

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

Roberto Caterina*

Alcune riflessioni su arte, arte terapia e humor

Introduzione

In questo intervento si cercherà di illustrare il rapporto che esiste tra arte e humor e il loro comune legame con l'espressione e la regolazione delle emozioni. Riferendosi ad una serie di lavori classici sulla natura e la struttura

delle emozioni,¹ si può dire che diverse componenti siano presenti all'interno dell'esperienza emozionale: la componente neurofisiologica legata alle risposte fisiologiche o viscerali dovute principalmente all'attivazione del sistema nervoso autonomo e a quello ormonale endocrino, la componente espressivo motoria legata ai movimenti del

* Dipartimento di Psicologia, Università di Bologna

corpo e in particolare all'espressione facciale, la componente cognitiva che consente al soggetto che prova un'esperienza emozionale di valutare l'ambiente circostante, la componente motivazionale che consente di elaborare delle strategie di azione per conseguire determinati obiettivi e scopi e, infine, la componente soggettiva legata al vissuto emotivo. In particolare l'attivazione corporea (meglio conosciuta come "arousal") e la valutazione cognitiva dell'evento emotivo (meglio conosciuta come "appraisal") costituiscono due poli attraverso cui le emozioni si configurano come una valida interfaccia tra l'individuo e il suo ambiente. Il corpo sente i cambiamenti che si verificano nell'ambiente e la mente si prefigura la soluzione migliore per far fronte ad essi. L'esperienza emotiva si presenta come una miscela, per così dire, "saggia" di "arousal" e "appraisal" dove elementi nuovi ed imprevisti aiutano a sviluppare il pensiero. Parimenti anche nello humor e nell'espressione artistica gli aspetti creativi che sono di stimolo al pensiero provengono da situazioni

inattese.

Occorre tuttavia definire le diverse forme di humor e le differenti situazioni che lo contraddistinguono. Alcune forme di humor e comicità sono più legate all'espressione corporea (come ad esempio un camminare incerto, buffo) e sono ben rappresentate talvolta da alcuni linguaggi non verbali, come la musica. Altre forme di humor, come l'ironia e l'autoironia richiedono processi cognitivi più complessi e strumenti autoriflessivi e metacomunicativi: il linguaggio verbale, ma non esclusivamente, costituisce senza dubbio il mezzo privilegiato di espressione. Ancora alcune forme di humor hanno dei connotati bonari, positivi, altre, invece, possono essere potenzialmente negative e distruttive. Infine sono da considerare le potenzialità terapeutiche dello humor nell'ambito delle arti-terapie e in particolare della musicoterapia, le sue indicazioni e controindicazioni. Questo è un campo ancora relativamente inesplorato e aperto a molte ipotesi interpretative e a differenti applicazioni

Arte e humor

Volendo concentrare l'attenzione sul rapporto che sussiste tra arte e humor si può dire che tale rapporto rinvia in qualche modo alla relazione che esiste da un lato tra humor e linguaggio verbale e dall'altro tra humor e espressività, "linguaggio" artistico. A metà strada tra verbale e non verbale lo humor sa dare la giusta forza al linguaggio verbale esplorandone le potenzialità non sempre immediatamente rilevabili:² questo è il caso ad esempio di una battuta ad effetto dove viene comunicato assai di più di quanto non venga detto.³ Parimenti attraverso l'espressione corporea o la modulazione della voce lo humor può dar conto di una situazione molto simile a quella che si verifica nell'espressione e nella fruizione artistica. Il linguaggio artistico, infatti, si basa su due aspetti contraddittori: la sorpresa (legata all'arousal, attivazione corporea) e la ripetizione (legata alla "ruminazione",⁴ e alla regolazione delle emozioni).

Questi due aspetti sono tipici di molte espressioni artistiche: basti pensare alla musica che introduce delle novità espressive e poi delle ripetizioni di temi e frasi musicali, spesso presenti in delle forme musicali specifiche (ad esempio nell'aria con il da capo),⁵ lo stesso avviene anche in qualche modo nella poesia con la ripetizione di ritornelli e strofe, o nella pittura, nell'architettura con il susseguirsi di moduli o motivi ripetuti. Il linguaggio verbale, invece, presenta delle notevoli differenze rispetto agli altri "linguaggi" artistici: ha un carattere referenziale, è legato al significato denotativo (piuttosto che a quello connotativo, come invece nell'espressione artistica e nella comunicazione delle emozioni) e esprime un numero limitato di ripetizioni. Nel corso degli anni e delle civiltà la distanza tra "linguaggio" artistico e linguaggio verbale si è andata via via approfondendo con l'uso stesso della lingua: dalle lingue intonazionali, spesso arcaiche o poco parlate, che riproponevano molti elementi musicali all'interno del significato linguistico, si è passati a strumenti comunicativi

più semplici, rapidi, affidabili e lontani, per così dire, dalla voce cantata.

Ad ogni modo spesso il rapporto tra linguaggio verbale ed altri linguaggi artistici deve essere cogestito all'interno di una situazione articolata e complessa: così è nello humor che si può basare sia su elementi propri del linguaggio verbale, sia su altri aspetti non verbali; così è nella maggior parte dei casi che riguardano l'espressione musicale che solo in minima parte si presenta non accompagnata da un testo verbale o poetico. Nell'analisi di un atto comunicativo che riguarda il canto o lo humor spesso non è facile distinguere quanto viene veicolato dal linguaggio verbale, quanto dalla musica, quanto dall'espressione corporea.

Un aspetto importante di molti linguaggi artistici riguarda una serie di aspettative che spesso vengono create nel fruitore. In musica ad esempio, come si è già detto, le numerose ripetizioni dovute talvolta ad alcune forme musicali crea delle precise aspettative nell'ascoltatore che

può in qualche modo prefigurarsi quanto andrà ad ascoltare. Seguendo quanto dice Meyer queste aspettative sono in parte legate all'articolazione tensione-distensione in cui il linguaggio musicale, soprattutto quello tonale, si esprime: il ritorno sulla tonica è prefigurato come la conclusione di un discorso musicale che può essere raggiunta non sempre in modo immediato, ma può essere con vari espedienti sospesa, ritardata. A tale proposito Huron parla di "sweet anticipation" ovvero di una gioia pregustata la cui realizzazione può essere talvolta differita.⁶

Parlando del rapporto musica-emozioni, seguendo il modello di Meyer è precisamente la violazione delle aspettative a costituire una situazione di sorpresa che deve poi essere elaborata attraverso tutta una serie di ripetizioni.⁷ L'insieme costituito dalla sorpresa e dalla ripetizione riguarderebbe l'esperienza emotiva nel suo complesso. In particolare il coinvolgimento corporeo che spesso la fruizione artistica comporta nascerebbe proprio dalla situazione di sorpresa legata ad un'attivazione corporea ("a-

rousal”, risposte neurofisiologiche, tremiti, *frisson*, ecc...)⁸ e dalla successiva elaborazione cognitiva (“appraisal”).

Tuttavia la situazione di sorpresa all’interno di un percorso artistico e umoristico viene spesso sapientemente preparata a volte anche suggerendo l’aspettativa di una soluzione banale. Si può fare un esempio a tale proposito citando una barzelletta abbastanza classica di recente riproposta da vari siti internet:⁹

Una donna di servizio chiede alla padrona di casa un aumento di stipendio.

- Madame, ho bisogno di un aumento.

La signora, molto irritata, chiede:

- Maria, perché pensa di meritare un aumento? In fondo lavora qui soltanto da 3 mesi...

- Madame, ci sono tre ragioni per le quali penso di meritarmi un aumento. In primo luogo io stiro il vestiario meglio della signora.

- Chi è stato che lo ha detto?

- Lo ha detto il padrone. In secondo luogo io cucino meglio della signora.

- Che assurdità! Chi può aver detto questo?

- È stato il padrone che lo ha detto.

- In terzo luogo io sono migliore della signora anche a letto!

- Brutta bastarda carogna. Ed è stato mio marito a dirti anche questo?

- No, madame, è stato l'autista...

- Quanto vuoi di aumento?

Da questo esempio si può chiaramente vedere come l’aspettativa creata – che potesse essere stato il marito ad essere testimone della terza, come delle prime due, “qualità” della cameriera – venga abilmente disattesa e venga fornita una soluzione imprevista, possibile nel contesto narrativo e di fiction, improbabile nella vita reale. Questa caratteristica dello humor di essere legato al verosimile più che al reale, come aveva già intuito Freud, è uno degli elementi che evidenzia la profonda connessione esistente

tra fruizione artistica e humor e che ci può indicare le possibili applicazioni terapeutiche che l'umorismo può avere. Prima di esaminare questo aspetto occorre definire un po' meglio cosa si intende per humor.¹⁰

Humor e dintorni

Lo humor è stato studiato, come è noto, da autori molto illustri come Bergson, Pirandello e Freud.¹¹ Non volendo addentrarci troppo in una serie di definizioni e speculazioni complesse che richiederebbero ben altro spazio si può certamente dire che la comicità, l'umorismo e l'ironia costituiscono tre grandi insiemi non sempre coincidenti, ma con ampie zone di sovrapposizione, dove è possibile cogliere delle situazioni molte diverse che implicano una maggiore o minore bonarietà di intenti, un maggiore o minore sforzo cognitivo e che possono comportare talvolta l'uso di strumenti non verbali o, invece, richiedere tut-

te le sottigliezze, i riferimenti espliciti o impliciti che solo il linguaggio verbale può assicurare. Le situazioni che danno vita allo humor si riferiscono ad un contesto che genera sorpresa, a volte creata, ma sempre genuinamente percepita, avvertita. Una situazione assurda, incongrua con accostamenti bizzarri, paragoni inattesi può essere una prima forma per provocare sorpresa all'interno stesso del materiale espressivo e questa situazione inattesa può essere avvertita come divertente, far ridere chi l'osserva. In genere l'effetto comico può aver bisogno di un modello esterno con cui confrontarsi, modello sufficientemente conosciuto e da condividere con altri: l'imitazione di personaggi famosi, la caricatura, la stessa esagerazione di un tratto rispetto alla norma sono esempi di questo tipo di umorismo che spesso viene fatto a spese di qualcun altro ridicolizzato in termini più o meno bonari o più o meno feroci. Infine l'umorismo può stimolare l'autoriflessione, far apparire come evidente ciò che non è vero: nell'ironia, ad esempio, la comunicazione diventa obliqua, ciò che

non può essere detto direttamente costituisce una preziosa ed apprezzata fonte di piacere, anche qui a scapito di qualcun altro; ma non solo, l'ironia può trasformarsi in autoironia, nella consapevolezza di non prendere sempre e comunque il proprio comportamento sul serio.

Da queste forme di humor che si sono sommariamente descritte si può dire che esiste uno humor con connotazioni potenzialmente positive: lo scherzo, il divertimento "intellettuale", il motto di spirito, la barzelletta si fondano su una trovata ingegnosa che viene comunicata ad altri, il riferimento a situazioni o comportamenti da ridicolizzare può essere assente o presente in maniera astratta, ben lontano dal vissuto reale degli interlocutori. Esiste poi una forma di humor con connotazioni potenzialmente negative: caricature, parodie, ironia, sarcasmo, satira rappresentano delle situazioni che fanno riferimento a dei bersagli concreti. Naturalmente questa forma di humor può essere di grande rilevanza ai fini di monitorare il comportamento sociale. Il concetto di "negativo" o anche

"distruttivo" non va inteso, quindi, in termini assoluti, ma in relazione al possibile uso terapeutico dello humor.

Aspetti terapeutici dello humor

Lo humor nel contesto di una psicoterapia è sempre stato valutato con molta prudenza. Da quanto si è detto prima a proposito degli elementi potenzialmente negativi si può facilmente intuire come gli aspetti aggressivi della comicità, dell'umorismo e dell'ironia possono essere facilmente utilizzati dal paziente – ma anche dal terapeuta – per portare un attacco alla relazione e per impedire, quindi, che possa funzionare. Inoltre l'umorismo potrebbe portare ad una minimizzazione dei problemi, a sorvolare su alcuni aspetti essenziali del comportamento del paziente e sul significato ad esso attribuibile. L'umorismo potrebbe funzionare come un meccanismo di difesa, uno schermo dietro cui nascondersi per non affrontare aspetti emotiva-

mente troppo coinvolgenti. Indubbiamente si tratta di elementi negativi non di poco conto che, soprattutto nella cornice di una psicoterapia classica, potrebbero creare ostacoli insormontabili.

Tuttavia esistono anche elementi positivi nello humor. La situazione di sorpresa ha l'effetto di attirare l'attenzione di un interlocutore. In un quadro lontano dalla psicoterapia classica, con pazienti il cui interesse va stimolato e tenuto vivo, il ricorso allo humor può rivelarsi come un prezioso alleato. Parimenti in molti contesti terapeutici può essere utile o necessario infondere energia, ridurre l'ansia per affrontare le difficoltà: tutti aspetti profondamente connessi con il valore liberatorio dello humor. Esistono poi ulteriori elementi positivi nello humor: la costruzione di uno spazio comunicativo esclusivo con il paziente può avere degli importanti riscontri terapeutici. Tale spazio non necessariamente deve avere un carattere collusivo, ma può essere un luogo in cui gestire, regolare le emozioni, costruire un rapporto con il terapeuta e gli altri pazien-

ti (in una situazione di gruppo), favore processi di autoriflessione e di autoanalisi.

E' proprio in contesti terapeutici come quelli relativi alle arti terapie e in particolar modo alla musicoterapia che l'utilizzazione degli elementi positivi presenti nello humor può essere utilizzata per rendere più stabile la relazione terapeuta-paziente e meno angosciato, incerto il contesto operativo.

Riprendendo una fortunata definizione di Bruscia,¹² relativa a protocolli di musicoterapia che utilizzano la musica all'interno di altri contesti terapeutici oppure come terapia, si possono distinguere, a mio avviso, anche per lo humor due situazioni: una situazione dello humor in terapia (come ad esempio nella clown-terapia) e una situazione dello humor come terapia (come ad esempio in particolari protocolli di improvvisazione musicale).

Un'utilizzazione dello humor in terapia

È diventata ormai da tempo un approccio terapeutico consolidato la cosiddetta “clownterapia” all'interno di strutture ospedaliere pediatriche. Il modello di Patch Adams ha avuto un grande successo sia nei media sia nella ricerca scientifica.¹³ Ha inoltre dato vita ad esperienze innovative nella realtà ospedaliera di varie parti del mondo: si possono ricordare tra le molte, la *Clown Care Unit* a New York, la *Rire Médecine* in Francia, la *Fondazione Theodora* in Svizzera.

Modelli terapeutici simili sono stati applicati ad altri ambiti istituzionali, come ad esempio nelle carceri minorili o in altri contesti di giovani a rischio come le situazioni di emarginazione sociale, le tossicodipendenze, il bullismo scolastico, ecc. Si possono ricordare a questo proposito le esperienze del “circo sociale” che cercano attraverso l'utilizzazione delle arti circensi di migliorare i processi comunicativi all'interno dei contesti prima ricordati.

Tutte queste esperienze vanno inquadrare in sostanza in delle forme di animazione artistica che possono avere una rilevante utilità nel ridurre l'ansia, migliorare i rapporti interattivi tra dottori e pazienti, rendere più efficaci le terapie proposte. Si tratta di esperienze che partono dagli aspetti più vistosi della comicità. Pur non trattandosi di moduli di arti terapie¹⁴ affiancano con successo altri interventi terapeutici e prevedono dei percorsi formativi specifici tesi anche alla realizzazione di progetti organizzativi molto articolati che includono la partecipazione e il coinvolgimento delle famiglie dei pazienti. In alcuni tipi di interventi clowns professionisti affiancano i dottori. L'obiettivo comune a tutte queste esperienze è quello di contenere l'ansia attraverso la comicità soprattutto nei suoi aspetti incongrui, insoliti che sorprendono e fanno ridere i piccoli pazienti.

Una possibile utilizzazione dello humor come terapia

Una recente ricerca della Amir,¹⁵ partendo da alcune distinzioni come quella tra humor assoluto e referenziale all'interno del materiale musicale,¹⁶ ha costruito una situazione di improvvisazione musicale basata sullo humor. In questa ottica nell'ambito di una serie di sedute di musicoterapia si può passare da un livello base di humor musicale molto legato all'espressione corporea ad un livello più riflessivo vicino all'ironia e all'autoironia. Al livello di ascolto musicale questi passaggi possono essere colti dall'effetto comico che il timbro di alcuni strumenti può provocare (ad esempio, il clown Grock usava strumenti "truccati" dall'aspetto normale, ma con strane e inaspettate sonorità)¹⁷ alla possibilità che gli strumenti musicali hanno di imitare una situazione comica (come una rovinosa caduta) ad accostamenti musicali incongrui in un *pot pourri* appositamente predisposto, alle bizzarrie

che l'orchestrazione, il suonare insieme può comportare (un bello esempio è l'intermezzo musicale *Il maestro di cappella* di Cimarosa) fino ad arrivare a momenti di vera e propria ironia e autoironia, come in *Uno scherzo musicale* K 522 di Mozart dove, tra l'altro, viene preso di mira lo stile compositivo molto convenzionale e melenso di un ipotetico autore.

In un percorso di musicoterapia improvvisativa, la Amir¹⁸ esamina il ruolo che hanno da una parte i "gesti musicali", ovvero esagerazioni, incongruità con interruzioni dinamiche, ritmi eccentrici, inusuali, note sbagliate inaspettate, dissonanze inaspettate, intervalli bizzarri, armonizzazioni, accelerandi, glissandi, non spiegabili come una forma di primo approccio che paziente e terapeuta possono utilizzare per così dire per sorprendersi a vicenda, poi altre esperienze come l'improvvisazione e le parodie di canzoni possono a poco alla volta formare i primi elementi di un linguaggio che musicoterapeuta e paziente condividono. I dialoghi "privati" (analogamente ai "dialoghi sonori" ben

noti nell'esperienza della musicoterapia),¹⁹ costituiscono un momento successivo in cui la relazione paziente-terapeuta si rafforza attraverso la condivisione dello humor.

L'obiettivo della terapia prevede, quindi, che attraverso l'accelerazione di fattori sociali, la condivisione della conoscenza musicale e la creazione di un linguaggio musicale unico con un particolare paziente si possa da un lato rafforzare la relazione terapeutica e dall'altra favorire nel paziente uno sforzo di autoriflessione volto a cogliere il significato di determinati comportamenti e a sapere modularle in maniera appropriata le proprie emozioni.

Per concludere

Se si riesce ad utilizzarlo in maniera costruttiva e positiva in una situazione terapeutica, lo humor rappresenta un'importante scorciatoia per capire i problemi del pa-

ziente, per condividere con lui uno spazio comunicativo fondato sulla sorpresa e sulla utilizzazione di materiale artistico.

Come giustamente dice Petrella in suo saggio il buon riso della musica si basa su un potere fragile ma è un rimedio salutare che merita di essere riconosciuto, coltivato e conquistato.²⁰

Le arti terapie e ancor più la musicoterapia possono senza dubbio giovare di un protocollo che preveda l'utilizzazione e l'analisi dello humor in relazione a specifiche categorie di pazienti che più di altre necessitano di trovare nel mezzo artistico uno stimolo e un interesse per creare un rapporto valido con il terapeuta.

NOTE

¹ K. R. Scherer, *Toward a dynamic theory of emotion. The component process model of affective states*, "Geneva Studies in Emotion and Communication", n. 1, 1987, pp. 1-98; Id., *Appraisal considered as a process of multilevel sequential checking*, in K. Scherer, A. Schorr e T. Johnston, a cura di, *Appraisal processes in emotions: Theory, methods, research: Series in affective science*, Oxford University Press, New York 2001, pp. 92-120; N. H. Frijda, *Emozioni*, trad. it. il Mulino, Bologna 1990.

² R. Caterina e I. Incasa, *Irony, Surprise and Humor*, in P. Gremigni, a cura di, *Humor and Health Promotion*, Nova Publisher, Hauppauge, NY 2012.

³ L. Anolli, M. Balconi e R. Ciceri, *Deceptive miscommunication theory (DeMiT): A new model for the analysis of deceptive communication*, in L. Anolli, R. Ciceri e G. Riva, a cura di, *Say not to say. New Perspectives on Miscommunication*, IOS Press, Amsterdam 2002, pp. 73-100.

⁴ B. Rimé, *Le partage social des émotions*, in B. Rimé e K. R. Scherer, a cura di, *Les émotions*, Delachaux et Niestlé, Neuchâtel 1989; Id., *The social sharing of emotional experiences as a source for the social knowledge on emotion*, paper presentato al NATO-Workshop

"Everyday Conceptions of Emotion", Almagro, Spagna, 3-8 maggio 1994.

⁵ L. Bianconi e M. Noiray, a cura di, *L'aria col da capo*, il Mulino, Bologna 2011.

⁶ D. Huron, *Sweet anticipation. Music and the Psychology of Expectation*, MIT, Cambridge, Mass 2006.

⁷ L. B. Meyer, *Emozioni e significato in musica* (1956), il Mulino, Bologna 1992.

⁸ J. A. Sloboda, *Music Structure and Emotional Response: Some Empirical Findings*, "Psychology of Music", n. 19, 1991, pp. 110-120 e D. Huron, *Sweet anticipation*, cit.

⁹ Vedi <http://linkfacebook2012.blogspot.it/2012/08/aumento-di-stipendio-una-veloce-e.html>

¹⁰ S. Freud, *Il motto di spirito e la sua relazione con l'inconscio* (1905), in *Opere*, vol. 5, Boringhieri, Torino 1972, pp. 1-225.

¹¹ H. Bergson, *Il riso. Saggio sul significato del comico* (1900), trad. it. Laterza, Bari 1982; L. Pirandello, *L'umorismo* (1908), in Id., *Saggi, poesie, scritti vari*, Mondadori, Milano 1973 e S. Freud, *op. cit.*

¹² K. E. Bruscia, *Definire la musicoterapia* (1989), trad. it. ISMEZ, Roma, s.d.

¹³ E. Catarsi, a cura di, *Clown la medicina del sorriso. Un percorso di formazione*, Giunti, Firenze 2008; A. Farneti, *La maschera più pic-*

cola del mondo. *Aspetti psicologici della clownerie*, Perdisa, Bologna, 2004; Id., *Il clown al servizio della persona. (Il clowning come strumento di supporto agli interventi riabilitativi in situazioni di sofferenza, rischio e devianza)*, 2005, e *Il clown: uno "stupido" maestro intelligente*, 2005, consultabili su www.dottorclownitalia.org; D. Francescato, *Ridere è una cosa seria*, Mondadori, Milano 2002; C. Simonds e B. Warren, *La medicina del sorriso. L'esperienza dei clown-dottori con i bambini*, Sperling & Kupfer, Milano 2003.

¹⁴ R. Caterina, *Cosa sono le arti-terapie*, Carocci, Roma 2005.

¹⁵ D. Amir, "Musical humour" in *improvisational music therapy*, "Australian Music Therapy Journal", n. 16, 2005, pp. 3-24.

¹⁶ L. J. Lister, *Humor as a Concept in Music. A theoretical study of expression in music. The concept of humor and humor in music with an analytical example W.A. Mozart, Ein musikalischer Spaß, KV 522*, Lang, Wien 1994; L. B. Meyer, *Emozioni e significato in musica*, cit; R. Dal Monte, *Il comico nella musica seria*, in E. Banfi, a cura di, *Sei lezioni sul linguaggio comico*, Università degli Studi di Trento, Dipartimento di Scienze Filologiche e Storiche, Trento 1995, pp. 125-165.

¹⁷ Grock [C. A. Wettach], *La mia carriera di clown (1956)*, Mursia, Milano 2006.

¹⁸ D. Amir, "Musical humour" in *improvisational music therapy*, cit.

¹⁹ M. Scardovelli, *Il dialogo sonoro*, Cappelli, Bologna 1992.

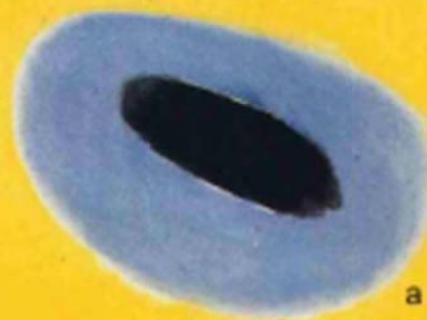
²⁰ F. Petrella, *Spazio artistico e umorismo in musica, Il comico musicale e i suoi rapporti con il Witz*, "De Musica", VII, 2003 (sers.unimi.it/~gpiana/demus.htm).

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