

COSA È LA PSICOPOIESI - DOMANDE E RISPOSTE

INDICE DELLE DOMANDE

Cos'è la Psicopoiesi.

Dove la Psicopoiesi trae la sua origine.

Come la Psicopoiesi interviene sul disagio.

Quali le principali regole d'intervento psicopoietico?

Ci sono categorie di persone che traggono maggiore giovamento dall'arte?

1. Cos'è la Psicopoiesi.

Psicologia della Creatività e della Relazione, Metodologia scientifica e tecnologica. La Psicopoiesi è una *Psicologia* nuova basata sulla Creatività. Aspira ad essere una Psicologia rigorosamente scientifica, al pari delle scienze fisiche, mediante una metodologia tecnologica specifica, detta Psiconica.

Come la Fisica si avvale della Matematica, così la Psicopoiesi si avvale della Psiconica che - mediante la progettazione di macchine adatte - è non solo il laboratorio sperimentale del comportamento ma anche lo strumento di previsione e verifica del funzionamento creativo mentale che - per il tramite della macchina - diventa verificabile, osservabile e prevedibile.

La Psicopoiesi ci sembra l'unica teoria psicologica che, con i suoi sviluppi, spiega la natura arcaica della musica e perché piace, illuminandone il misterioso fascino, finora rimasto inspiegabile. Analogamente trova giusta l'attrazione verso le figure simmetriche, valorizza le "illusioni" - p. e. visive - che chiama "allusioni", riesce a fare previsioni sul funzionamento mentale, p. e. realizzando progetti di Percezione Artificiale, studi di Psicolinguistica applicata e applicazioni alle Terapie d'Arte. La teoria psicopoietica riesce a formulare ipotesi sulla Babele delle lingue e quindi sui criteri d'uso o non uso del linguaggio durante la terapia, portandolo al minimo indispensabile richiesto ...

2. Dove la Psicopoiesi trae la sua origine.

Arti, Invenzioni e Terapie. L'origine della Psicopoiesi inizialmente fu nell'interesse dell'autore per le Arti, le Invenzioni e per i suoi progetti di Macchine che imitano il comportamento umano con implicazioni apparentemente avveniristiche o fantascientifiche per la società relativamente all'economia, alla politica e ai costumi sociali.

Per l'origine e lo sviluppo, altrettanto importanti e decisivi sono stati osservazioni e successi terapeutici con i malati mentali gravi in atelier d'arte in ambiente ospedaliero.

3. Come la Psicopoiesi interviene sul disagio.

Produzione d'Arte, non il Prodotto artistico. La Psicopoiesi interviene sul disagio in maniera morbida, naturale, interattiva con aiuto blandamente didattico, proponendo un'attività artistica (in una qualsiasi delle arti; pittura, scultura, musica, danza, fabulazione attiva, ...). A questo scopo prepara continuamente alcune "Didattiche Rapide" per il vantaggio di disagiati e psicoterapeuti.

L'intervento naturale, quasi un non-intervento, avvantaggia il momento della produzione rispetto al prodotto finito che non giudica e non usa, se non come ricordo di un'attività svolta, questa ultima ben più importante.

Una bimba, vedendo l'adulto dipingere, disegnare e appendere i relativi quadri, appendeva anche lei ai muri di casa, con un adesivo, tutti i fogli sui quali aveva con gusto scarabocchiato. Una volta ne fece uno a matita, poi lo cancellò accuratamente e completamente e andò ad appendere il foglio di carta ormai "bianco"! Quale migliore dimostrazione? Non il prodotto finito interessava, ma la produzione!

Il *presupposto teorico*: un *miglioramento non può essere imposto*. Deve essere *autentico, spontaneo, sviluppato dal soggetto stesso* in maniera creativa, personale, con forze e significato propri, senza scopi estranei. Il terapeuta può solo favorire le condizioni più adatte all'applicazione. Per la persona in terapia, si suppone che ciò che conta sia l'attività creativa - implicitamente creativa di se stesso - non il risultato finale che è statico, fisso (arti figurative) o svanente (danza, musica). Il prodotto - una volta finito - non impegna più, altrettanto attivamente, il soggetto.

La produzione artistica attiva, per essere tale, deve essere libera da scopi estranei, persino libera dalla preoccupazione del risultato finale. Non un capolavoro, bensì l'*attività nel suo farsi* è il vero scopo e mezzo con cui il Sé può autenticamente migliorarsi. Il Sé si ricrea necessariamente con attività interne - cui l'attività esteriore fa quasi da specchio. Il Sé è, per natura, creativo: ne abbiamo prova nel sogno ma qualsiasi atto o pensiero è considerato creativo.

Ripetute osservazioni in atelier su diversi tipi di disagio, confermano che la produzione artistica attiva equivale alla produzione attiva di un nuovo Sé o alla soluzione di un suo problema. In alcuni casi il Sé riesce così a ottenere qualche miglioramento definitivo per le proprie condizioni di malessere.

La Psicopoiesi ci sembra unica nel fornire una spiegazione sintetica, coesa e consequenziale sulla natura della gioia e del piacere estetico e sulla validità delle arti nel trattamento del disagio mentale, fornendo così indicazioni e criteri significativi sui modi della terapia.

I successi terapeutici ottenuti hanno originato e consolidato anche alcuni principi d'intervento sul disagio alimentando considerazioni e *regole pratiche* il cui *intento funzionale* è facilitare la *rimodellazione del Sé* che vuole, normalmente sempre, migliorarsi *ma ragionevolmente, senza un obbligo d'aspirare accanitamente alla perfezione*.

Chi lavora è lui, il disagiato. Chi promuove le scelte e mostra tecnicamente come si fa, è il terapeuta.

Quando il soggetto non può lavorare, il terapeuta lavora per lui, a ogni passo, sulle di lui richieste e istruzioni precise.

Il terapeuta non si atteggia a "maestro", ma mostrando come realizzare la scelta preferita di volta in volta, non fa che aiutare la manipolazione del Sé attraverso la manipolazione del modello, attuata beninteso dal soggetto che attraverso l'attività personale, attiva meccanismi interiori.

L'intervento tende a cogliere il funzionamento mentale qui e ora, momento per momento. E' sempre gentile, morbido e proponente le scelte, attento, neutro e comprensivo, non valutativo, interattivo e produttivo, scevro da classificazioni etichetta che sono statiche e non dicono alcunché del funzionamento che si sviluppa nel tempo internamente.

L'intervento deve essere cauto, organizzato d'accordo col disagiato. In alcuni casi (p. e. depressione) può accettare di presenziare in gruppo ma non di prendere parte attiva alla creazione terapeutica; assiste ma rifiuta d'impegnarsi attivamente. Un'ipotesi è che si siano verificate esperienze precedenti di negazione del Sé; nel supremo sforzo d'affermarsi - persino come soggetto negato - questo Sé può tendere paradossalmente a una negazione estrema (suicidio) come mezzo d'affermazione d'Essere ("Io sono il no e il no sia!"). In continuo bisogno di aiuti e di attenzione, può chiedere un ritratto e il terapeuta dovrebbe saperlo fare, magari abbozzato (è sempre un dedicare attenzione! E il disegno non è più difficile della matematica!), ottenendo così un insperato successo - un sorriso!

4. Quali le principali regole d'intervento psicopoietico?

Offrire scelte di un modello d'arte, proseguendo per associazioni. Difficile dare un breve elenco di regole e comprenderle senza frequentare un corso adatto né conoscere la teoria sufficientemente. Le regole d'intervento si possono suddividere in due gruppi: quelle più generali (come l'atteggiamento proponente le scelte, non invasivo della creatività dell'altro) e quelle più particolari, quasi usuali, di comportamento, tutte conseguenti alla teoria psicopoietica.

Teorie di riferimento: "Momenti del Sé", "Sé Creante e Sé Creato", "Trasmodamento", "Modellazione", "Estetica", "Pensiero Pensante e Pensiero Pensato" "Didattiche Rapide", "Madre - Bambino", "Emozioni fondamentali" ...

Le regole - tendendo all'*immedesimazione con l'altro* quasi ad offrire uno *specchio* - raccomandano un intervento gentile, con attenzione non scrutante e persino un ascolto discreto del suo respiro (in ritmo, profondità, volume, intensità, regolarità), l'abbandono delle proprie preoccupazioni personali, l'esempio didattico non invasivo, l'atteggiamento sempre bonario, paziente, positivo ... Il soggetto può specchiarsi nel modello ma, a volte, lo potrebbe anche nel terapeuta.

Sono richieste capacità artistiche almeno in un'arte specifica, mezzo prezioso in terapia come il calcolo in ingegneria.

5. Ci sono categorie di persone che traggono maggiore giovamento dall'arte?

A maggiore creatività, maggiore giovamento. Riteniamo che le persone siano sensibili all'arte nella misura in cui riescono a "vedervi" - ovvero a *crearvi - un modello di se stessi o in relazione a un proprio problema* - in conseguenza di capacità e condizioni *somatiche* (salute, assenza di menomazioni, p. e. sordità), *cognitive* (intuito, memoria) ed *emotive* (storia, configurazione personale.)

Si sa che l'arte è comunemente considerata tanto più "universale" quanto più riesce a *coinvolgere* le persone.

Il giovamento d'arte è tuttavia più probabile e significativo quando è il soggetto stesso che si fa *artefice della propria produzione artistica, dalla scelta del tema al suo svolgimento*. L'*arte vissuta passivamente* (p. e. audizione, l'assistere seduti a uno spettacolo ...), può *non* dare esito apprezzabile riguardo al tentativo di creare un nuovo Sé.

Se Arte implica Creazione, allora non è necessariamente Capolavoro, può essere anche un semplice Scarabocchiare (disegnato, dipinto, modellato, danzato, suonato ...). A maggiore spontanea creatività, maggiore attribuzione di significato, maggiore giovamento.

Vediamo così che un bambino - come l'adulto soprapensiero - si appassiona al proprio *scarabocchio* mentre può restare abbastanza indifferente di fronte ad un famoso capolavoro semplicemente perché *dà alla propria opera un significato* che all'opera altrui *non è in grado di attribuire*, almeno nelle condizioni del momento.

Si sa, infatti, che un bambino che scarabocchia lo fa di solito "con gusto". Attivo, è più interessato al momento della *produzione creativa* piuttosto che al *risultato finale ottenuto che, finito, è ormai inerte*. Invece guarda distrattamente perché passivo, il capolavoro di un grande artista.

Nessuno direbbe che sia poco sensibile all'arte ma riconoscerebbe invece che è interessato al momento della *produzione attiva* perché *crea* qualcosa di profondo significato per lui in quel momento traendone benefico giovamento al proprio sviluppo.

E' quindi verosimile che un individuo appaia tanto più sensibile all'arte quanto più possa attribuirle un significato per il proprio Sé. La maniera migliore per aumentare la sua (apparente) sensibilità a un'arte è dunque metterlo in condizioni di produrla in ambiente libero da scopi estranei (ideologici, commerciali, pensieri di grandezza o di altra natura).

Riaffermiamo che è il *processo di produzione* a essere creativo. Tende a "ri-creare" il Sé ma deve sgorgare dal profondo, apparentemente senza uno scopo preciso, autenticamente. Esemplicando: battere personalmente un tamburo è più determinante - più pregno di "significato" - che ascoltarlo battuto da altri. E' il soggetto che sa, meglio di ogni altro, "come, quando e perché" battere" per ri-creare se stesso.

Non si esclude con ciò che l'arte passiva possa essere utile. Il semplice percepire (p. es. ascoltando una musica) implica comunque un'attività e un impegno creativo (si collegano i motivi, si paragonano i suoni, si anticipa l'andamento, si ricordano i temi e col respiro si va in estasi). L'impegno è comunque molto minore dell'attività svolta nel caso di arte attivamente perseguita, quindi è questa - che richiede di più l'impronta creativa del Sé - la maggiormente giovevole.



In un caso di depressione finalmente un sorriso.