# Ad opera d'arte

**Arteterapia** Ciascuno possiede una propria dinamica di creazione che, attraverso l'espressione artistica, può diventare cammino verso la conoscenza di sé e dell'altro

**Maria Grazia Buletti**

L'arte è creatività e la creatività è movimento vitale: in ognuno, anche in coloro che si trovano in una situazione di disagio fisico, psicologico o sociale, permangono intatte delle zone capaci di entrare in una dinamica di creazione. Creare delle forme è una necessità atavica insita in ogni uomo e questa capacità espressiva ha una valenza terapeutica. Dunque: l'arte è vita che pulsa in ciascuno di noi. Risvegliandola e coltivandola, allontaniamo il fantasma della morte. Ma se possiamo riconoscere all'arte un così grande potenziale terapeutico, un dubbio sorge spontaneo: perché il pittore Vincent Van Gogh, che ha tanto dipinto per gran parte della sua vita, è morto suicida? Lo abbiamo chiesto a Roberta Pedrinis, laureata in Lettere e Filosofia, Discipline delle arti della musica e dello spettacolo, diplomatasi in arte terapia ad Arles, nel sud della Francia, proprio dove il pittore di origini olandesi trascorse gli ultimi anni della sua tormentata vita. Roberta è membro della Società internazionale di psicopatologia dell'espressione e di arte terapia (SIPE) e nel Canton Ticino tiene degli Ateliers di comunicazione e di espressione creativa dove esercita la sua professione di arte terapeuta. «Nella società odierna, dove tutto è organizzato in modo capillare, la creatività trova sempre meno spazio per esprimersi, mentre essa è assolutamente necessaria al buon equilibrio psicofisico dell'essere umano, in quanto innata». I Greci già coltivavano questa convinzione e nell'Europa di fine Ottocento alcuni psichiatri iniziarono a interessarsi alle produzioni spontanee dei malati di mente ricoverati negli «asili»: gli ospedali psichiatrici di quei tempi.

«Nel 1922, fu pubblicato il libro *L'arte dei folli* a opera di Hans Prinzhorn. Egli riconobbe la valenza terapeutica di questa capacità espressiva naturale dell'uomo ed ebbe l'intuizione geniale di parlare con i malati delle loro opere, anticipando così quella che in seguito si sarebbe sviluppata come arte terapia». Ma in concreto come si sviluppa oggi questo percorso? «Nel 1951 – spiega Pedrinis – lo psichiatra Donald W. Winnicott disse che è giocando e solo giocando che l'uomo può esprimere davvero se stesso. L'arte terapia è dunque una sorta di gioco creativo nel quale si riattiva la dimensione immaginativa che diventa funzione trasformativa: è dunque un metodo di cura e di sviluppo della persona». Per questo, l'arte terapia si rivolge a tutti coloro che desiderano confrontarsi con il proprio potenziale creativo: «Si spazia fra le problematiche specifiche come l'handicap fisico e psichico o patologie psichiche; ha valenza di prevenzione per individuare e prevenire disagi o patologie future e facilita la comunicazione all'interno di gruppi agendo sulle dinamiche interne».

Attività svolta in piccoli gruppi o individualmente, il percorso creativo si dipana attraverso l'uso di diversi materiali come matite colorate, tempere e pennelli, pastelli, argilla, gesso e altro ancora: «Ogni materiale può costituire un supporto per la cura, il rinnovamento, la ricostruzione, lo scambio e la crescita. Al ritmo dell'opera, immagini, desideri, sensazioni, emozioni, pensieri, conflitti, nodi esistenziali anche inconsci prendono forma e possono così venire elaborati e posti a distanza».

All'interno di uno spazio detto *transizionale*, che si pone al confine tra la realtà interna e quella esterna, il soggetto in creazione può dar forma a elementi del proprio mondo interiore e osservarli sotto una nuova luce, libero a questo punto di modificarli e di svilupparli. Nell'ambito di questo percorso «il terapeuta ha il compito di accompagnare la persona a riscoprire sempre più la propria autentica impronta soggettiva, via maestra verso la vera identità: si tratta di una persona professionalmente preparata negli ambiti artistico e psicologico, il cui compito è quello di facilitare l'espressione artistica di chi intraprende il percorso di arte terapia, offrendogli un adeguato sostegno psicologico».

Accompagnati dal professionista, si determinano dunque l'eventuale disagio che si vuole elaborare e superare e si stabiliscono degli obiettivi. Dopo questa prima fase, si entra nel processo terapeutico vero e proprio attivando le risorse personali di ciascuno. Una figura, quindi, fondamentale ai fini della terapia: «L'accoglienza incondizionata di cui deve disporre l'arte terapeuta permette di creare un ambiente facilitante in cui il paziente si può muovere nel processo espressivo che, non dimentichiamolo, possiede un aspetto liberatorio importante. Si riesce a dare forma a un disagio che può essere oggettivato, quindi allontanato».

Ma ritorniamo a Van Gogh che, malgrado dipingesse con fervore, non ha mai trovato sollievo. Nel 1889 scriveva al fratello Theo: «È molto probabile che abbia ancora tanto da soffrire (...) prendo tutti i giorni il rimedio che l'incomparabile Dickens prescriveva contro il suicidio. Consiste in un bicchiere di vino, un boccone di pane e di formaggio e una pipa di tabacco». Ciononostante morì suicida un anno dopo. Tutta quell'arte non fu in grado di curarlo… «Ricordiamo che Van Gogh nel suo prorompente uso del colore così incisivo e innovatore da marcare fortemente la storia dell'arte contemporanea, fu un uomo molto solo. E solo morì. Incompreso nella sua epoca come molti pionieri. L'arte terapia è per contro una creazione «accompagnata» dove centrale è il rapporto creatore – terapeuta e oggetto creato. L'arte terapeuta facilita la simbolizzazione, affinché colui che crea la propria storia diventi anche protagonista della propria vita».

**Link utili:**
www.adhikara.com/roberta-pedrinis

Azione 4.01.10