

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](http://www.psicoart.unibo.it)

[psicoart@unibo.it](mailto: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

ROBERTA SORTI

## Il danzatore come terapeuta

*Perché il danzatore come terapeuta? Quali sono le qualità del danzatore, gli aspetti caratteristici del temperamento artistico, le conoscenze acquisite nella formazione coreutica, che sostengono e alimentano l'approccio terapeutico?*

*L'autrice intende condividere una serie di riflessioni che cercano di individuare gli intrecci fecondi tra la formazione artistica e la professione di danza movimento terapeuta. Dopo una breve disamina di particolari aspetti che caratterizzano i processi artistico/creativi e psicologici/terapeutici, al fine di comprenderne similitudini e differenze, introduce alcuni elementi rispetto alla specificità della formazione del DMT. A partire da brevi esempi clinici, osserverà il danza terapeuta coinvolto nel processo artistico/terapeutico, nelle vesti di testimone-coreografo e/o danzatore-partecipante, identificando e definendo gli aspetti della formazione artistica che entrano in gioco e fecondano il lavoro terapeutico.*

**The dancer as a therapist.** *Why the dancer as a therapist? Which are the qualities of the dancer the distinctive aspects of the artistic temperament, the knowledge acquired in dance-movement training, that support and feed the therapeutic approach?*

*This author wish to share a series of observation that aim to emphasize the rich weaving between the artistic experience and the practice of a dance movement therapist. After a brief observation of particular aspects that belong to artistic/creative process as well as to the psychological/therapeutic ones, with the aims of understanding where they match or differ, some elements are introduced regarding specificity of the dance movement therapist. With reference to some clinical examples the author will be observe the dance therapist involved in the artistic/therapeutic process in the role of witness-choreographer and/or participant mover. She will then identify and define the aspects of the artistic training involved that enrich the therapeutic work.*

Perché il danzatore come terapeuta?

Attraverso questo scritto intendo individuare gli intrecci fecondi tra la mia formazione e l'esperienza artistica: provengo dal teatro corporeo di derivazione grotowskiana, e la mia attuale professione è la danza movimento terapeuta. Dopo una breve disamina di particolari aspetti che caratterizzano i processi artistico/creativi e psicologici/terapeutici, al fine di comprenderne similitudini e differenze, introdurrò alcuni elementi rispetto alla specificità della formazione del danza movimento terapeuta. A partire poi da brevi esempi clinici, rifletterò su quali sono le qualità del mio essere danzatrice, gli

aspetti del mio temperamento artistico, le conoscenze acquisite nella formazione coreutica, i caratteri innati, che sostengono e alimentano il mio approccio terapeutico.

### **L'arte come volontà di ritorno**

Nella concezione romantica, che ancora pervade la nostra cultura, l'artista è considerato un individuo particolarmente sensibile, originale, innovatore, spesso al limite tra la normalità e la follia. Come l'artista anche il "folle" è considerato come un diverso, spesso ossessionato da visioni di assoluto, tragiche o estatiche, che lo allontanano dalla realtà. Ma mentre il folle è perduto nel labirinto delle sue indicibili visioni e il suo dramma è rappresentato dalla solitudine che questa condizione produce, esiste nell'artista una sorta di "volontà di ritorno" alla comunità umana che si manifesta attraverso il compimento dell'opera artistica, nell'incarnarsi della visione in una forma espressiva che rappresenta un ponte che collega il mondo intrapsichico, la coscienza e il mondo esterno.

Scrive Susan Langer nel 1965:

Che cosa crea il danzatore, che cosa esprime, che cosa sente? Una danza, come qualsiasi altra forma di opera d'arte, è una forma sensibile che esprime la natura del sentimento umano: i ritmi e i legami, le crisi e le fratture, la complessità e la ricchezza di ciò che si vuol chiamare la vita intima dell'uomo, il flusso della esperienza diretta, la vita come l'essere umano la sente.

L'artista, con la sua capacità di percepire e trasmettere l'esperienza non solo in modo verbale, attraverso la sintassi e la logica, ma anche attraverso espressioni e forme che coinvolgono l'aspetto percettivo sensoriale e affettivo oltre che cognitivo, spesso è in grado, più di altri, di catturare il senso profondo delle cose. Il terapeuta espressivo nel suo lavoro oscilla tra due stili cognitivi. Uno di questi stili è collegato al processo primario e all'emisfero destro del cervello. L'attenzione è sospesa, e prevale uno stato generale di ricettività. In questa situazione l'ego abbandona il controllo e permette alla parte più profonda dell'essere di penetrare nella coscienza.

Ecco che gradualmente entra in gioco l'altro stile cognitivo, collegato al processo secondario e governato dalla logica, dall'armonia, dall'equilibrio e dal senso di realtà. L'energia primaria del sé si organizza e struttura in forme che funzionano da veicolo comunicativo verso il mondo esterno. Fare sì che questa energia indifferenziata si organizzi in una forma comprensibile, è ciò che l'artista fa nel suo lavoro, ed è questo stesso processo che affronta il terapeuta espressivo nel suo incontro con il paziente. Come teorizza Silvano Arieti, l'oscillazione tra questi due stili cognitivi promuove l'integrazione tra i citati due aspetti della psiche. Invece di rifiutare ciò che è primitivo, arcaico o "diverso", la mente creativa lo integra con i processi logici normali in ciò che sembra una sintesi "magica" dalla quale emerge l'inaspettato e l'auspicabile.

### **Il modello di Art Therapy Italiana**

La danza movimento terapia (DMT) secondo il modello della scuola di formazione di Art Therapy Italiana pone l'accento sul valore simbolico delle rappresentazioni corporee e sul significato evolutivo del processo creativo. Lungo il percorso del suo iter formativo il terapeuta espressivo apprende ad utilizzare il movimento e la danza secondo ragioni cliniche e obiettivi terapeutici, integrando la competenza artistica e quella terapeutica nel suo specifico professionale. Diversamente dall'artista, il terapeuta espressivo deve essere consapevole del significato comunicativo e simbolico dei propri interventi artistici, del materiale espressivo prodotto dal paziente e del significato che tutto questo assume all'interno del processo terapeutico, nella relazione con il paziente e per il suo processo evolutivo psichico. Il terapeuta aiuta il paziente ad esplorare e a dare forma alla sua parte più autentica e vulnerabile, in modo che tra la realtà interna e quella esterna possa essere costruito un ponte e trovata una qualche possibile congruenza. È a queste forme che si collega, attraverso un ascolto sensibile e attento, sottolineando le valenze estetiche, simboliche trasformative e comunicative del materiale stesso. Il flusso delle forme che il movimento crea può dunque essere metafora dei processi intrapsichici, del flusso delle sensazioni,

delle emozioni, dei sentimenti e dei pensieri. Il linguaggio del movimento ci riporta alle origini della nostra esistenza, all'esperienza originaria del rispecchiamento, e può fare riemergere antiche memorie cinestetiche inconsce o preconsce, parti di noi dimenticate o rimosse che possono essere accolte comprese e trasformate. Il bambino ancora racchiuso nell'utero risponde con contrazioni e rilassamenti, allungamenti e spostamenti alle sollecitazioni cinestetiche provocate dai movimenti, dalle posture e dalle tensioni muscolari della madre. Questo dialogo tonico e motorio continua tra la madre e il bambino nei primi mesi, nei primi anni di vita. Si tratta, come la definisce Daniel Stern, di una *danza interattiva* in cui la madre osserva il bambino, empatizza con lui, rispecchiandolo e rispondendogli attraverso il proprio corpo, la propria mimica, la propria voce, sintonizzandosi con i suoi ritmi. È sulla base di questa danza interattiva che si organizza la loro relazione che rappresenterà l'esperienza fondante per la formazione del sé corporeo e psichico del bambino. Alcune recenti scoperte delle neuroscienze ci aiutano a comprendere meglio fenomeni come l'empatia, l'identificazione e il rispecchiamento. Vittorio Gallese in particolare ha scoperto i cosiddetti "neuroni a specchio", particolari neuroni del sistema motorio che possono essere considerati il substrato biologico dell'empatia. Essi si attivano sia quando noi compiamo una certa azione, che quando osserviamo qualcun altro che compie una determinata azione. Ogni volta che osserviamo qualcuno compiere una sequenza di movimenti, assumere una espressione mimica, una particolare postura, c'è una concomitante attivazione di questi neuroni, come se noi stessi stessimo eseguendo l'azione che stiamo osservando, permettendo di comprendere empaticamente l'altro e l'iniziale stabilirsi di una relazione sociale. Questa esperienza di comprensione profonda e di contatto autentico è qualcosa che i danza terapeuti conoscono bene. Quando si pratica la danza del rispecchiamento spesso accade che si crei una relazione empatica così profonda e che i confini dei due individui si stemperano, si sperimenta un profondo senso di condivisione, un'esperienza fusionale che ci riporta alle origini della vita. Il sistema di analisi del movimento (Laban Movement Analysis - LMA) codificato dal danzatore Rudolf Von Laban è diventato uno strumento indispensabile per i danza terapeuti che se ne servono

per osservare e descrivere il movimento, in modo da potere “pensare in termini di movimento”, in antitesi al “pensare in parole”. Scrive Laban che

ogni fase del movimento, ogni piccolo trasferimento di peso, ogni singolo gesto di qualsiasi parte del corpo, mostra alcuni aspetti della vita interiore. Ogni movimento si origina da un impulso, da un eccitamento interno, è causato sia da impressioni immediate che da una catena complessa di impressioni sensoriali, precedentemente sperimentate e rimaste immagazzinate nella memoria.

Il sistema di analisi del movimento viene utilizzato in questa disciplina come mezzo diagnostico e come modalità d'intervento per analizzare, comprendere, elaborare i vissuti emotivi e psichici iscritti nel corpo e nel movimento.

### **Il danza terapeuta come testimone-coreografo o danzatore-partecipante**

Vorrei, attraverso brevi esempi clinici, dimostrare come il DMT utilizza e mette in gioco il suo “essere artista” quale preziosa risorsa nel processo terapeutico. Il suo ruolo, a seconda della posizione che assume nella seduta, può essere definito come di “testimone-coreografo” quando si pone come osservatore esterno, o come di danzatore-partecipante quando si coinvolge nella danza che il gruppo o il singolo stanno creando. È importante che per quanto coinvolto come danzatore, il DMT sviluppi la capacità di rimanere presente e vigile attivando una sorta di testimone interno, in modo da mantenere viva la consapevolezza di ciò che sta accadendo da un punto di vista coreografico, simbolico, emozionale. Attraverso la pratica del Movimento Autentico, una particolare metodologia della DMT creata da Mary Whitehouse, poi sviluppata da Joan Chodorow e da Janet Adler, il terapeuta, pur immergendosi nella esperienza del movimento, sviluppa la capacità di osservare con un io vigile e cosciente per poter contenere e restituire emozioni, immagini e vissuti. In altri termini attraverso il Movimento Autentico il danza terapeuta sviluppa la capacità di essere *mover* e *witness*, dan-

zatore e testimone contemporaneamente. Tutto il lavoro terapeutico, d'altra parte, è caratterizzato da questo ondosso movimento ritmico di scendere e risalire, buio e luce, immergersi e poi riemergere. Il processo terapeutico può essere pensato come un viaggio avventuroso nelle profondità della psiche, nei suoi anfratti, nelle sue zone buie per poterne scoprire i tesori nascosti. Il terapeuta illumina il percorso e deve conoscere la strada per riemergere e tornare alla luce. Con la sua coscienza vigile, può aiutare la persona a costruire e a ripensare la complessità dell'esperienza artistico-terapeutica, a coglierne il senso profondo e comprenderne il significato evolutivo per la propria vita.

### *Davide che voleva vivere sospeso*

Incontro Davide una volta alla settimana, presso la cooperativa che gestisce il centro diurno nel quale è inserito. Gli operatori riferiscono che D., 26 anni, passa quasi tutto il tempo rannicchiato sulla sua sedia, non usa il linguaggio, se non in rarissimi casi quando diventa indispensabile. Sia con il comportamento che con l'espressione del viso manifesta evitamento nei confronti delle persone e della realtà circostante, mentre traspare la presenza di una intensissima attività mentale autoconcentrata. L'espressività motoria è ridotta a movimenti bizzarri e stereotipati. Si verificano di tanto in tanto episodi di aggressività e specialmente di autoaggressività (si morde le mani fino a ferirle). La diagnosi è di psicosi autistica. Durante i primi incontri mi sembra di percepire che per D. abbia poca importanza la mia presenza. Mi chiedo quanto egli sia in grado di sentirmi e vedermi. Mi limito ad osservarlo e rispecchiare i suoi movimenti e i suoi ritmi, per sentire come lui si sente attraverso il mio corpo. Il mondo autistico è un mondo dove le sensazioni, piuttosto che le emozioni e i pensieri, predominano. Era dunque importante per me riuscire a percepire le sensazioni che sperimenta nel suo modo così particolare di atteggiarsi, incorporando la sua danza. D. non parla, e non sembra comprendere quello che gli dico. Alterna momenti in cui è chiuso in se stesso, contratto, con le gambe rannicchiate, seduto nel suo angolo, a momenti in cui improvvisamente si muove e attraversa lo spazio della stanza, senza motivi apparenti per poi bloc-

carsi di nuovo, rimanendo in piedi “congelato”, sospeso in equilibrio su un solo piede, a lungo, come se il tempo potesse essere prolungato all’infinito. Complessivamente, trasmette la sensazione di essere chiuso dentro un suo mondo particolare, determinato da comportamenti e forme tipicamente autistici. All’inizio del quarto incontro D. sembra bloccato su una sedia. Osservo delle piccole, quasi impercettibili variazioni nel flusso della forma del suo corpo: egli sembra a momenti in procinto di alzarsi, quasi per venire nella mia direzione, il suo corpo si allunga leggermente per poi riaccorciarsi; lo sguardo si apre verso lo spazio esterno, per poi immediatamente riabbassarsi; sembra rinchiudersi in se stesso. Io sono ferma di fronte a lui e ho la sensazione che si stia chiedendo: “Sto chiuso o mi apro? Danzo o non danzo?” Sembra di fronte alla problematica scelta tra “essere o non essere”. Io, in piedi vicino a lui, cerco di dare una forma attraverso il mio movimento a questo suo dilemma interiore, affinché lui in questa mia coreografia si possa rispecchiare e riconoscere, chiarendo e amplificando le qualità del suo movimento. Creo un gesto di chiusura del mio braccio intorno al torace, incurvando la testa in avanti, il corpo rimpicciolito, seguito successivamente da un altro di apertura ed estensione del braccio e del collo, lo sguardo diretto verso di lui, espandendo il flusso della forma corporea, ingrandendo la *kinesfera* (spazio del movimento). Ripeto più volte questa sequenza con l’intenzione di comunicare a D. la mia comprensione rispetto al suo conflitto tra la chiusura e l’apertura. Ecco che improvvisamente D. risponde, lascia la sedia e incomincia a muoversi nello spazio creando una danza originale fatta di sospensioni ed equilibri, immobilità e di nuovo ripresa del movimento. Traccia curiosi percorsi nello spazio, con frequenti e improvvisi, improbabili cambiamenti di direzione. Sorpresa, affascinata, mi unisco a questa danza sintonizzandomi ai suoi movimenti, rispondendo ad essi in modo simmetrico e complementare. Scivoliamo uno dietro all’altro, evitando il confronto frontale troppo diretto e impegnativo. Quando io sto ferma, D. comincia a muoversi e viceversa. Mentre danziamo insieme ho la sensazione che si sia creato per la prima volta un rapporto di ascolto reciproco, quasi un dialogo. Siamo due danzatori che improvvisano insieme. Mi sembra, quella che stiamo creando insieme, una “bellissima danza”

e provo un intenso piacere estetico. L'aver rispecchiato, chiarificandolo, il suo movimento iniziale sulla sedia, ha fatto sì, che D. si sentisse compreso e contenuto. Questo ha reso possibile l'inizio di una alleanza, l'allentamento delle sue difese e ha dato origine ad un movimento espressivo, la creazione di un originale "passo a due". Come danzatrice sono stata affascinata dalle qualità estetiche dello stile di movimento di D., delle sue rare, ma originalissime danze che potrei definire quasi metafisiche, così "sospese" nello spazio e nel tempo. La mia formazione nel movimento, mi ha permesso di cogliere le qualità e gli aspetti del movimento più significativi nella danza di D., intuendo le intenzioni ancora inesprese dei suoi gesti. Mi ha permesso di creare con lui questa coreografia fatta di "sospensioni ed improbabili equilibri", che ci ha portati, se pur con molta circospezione, nello spazio del dialogo con l'altro. Credo che il mio interesse estetico nei confronti della sua espressività così peculiare abbia avuto una parte importante nella mia possibilità di continuare ad investire nel rapporto con lui, credere e avere speranza, nonostante il suo mondo apparisse inizialmente così lontano, ostile e irraggiungibile.

### *Veronique, dall'attacco alla difesa*

In una seduta di gruppo di danza terapia in un centro diurno psichiatrico, mentre il gruppo, diviso a coppie è intento in un esercizio di contatto e rilassamento, V., elemento abitualmente oppositivo e provocatorio all'interno del gruppo, sdraiata a terra, sola, comincia ad abbaiare come un cane, rompendo l'atmosfera di concentrazione e intimità che si era creata. Io osservo la scena, e descrivo con una immagine l'azione di V., senza interpretarla in senso psicologico: "Ecco il cane V. che abbaia". V. accoglie l'immagine offertale e continua ad arricchirla di particolari: "Bau bau! Voglio le ossa, ho fame!" e continua "Faccio la guardia!". A quel punto io ripropongo l'immagine iniziale creata da V. e osservando la coreografia gruppa- le che si era creata nella stanza, aggiungo un nuovo elemento: "Il cane V. fa la guardia" e sottolineo "al gruppo". Ecco che V., continuando ad abbaiare, si sposta al margine del gruppo stesso e, rivolta verso l'esterno, verso un nemico immaginario, continua ad ab-

baiare con decisione. Il gruppo applaude, divertito e quasi entusiasta. In questo modo l'aggressività rivolta all'inizio verso il gruppo dei partecipanti, si è spostata verso l'esterno e V. si è trasformata da aggressore a difensore del gruppo, cambiando nel suo opposto il suo ruolo abituale. In un susseguirsi di movimenti, suoni, immagini, parole, V. e io, coadiuvate poi dagli altri partecipanti, abbiamo creato una situazione simbolica, una coreografia che ha permesso di contenere tendenze opposte presenti nel gruppo, il bisogno di riposo e di contatto della maggioranza e l'aggressività di V., trasformandola da elemento distruttivo a elemento coesivo del gruppo. In questa situazione il mio ruolo come DMT ha attinto alla funzione di testimone/coreografa, dove la capacità di osservare, ascoltare, il lasciare emergere le immagini, per poi ritrasformarle insieme alla paziente stessa, ha favorito l'innescarsi di un processo creativo che ha condotto all'emergere del nuovo, dell'inaspettato, un simbolo che rivela una trasformazione.

#### *Fulvio, il bambino e il mostro diventano amici*

F. mi fu inviato quando aveva sette anni circa, a causa di seri problemi che si manifestavano in ambito scolastico. Figlio unico ed unico nipote in linea paterna e materna, soffriva di una forma di fobia che era causa di gravi crisi di ansia, disturbi intestinali, vomito, influenzando in modo significativo sul suo rendimento scolastico. Manifestava difficoltà a socializzare e la tendenza ad assumere il ruolo di vittima. A me invece Fulvio si presenta in seduta come un bambino bravo e buono, non esprime la sua sofferenza, né tantomeno parla dei suoi problemi scolastici. Mi racconta dei numerosi viaggi compiuti in paesi molto lontani con i suoi genitori, esperienze inusuali per un bambino della sua età, presentandosi con l'immagine di un bambino un po' "speciale". Utilizzando il linguaggio della LMA, i suoi movimenti erano leggeri, non focalizzati verso lo spazio esterno. Non coinvolgevano la parte centrale del corpo ma riguardavano solo le estremità. Teneva a non occupare spazio e a non muoversi troppo. In termini winnicottiani, appariva un bambino "spersonalizzato" come se avesse perso il contatto con il suo corpo e le proprie funzioni corporee. Nel secondo anno di tratta-

mento, dopo un periodo di sospensione durante la pausa estiva, Fulvio mi ripropone di rappresentare la storia dei mostri e dell'eroe che affronta e che uccide; tema abituale dei nostri incontri, ripetutamente affrontato ed esplorato. F. mi chiede di interpretare la parte del mostro, mi sarei chiamata Lotar I il Grande. Fulvio invece si sarebbe chiamato Ernesto e precisa che Ernesto è un falso nome perché il suo vero nome, come nella realtà, è Fulvio. Il problema è, continua, che gli altri non lo vedono per ciò che è realmente, perciò lo chiamano Ernesto. F. stava probabilmente rappresentando attraverso questo suo personaggio, qualcosa che aveva a che fare con il tema della formazione di un falso Sé. Mentre comincio a muovermi per la stanza e cerco di diventare veramente enorme, pesante e spaventosa, come richiedeva il mio ruolo di "mostro", mi accorgo che stranamente, diversamente dal solito, mi riesce difficile incorporare questa immagine. Qualcosa era cambiato nella stanza. Mi sentivo stranamente goffa ed impacciata, piuttosto che potente ed aggressiva. In termini LMA, il mio movimento era leggero/passivo, non avevo radicamento, e mi sentivo vagamente "spaesata", senza una chiara direzione nello spazio. L'immagine controtransferale che emergeva, era quella di un mostro stile Frankenstein, che è sì un mostro, ma è stato costruito tale dal suo creatore. Frankenstein è un essere costruito con pezzi di altre persone, costruito dalle proiezioni degli altri. È una vittima. È solo come può essere solo chi non può essere se stesso. Probabilmente questa immagine controtransferale era stata indotta in me dall'idea iniziale espressa da Fulvio rispetto al suo personaggio, quella di essere chiamato con un falso nome, Ernesto, perché nessuno lo vede come Fulvio, per come è realmente. Anche io mi sento una sorta di "incompreso", un mostro dal cuore tenero, perseguitato da tutti, costretto a questo ruolo dalla gente che è spaventata dal mio aspetto così diverso e mi attribuisce questo ruolo. L'aver percepito e accolto queste sensazioni cinestetiche, questa sensazione di goffaggine ed impaccio, questo senso di spaesamento e di essere senza peso, di cui ho riferito più sopra, ha permesso all'immagine di Frankenstein di prendere forma. Questa immagine ha trasformato il mio movimento chiarificandolo e amplificandolo, e ha rappresentato una forma di rispecchiamento empatico di un aspetto nascosto del Sé di Fulvio.



Fig. 1 - *Il Cattivone*, disegno di Fulvio.

Così la nostra storia, la storia dell'incontro tra Lotar ed Ernesto, dopo un primo accenno di conflitto si sviluppa in modo diverso dal solito. Lotar ed Ernesto cominciano a parlare insieme.

Ernesto: "Ti è mai successo che dei mostri amici tuoi ti prendessero in giro?"

Lotar: "Sì! Anche a te succede che i tuoi compagni di scuola ti prendano in giro?"

Ernesto: "Sì...Cosa fai tu quando succede?"

Lotar: "Ma non so bene. E tu?"

Ernesto: "Boh!"

Durante questo dialogo io sento, nella forma di un controtransfert somatico, il mio corpo rimpicciolirsi ulteriormente: da enorme che ero, divento della statura di Fulvio. Emerge dentro di me l'immagine di due persone solitarie che si incontrano, parlano insieme, sedute su due pietre: due anime che si aprono una all'altra. L'immagine della pietra su cui eravamo seduti porta un cambiamento a livello somatico molto significativo, l'uso del peso, che prima era leggero passivo, e che diventa attivo, sviluppandosi un senso di radicamento profondo. La sensazione di spaesamento scompare, mi sento invece a contatto con le mie emozioni, sento il mio centro. Provavo in quel momento una grande tenerezza per questo bambino e questo mostro, accomunati dal destino di dover essere qualcosa che non sono realmente e dalla difficoltà di affrontare gli altri e la vita. Probabilmente quello che sentivo era almeno in parte congruente a quello che anche F. stava sentendo, e questo mio sentire costituiva una forma di contenimento rispetto all'esplorazione di sentimenti dolorosi come quelli che stavamo toccando. Avevano a che fare con la scoperta della grande solitudine di chi ha sacrificato i propri sentimenti reali per il timore di perdere l'amore dei genitori, fino a soffocare la propria spontaneità e vitalità. Egli sembra avere dato forma al sacrificio del suo vero Sé, a cui però viene riconosciuta una vita segreta, che per la prima volta viene comunicata ad un altro essere, Lotar. L'essere in contatto con la dolorosa realtà della propria non realtà, sviluppava un senso di calma, forza, presenza che prendeva forma simbolicamente nella pietra sulla quale eravamo seduti; a livello somatico si esprimeva in una sensazione di radicamento profondo, completamente assente all'inizio della scena. Il primo atto necessario verso una possibilità di esistenza più autentica, l'inizio di un contatto con il proprio vero

Sé. Il commento di F. alla fine della seduta è stato: “Non è strano che un bambino e un mostro diventino amici?”. Flavio aveva incontrato la propria ombra. Molta parte del lavoro del danzatore terapeuta consiste nel percepire le sensazioni somatiche, le emozioni contro-transferali che emergono. Come il danzatore, è sensibile agli stimoli proprioaccettivi e ha sviluppato in modo particolare il senso cinestetico. Queste percezioni somatiche possono dare origine ad una immagine, a una emozione, e prendere forma in una danza, in un personaggio. Quando si crea una sinestesia tra emozioni/immagini/movimento, quando questi elementi si manifestano in modo congruente, si raggiunge una piena espressività che spesso comporta l’emergere di simboli significativi.

## **Conclusioni**

Ritornando al mio quesito iniziale, a partire da questi esempi clinici vorrei provare a definire sinteticamente quali aspetti del mio essere danzatrice e della mia formazione artistica entrano in gioco e arricchiscono il processo terapeutico:

- ✓ l’aver mantenuto il contatto con la capacità di giocare, che è all’origine della creatività artistica, con il piacere di esprimersi e creare danzando, traendone un senso di vitalità e gioia;
- ✓ il possedere un vocabolario motorio espressivo ricco e variegato, il padroneggiare i diversi stili di movimento, e comprenderne il significato espressivo e simbolico;
- ✓ lo sviluppo del senso proprioaccettivo e cinestetico;
- ✓ la capacità, in quanto artista, di oscillare tra i due stili cognitivi: il processo primario, e il processo secondario;
- ✓ la capacità di immergersi e di emergere nel processo di creazione artistica, fondendosi con l’opera e successivamente prendendo distanza osservandola dall’esterno;
- ✓ la capacità di essere coreografo e danzatore contemporaneamente, testimone e partecipe del movimento nello stesso momento;

- ✓ il contatto vivo con il mondo delle immagini, dei simboli e degli archetipi, continua fonte di ispirazione e guida.

Concludo con un pensiero di Marion Milner.

Artista è colui che crea simboli per dare vita al sentimento, forma alle emozioni, per rendere conoscibile la vita interiore. [...] Con la sua opera l'artista fa partecipi gli altri delle proprie esperienze e ne conserva egli stesso traccia duratura, dopo che sono passati i momenti supremi della trasfigurazione, siano essi momenti di rabbia, odio, dolore, gioia, amore. Ciò che l'artista concettualizza in simboli non verbali è quindi l'esperienza stupefacente di come ci si sente ad essere vivi, dell'esperienza conosciuta nel proprio intimo.

**ROBERTA SORTI** - Psicologa e psicoterapeuta. Danza Movimento Terapeuta ATI APID. Diploma di Art Psychoterapist presso il Goldsmiths' College, London University. Training in dramma terapia presso l'Herdfordshire College di Londra. Docente e supervisore presso il programma di formazione in danza movimento terapia e presso l'Istituto di Psicoterapia espressiva di Art Therapy Italiana. Membro della Commissione Etica dell'APID. Consulente presso istituzioni pubbliche e private nell'ambito della Salute Mentale e della Disabilità. Docente all'interno di corsi d'aggiornamento per operatori socio-sanitari. Conduce inoltre la sua pratica professionale privatamente. È autrice di diverse pubblicazioni che riguardano l'applicazione della danza movimento terapia in ambito educativo, sociale, riabilitativo e clinico.

---

#### BIBLIOGRAFIA

- J. Adler, *Il corpo cosciente*, Astrolabio, Roma 2006.  
A. Alvarez, *Il compagno vivo*, Astrolabio, Roma 1993.  
S. Arieti, *Creatività: la sintesi magica*, Il Pensiero Scientifico, Roma 1979.  
M. Belfiore, R. Sorti, *Arte e danza terapia: nuovi strumenti per nuovi bisogni, dal modello anglosassone alla formazione di nuove professionalità all'interno dei servizi di salute mentale*, in *Psichiatria senza manicomi*, Clueb, Bologna 1991.  
L. Bentivoglio, *La Danza Contemporanea*, Longanesi, Milano 1985.  
A. Di Quirico, *Lasciar parlare il corpo*, Ed. Scientifiche Magi, Roma 2012.  
V. Gallese, P. Migone e M. N. Eagle, *La simulazione incarnata: i neuroni specchio, le basi neurofisiologiche dell'intersoggettività ed alcune implicazioni per la psicoanalisi*, in "Psicoterapia e Scienze Umane", XL, 3, 2006.

- S. Jennings, *Creative therapies*, Ed. Pitman, London 1975.
- J. Kestenberg, *Children and parents*, Jason Aronson, New York 1975.
- R. Laban, *L'arte del movimento*, Ephemeria Editrice, Macerata 1999.
- S. Langer, *Sentimento e forma*, Feltrinelli, Milano 1965, ed. or. 1953.
- M. Milner, *Le Mani del Dio Vivente*, Armando, Roma, 1974, ed. or. 1969.
- L. Parteli, *Forme estetiche e contenuti psichici, essere nel mondo di nuovo: dalla disintegrazione psicotica e tratti di isolamento autistico all'integrazione e relazionalità attraverso la Danza Movimento Terapia*, scritto non pubblicato, Roma 1994.
- L. Parteli, *Forme estetiche e contenuti psichici*, in *Almanacco di un decennio*, a cura di M. Belfiore, L. M. Colli, Art Therapy Italiana, Bologna 1992.
- A. Robbins, *Intervista a Anthony Robbins*, in *Tra il corpo e l'io. L'arte e la danza-movimento terapia ad orientamento psicodinamico*, a cura di M. Belfiore, L. M. Colli, Pitagora, Bologna 1998.
- A. Robbins, *Expressive therapies, a creative approach to depth oriented treatment*, Human Science Press, New York 1980.
- C. Sachs, *Storia della danza*, Il Saggiatore, Milano 1996.
- R. Sorti, *Danzaterapia: un contributo*, in *Le arti terapie in Italia*, Tecnostampa Trullo, Roma 1994.
- D. N. Stern, *Il mondo interpersonale del bambino*, Bollati Boringhieri, Torino 1998.
- T. Stromsted, *Re-inhabiting the female body: Authentic Movement as a gateway to transformation*, "The Arts in Psychotherapy", n. 28, 2001.