

ARTE E TERAPIA CON L'ARTE.

@SalvatoreJuccioIncarbone2024

Indice.

Riassunto.

Premessa.

Arte e terapia artistica.

Il processo.

Musica.

Cosa è più facile.

Precauzioni.

Sitografia.

Riassunto. *Si elencano alcune caratteristiche fondamentali delle Terapie con l'Arte. Cenni importanti pure sui metodi di modellazione con la creta e così anche sui metodi d'improvvisazione musicale, opportunamente suggerita dalla danza gruppale dei pazienti.*

Premessa.

Riassumendo: Arte è qualsiasi cosa fatta bene.

Artigiano – etimologicamente - è colui che lavora bene.

La terapia artistica dei malati mentali è essa stessa un'arte, se ben fatta; con riserbo, gentilezza, disponibilità.

Curare i malati mentali con l'aiuto di un'attività artistica è certamente cosa vantaggiosa, consigliabile, delicata, toccante.

Arte e terapia artistica.

L'arte non deve essere "somministrata" al paziente mentale; egli non deve essere posto passivamente di fronte all'opera d'arte né in ascolto di essa; né è di vantaggio commentare, inquadrare, storicizzare o giudicare l'opera.

Il paziente deve praticare l'arte egli stesso attivamente, per suo profitto, non importa se e quanto ne sia capace, anche se deve esserlo - in sia pur piccola misura.

Il paziente approfitta dell'arte se ne è attivo creatore, non passivo fruitore.

Il terapeuta aiuta il paziente lavorando anch'egli per dare un esempio (nel caso della modellazione con la creta) o aiuta attivamente come parte necessaria e competente (p. es. improvvisando con uno strumento su indizi del paziente).

Il processo.

Non è importante il risultato artistico ottenuto dal paziente; ciò che veramente importa è la sua attività nel fare, è il processo, non il risultato finale.

Si è osservato nei pazienti che essenziale è il processo, non il risultato; giacché agendo durante il processo, in realtà il paziente crea, agendo su sé stesso; durante il processo egli tende a creare e ricreare sé stesso.

Abbiamo effettivamente osservato che è terapeutico non il risultato del processo, bensì il processo mentre di svolge: infatti è durante il processo che il paziente agisce su sé stesso.

Solo apparentemente il paziente agisce su un elaborato osservabile dall'esterno.

Di solito, si giudica il risultato perché questo è più superficialmente osservabile, mentre invece ben più importante, ma difficile da osservare, è il processo che ha permesso di raggiungere quel risultato.

L'elaborare artisticamente – o qualunque altro tipo d'attività, purché eseguita assolutamente dal paziente o su sua indicazione – è uno specchio e modello del Sé del paziente. Egli vi si osserva, vi si modella e può migliorarsi soggettivamente, grazie ad esso.

Tutto ciò è stato sperimentato con attività di modellazione con la creta, importante perché implica il lavoro e l'impegno di entrambe le mani e quindi una più intima partecipazione del Sé al lavoro processualmente svolto.

Il risultato finale, p. es. una statuetta, è semplicemente un oggetto che testimonia un processo compiuto ma non è l'inafferrabile processo creativo vero e proprio. Il processo è inafferrabile perché si sviluppa nel tempo, come la musica che svanisce nell'aria.

Musica.

La musica, se semplicemente somministrata, può avere, a volte e al massimo, solo qualche effetto positivo sui pazienti mentali. Appare vano e illusorio domandarsi quale tipo di musica sia più adatto da offrire ad un certo tipo di paziente.

La musica ha un effetto maggiore, più decisivo se creata dal paziente stesso. Egli tuttavia, spesso non è musicista e non è quindi in grado d'improvvisarla. In questi casi può essere di grande aiuto avvalersi della danzaterapia (con un danzaterapista) e di un musicista improvvisatore il quale sia in grado d'improvvisare mediante rapporto interattivo con i danzatori (attraverso uno specchio). In esso, musicista e danzatori possono osservarsi a vicenda - il metodo è descritto in articoli di psicopoiesi.it: tramite lo specchio, i danzatori stessi suggeriscono il tipo di musica da improvvisare momento per momento. La musica non viene dunque imposta ma è corrispondente all'atmosfera danzante suggerita dai pazienti stessi.

Sinteticamente, l'efficacia del metodo risiede nel fatto che sono i danzatori a suggerire la musica all'improvvisatore il quale - osservandone il modo di danzare - accelera o rallenta, rafforza o smorza e insomma improvvisa come suggerito

da ciò che vede attraverso lo specchio. La musica non è più “sommministrata” né udita passivamente, bensì suggerita e come composta dai danzatori stessi. Sono loro che creano la musica.

Il metodo può essere personale o grupppale e ne è stata sperimentata l'efficacia persino su soggetti autistici.

Cosa è più facile.

Mentre tenevo un corso di aggiornamento per docenti elementari e medie, domandai quale fosse secondo loro l'arte più facile: il disegno o la modellazione con la creta?

Tutte risposero in coro: “il disegno!”.

Non fui sorpreso della risposta giacché ne avevo già ricevute di analoghe.

Mi avvicinai alla lavagna e, preso un gesso, cominciando a disegnare una casa, dissi: “quando volete rappresentare una casa con la creta, la modellate come la pensate; fate le mura, il tetto e tutto il resto, magari insieme ad una base d'appoggio – come un piccolo prato... naturalmente nei casi più semplici le pareti saranno rettangolari. Se invece volete disegnarla, dove ci sono pareti rettangolari dovrete disegnare trapezi o quadrilateri irregolari, magari oblungi, con lati convergenti – ovvero divergenti, come dire “linee storte” per farle sembrare tutte “dritte! Ecco, così”. E disegnando la casa, continuai. Le linee che nella vostra immaginazione sono parallele, dovranno essere “non parallele” nel disegno allo scopo di farle sembrare... davvero parallele! Al contrario nella modellazione non dovete distorcere nulla; ciò che è parallelo resta parallelo; dunque sembra evidente che la modellazione sia non più difficile, bensì parecchio più facile e agevole del disegno!”

Finii di disegnare la casa mentre le maestre la guardavano come se ne vedessero una per la prima volta, ammutolite per la sorpresa...

Precauzioni.

La terapia con la modellazione in creta è ben più facile e agevole della terapia con il disegno o con la pittura!

Occorre invece fare attenzione al processo di asciugatura del modello in creta: per evitare che si producano crepe e rotture – che avrebbero un tragico significato di rottura e sconfitta per il Sé.

Bisogna evitare supporti rigidi senza precauzioni come p. es. legno, ferro o vetro, ma questo – e altre regole pratiche, semplici ma essenziali - sono descritte nell'articolo “Didattica rapida della scultura in creta” nel sito psicopoiesi.it.

Sitografia.

Nel sito **psicopoiesi.it**:

Arte e terapia con l'arte.

Atelier di musica terapia.

Atelier interattivo. Canovacci musicali.

Atelier. Velocità diverse di variazioni su basso insistente.

Didattica rapida della scultura in creta.

Il metodo interattivo di musica terapia.

Il nuovo metodo della scultura rotante e un metodo arteterapeutico della pratica clinica usuale.

La cura del sofferente. Le terapie del bello.

Osservazioni psicologiche e cliniche in atelier d'arte. Il metodo della scultura rotante.

Principi generali e filosofici di creatività. Musicoterapia. Arti terapie. Parte prima.

Psicopoiesi filosofica e fisica. Momenti del Sé. Sé creante e Sé creato.

Psicoterapia artistica e suo valore inestimabile.