

PSICOTERAPIA ARTISTICA E SUO VALORE INESTIMABILE.

S. Incarbone

Si considera che la psicoterapia artistica abbia effettivo valore massimamente quando è libera e creativa. Il terapeuta pertanto si pone al servizio del paziente. Propone un'attività artistica in cui egli stesso abbia capacità, sensibilità, ideazione.

Il terapeuta non esprime giudizi sul lavoro eseguito dal paziente; se si tratta di arte figurativa, può proporre la scelta di raffigurare un oggetto, un vegetale, un animale o una persona. Spesso il paziente sceglie "una persona" e allora il terapeuta domanda se è uomo o donna, giovane o vecchio, cosa sta facendo in quel momento secondo il paziente stesso e così via.

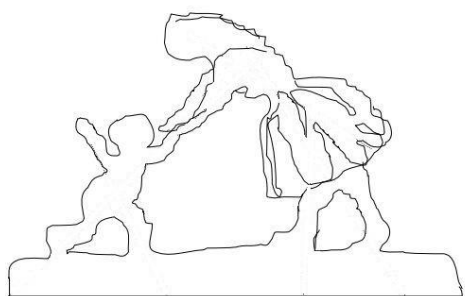
Se si tratta di arte musicale, il terapeuta può lavorare in coppia con uno o una danzaterapista che provvederà a realizzare alcune semplici movenze musica come alzare le braccia verso il cielo, inchinarsi, ruotare, compiere uno o più passi in varie direzioni e così via.

La danzaterapia può essere realizzata anche in gruppo con i pazienti in circolo tenendo presente che ogni gesto può essere problematico; infatti il tenersi per mano può essere una conquista se per qualcuno dei presenti è un gesto problematico e tende a evitare il contatto.

In ogni caso la musica non deve essere imposta, cioè non deve essere registrata né confezionata.

Deve essere invece adattata momento per momento alla situazione, cioè all'umore appariscente medio del gruppo danzante; occorre quindi la presenza di un musicista – possibilmente pianista improvvisatore - meglio se impersonato dal terapeuta stesso.

Egli si adeguerà al ritmo, al tono e all'umore dei danzanti con l'aiuto indispensabile di uno specchio (si vedano gli articoli "Atelier di musicoterapia" e "Atelier e metodo interattivo di musica terapia").



A



B

Fig. 1. A: "Incontri", bozzetto in creta dell'incontro di una donna con un bambino, forse il figlio. **B:** Atelier di musicoterapia interattiva con specchio.

In quest'ottica, è auspicabile che in futuro il terapeuta dovrà essere preparato e competente in almeno una materia artistica ed in generale nell'arte, così come il fisico, il chimico e l'economista devono essere preparati e competenti in matematica, capaci cioè di farne uso per i propri scopi.

In base alla teoria dei Momenti del Sé, l'arte ha un valore inestimabile per la terapia per i pazienti e i sofferenti psichici (Psicopoiesi filosofica e fisica - Momenti del sé - Sé create e Sé creato).

In generale ciò che conta non è il risultato finale dell'attività artistica terapeutica ma il processo. Il paziente costruendo il prodotto artistico, in realtà *costruisce sé stesso*.

Una prova appariscente di ciò si ha nell'estasi terapeutica nella quale il paziente sembra come abbacinato da una visione luminosa che gli appare come riflessa da uno specchio - che quasi misteriosamente eppure chiaramente - gli mostra un nuovo Sé stesso.

L'arte ha un valore inestimabile in terapia giacché si rivolge più direttamente e in prevalenza all'emisfero destro del cervello del paziente, emisfero che è più emotivo dell'emisfero sinistro.

L'uso della parola coinvolgerebbe di più le facoltà logiche e linguistiche tipiche dell'emisfero sinistro mentre invece i disturbi psichici sono molto legati alle emozioni che trovano maggior campo nell'emisfero destro.

Idealmente è bene evitare l'uso della comunicazione sinistra mentre è decisamente meglio privilegiare invece le capacità dell'emisfero destro che si suppone maggiormente implicato e coinvolto nelle turbe e nei disturbi di natura psichica.