rende comprensibile il vedere quella fotografia attivando processi cognitivi, emotivi e narrativi che inseriscono quello che manca o che si è interrotto nell'istante. Potremmo dire che danno *continuum* all'istante, ri-immettono il flusso, o meglio, rimettono in un flusso di movimento il fermo-immagine dell'istantanea. Questo è un processo "orizzontale". Ma l'istantanea è fatta di varie figure, dinamismi figura sfondo, particolari, tutti compresenti nell'istante e il lavoro foto-terapeutico si avvale anche di un processo di attivazione "verticale" che consiste nel lasciar emergere in figura qualcosa di significativo rispetto allo sfondo che la sostiene, ossia l'istantanea: qualcosa in quell'immagine stimola l'osservatore, qualcosa di quell'immagine attiva la curiosità, un'attivazione in ogni caso emotiva e cognitiva che fornisce una mappa che ha a che fare col proprio essere che si muove nel mondo. Prendiamo l'esempio di un autoritratto, anche il terribile *selfie* contiene l'istantanea del panorama che possiamo vedere ogni mattina davanti allo specchio, cioè il proprio viso. Cosa c'era prima e cosa c'è stato dopo quel ritratto? Tu eri da solo in quel *selfie*? O ti sei allontanato dagli altri per farlo? Qual era la motivazione per scattare quel *selfie* in quel momento e non in un altro? Per quale pubblico lo hai scatta-

to? Per te stesso, certo, ma per quale aspetto di te in funzione degli altri. Diventare il soggetto di una fotografia, di un autoscatto, di un *selfie* implica un'operazione di messa in posa, e mettersi in posa rimanda in ogni caso ad un ipotetico osservatore: cosa gli stai mostrando di te? Cosa ritieni sufficientemente accettabile di te per l'osservatore al punto da lasciarti vedere in quella posa? Il primo osservatore della tua immagine sei tu, quali immagini non consideri buone? Poche domande per ridefinire il contesto prima di passare all'attivazione verticale in quanto, come accennato, l'immagine contiene degli evocatori non al di fuori del campo inquadrato ma all'interno dell'inquadratura stessa. Questo è un passaggio fondamentale perché mette in contatto l'osservatore della fotografia con i suoi dinamismi interni. Rimanendo nell'autoritratto possiamo cominciare con una operazione molto semplice di amplificazione ingrandendo parti del viso, mettendo ad esempio in evidenza l'occhio destro e poi confrontandolo con l'occhio sinistro. Ovviamente ci saranno differenze tra l'uno e l'altro, sia fisiche che di illuminazione, e le differenze tra la parte sinistra e la parte destra del viso permettono il contatto con la difformità che implica di per sé un dinamismo di polarizzazione che molto spesso ha un corrispettivo con dei dinamismi relazionali, cioè di polarizzazione nelle proprie condotte relazionali. Molto spesso alcuni tratti del viso possono rimandare direttamente, come somiglianza o come opposizione, ad alcune figure familiari; un particolare del viso può ospitare un tratto espressivo materno o paterno; una contrapposizione tra parte destra e parte sinistra del viso a volte ospita proprio una sorta di rappresentazione delle polarità relazionali vissute dal paziente. Questi richiami, ovviamente, possono essere infiniti, in ogni caso è importante sottolineare come in fototerapia il confronto con la propria immagine rende evidenti quelli che sono i dinamismi relazionali, affettivi, cognitivi, primari. Una volta che all'interno della relazione fototerapeutica si trova questa sorta di aggancio narrativo, è possibile cominciare ad esplorare i vari particolari dell'immagine trasformando, e questo è un punto importante, i particolari statici della fotografia, in particolari emotivamente e cognitivamente dinamici, anche con tecniche di movimentazione della fotografia stessa (ad esempio ingrandendo digitalmente un particolare e trascinandolo

da un punto all'altro della fotografia), facendo ben attenzione però, e qui sta il lavoro foto-terapeutico, a fare in modo che ogni movimento visivo, percettivo abbia una corrispondenza con movimenti emotivi, cognitivi della persona che si sta confrontando con la sua fotografia. È questo che permette di trasformare l'istantanea in uno specchio esistenziale, un campo da esplorare come se fosse nuovo, proprio come è nuovo ogni momento della propria esistenza nel qui ed ora. Molto spesso nel lavoro foto-terapeutico ci sono dei vissuti di stupore, come se mi accorgessi per la prima volta di qualcosa che è contenuto all'interno di una organizzazione, di un ricordo, di un sistema di credenze, in una organizzazione mentale che credevo di conoscere bene; sto guardando il mio viso: se non conosco quello, che altro dovrei conoscere? Eppure nel momento in cui il viso diventa un istante è già un altro da me nel suo essere istante. Nel confrontarmi con questo altro da me, ma nello stesso tempo fatto di me, recupero; ho la possibilità di integrare lo spazio vuoto della discrepanza, della differenza. Il mio essere vivo in questo momento, e quindi essere un organismo in movimento, che incontra ed osserva un altro me stesso statico, fermo, bloccato nell'istante, mi permette di riempire questa distanza con diverse considerazioni emotive, cognitive, ipotesi e possibilità. L'istante mi offre una vita, l'istante foto-terapeutico si apre in una dimensione nuova di rapporto con il tempo, restituendomi la possibilità di vivere "rivivendo" un'esistenza diversa dal mio passato, o piuttosto dalla strutturazione più o meno protettiva che ho dato al mio esistere creando io stesso un tempo bloccato all'interno di un copione di vita che non fa che ripetersi. Come posso uscire da questo? Con le stesse modalità con cui ho costruito il blocco: entro nella staticità di una fotografia mettendola in moto, restituendole il movimento che differenzia un organismo morto da uno vivo.

OLIVIERO ROSSI - Direttore dell'Istituto Psicoterapia Gestalt Espressiva di Perugia; direttore del master "Video, fotografia, teatro e mediazione artistica nella relazione d'aiuto" presso la Università Antonianum - Facoltà di Filosofia di Roma; direttore della rivista "Nuove Arti Terapie".