

9-10/2002

DIDATTICA

UNA SCUOLA DI ARTI TERAPIE

.....
Vezio Ruggieri

Sesso ci si interroga sulla validità se non addirittura sulla legittimità dell'arte terapia che ha acquistato nella pratica riabilitativa in numerosi paesi, spazio ed applicazioni sempre maggiori.

Lo scetticismo e talvolta la dichiarata avversione, derivano dalla sensazione che, trattamenti condotti attraverso esperienze d'arte (nelle diverse forme), non poggino su solide basi scientifiche ma siano affidati quasi esclusivamente all'estro ed alla eventuale creatività del terapeuta.

"Scientifico" è, nel senso comune, nelle grandi linee, sinonimo di controllabile di immediatamente verificabile, una dimensione in cui i rapporti di causa ed effetto sono strettamente legati ed immediatamente evidenziati.

La scienza, sempre secondo il senso comune, è contrapposta all'arte che per sua natura è creativa ed imprevedibile.

Inoltre l'arte emerge dall'interazione di numerose variabili molte delle quali sconosciute dall'artista stesso.

Non sempre egli è in grado di rispondere alla domanda (che suona comunque un po' ingenua) "Perché ha dipinto così? Perché ha dipinto questo?".

Secondo noi il quesito della scientificità dell'arte terapia è posto in modo completamente scorretto. Incidentalmente ricordiamo che un evento non è scientifico di per sé, ma lo diventa se è analizzato secondo categorie descrittive, proprie della ricerca scientifica.

Per esempio, non c'è nulla di scientifico in un "mela", ma essa è divenuta oggetto di importante riflessione scientifica quando Newton, la colloca in una cornice concettuale che è in grado di individuare nuovi rapporti tra eventi e possibilmente di misurarli. Non è dunque nella mela la scientificità ma nella descrizione newtoniana del processo che è alla base dell'attrazione tra mela e terra (che ha portato alla formulazione della ben nota legge di gravità).

Non è quindi l'arte terapia che è scientifica o meno, ma essa diventa evento scientificamente analizzabile se è collocato nelle categorie concettuali che possono descrivere il processo *arterapeutico* stesso.

Prima di affrontare questo tema è opportuno fare alcune puntualizzazioni.

Innanzitutto cerchiamo di capire quali sono gli ostacoli intellettuali che possono impedire in ambito scientifico di cogliere le possibili relazioni tra processi artistici e processi riabilitativi.

Il primo ostacolo è rappresentato dalla scissione mente corpo che è dovuta, oltre che a numerosi fattori di natura antropologico-culturale (su cui non ci soffermiamo in questo contesto), al modo con cui la ricerca scientifica studia l'essere umano.

Quindi per comprendere il funzionamento dell'umano è indispensabile un recupero della conoscenza dei meccanismi che unificano i piani così detti fisiologici con quelli psicologici.

Parliamo di articolata conoscenza psicofisiologica e non di una retorica (ed ormai insopportabile) petizione di principio sull'unità mente corpo.

Il metodo cartesiano cui noi pienamente aderiamo, presuppone ai fini della conoscenza, due fasi: una di analisi, caratterizzata dalla scomposizione dell'oggetto di studio, ed una di sintesi.

Ora nello studio dell'essere umano la fase di analisi, cioè di scomposizione dell'oggetto è ancora in atto.

Essa però deve essere considerata temporanea; non solo non deve ostacolare la successiva fase di sintesi ma costituire il presupposto.

Paradossalmente a noi sembra invece che essa sia divenuta una sorte di vincolo limitante.

La fase di analisi separa i processi così detti psichici da quelli fisiologici (la mente da corpo) e nell'ambito dei processi fisiologici analizza separatamente l'attività di singoli organi, apparati e sistemi.

Solo recentemente si incomincia a studiare l'interazione tra sistemi (per esempio sistema circolatorio e sistema immunitario etc.).

Per uno studio scientifico dei meccanismi dei processi artistici ed espressivi è indispensabile un esame approfondito proprio dell'interazione mente-corpo.

L'arte infatti è per sua natura sensoriale, cioè corporea.

Che sarebbe infatti l'esperienza musicale senza la decodificazione dei suoni, la modulazione delle "sensazione acustiche", che sono alla base di un complesso linguaggio proprio della musica? O la pittura senza i pigmenti ed i colori? O l'architettura senza i palazzi, o l'organizzazione dello spazio?

In questo universo la scissione tra fisico e psichico è impossibile!

E' come se si volesse chiedere se "una carezza", debba essere considerata un fenomeno fisico o psichico!

Un secondo ostacolo ad una corretta comprensione del processo arte-terapeutico, strettamente legato al primo, è la settorializzazione delle aree di intervento riabilitativo o per es. motorio, respiratorio, psichiatrico....

Tra gli altri uno dei limiti di tale settorializzazione, per altro in molti casi estremamente utile, è la *psichiatrizzazione della psicologia*.

Non solo perché si favorisce una rigida dicotomizzazione tra "sano" e malato, normale e patologico, ma perché si rischia di non cogliere l'utilità, nella prassi riabilitativa di processi psicologici presenti in tutti gli umani, che potrebbero svolgere un ruolo fondamentale nella direzione del cambiamento.

Per esempio, il contatto interpersonale è un processo psicofisiologico fondamentale, che non appartiene, per così dire, all'area psichiatrica (semmai la psichiatria sottolinea in alcune sindromi l'*assenza* di contatto) ma a quella psicologica.

Sembra una questione di dettagli ma in realtà si tratta di differenti modalità di approccio. Non basta classificare in negativo un comportamento (es. assenza di contatto) ma è necessario studiare i meccanismi psicofisici che ne costituiscono la struttura portante, individuarne le dinamiche interne e relazionali (entrambe dinamiche psicofisiche). Questo studio propedeutico è necessario per gestire consapevolmente l'esperienza di contatto in un trattamento terapeutico e riabilitativo, scoprendo forse la sua fondamentale ed insostituibile funzione. Inoltre, la rigida ottica psichiatrica non sempre è in grado di cogliere

a Milano
la rivista
ARTI TERAPIE
è in vendita presso la
libreria
ALEPH
Piazzale Lima - Stazione MM1
Telefono 02/29526546

tutte le forme di malessere psicologico. Esistono, per esempio, delle sofferenze psicologiche anche molto intense e profonde che non assumono la forma e la fenomenologia di una patologia psichiatrica.

Per esempio, una separazione da un partner non sempre dà luogo ad un quadro di depressione reattiva, nel senso psichiatrico del termine. E' possibile che l'evento non produce, infatti, alterazioni nei comportamenti abituali del soggetto, ma può provocare una sofferenza psicologica profonda assolutamente vera ed autentica che il soggetto è però in grado di gestire. Tale capacità del soggetto dipende, essenzialmente, dalle sue "risorse" psicologiche in ultima analisi dalla struttura del suo Io.

Pertanto l'attenzione si sposta sull'analisi della struttura dell'Io, dei suoi meccanismi costitutivi, sulla loro relazione con i processi cognitivi ed immaginativi, con gli stili relazionali, con la gestione delle emozioni e dei comportamenti istintivi, e, finalmente, con l'espansione psicosociale e la creatività.

In altri termini, le funzioni psicologiche citate (per es. le emozioni, processi cognitivi, etc.) non devono essere più esaminate separatamente, o soltanto nelle loro reciproche relazioni, ma in rapporto alla struttura dell'Io come rami di un unico tronco. Quindi ripetiamo, noi riteniamo premessa insostituibile, per l'analisi di un singolo processo psicologico quale la creatività, partire da una chiara visione unitaria dell'Io e di tutte le sue articolazioni funzionali. E poiché, come abbiamo detto, l'arte è per sua natura sensoriale e quindi corporea, la struttura unitaria dell'Io non può non avere profonde radici nell'organizzazione dell'universo sensorial-corporeo.

Ricapitolando, dunque, lo studio della creatività non può prescindere dall'analisi dei meccanismi strutturali dell'Io, partendo dall'esame dei processi corporei più elementari (organizzazione funzionale), per poter comprendere come da questi si passi, poi, allo sviluppo delle, altrettanto corporee, manifestazioni espressive.

Per inquadrare meglio la psicofisiologia dell'Io e la sua struttura, diremo che essa si

compone di "livelli funzionali" di crescente complessità che hanno alla base un'attività fisiologica cosiddetta elementare (per es. l'attività riflessa, la percezione, etc.) che, entrando a far parte di contesti funzionali più complessi danno luogo a processi psicologici integrati.

Per esempio il cuore costituisce un'attività di base fondamentale per la sopravvivenza dell'individuo, l'attività stessa del cuore può collocarsi con le sue variazioni funzionali (frequenza etc.), nel quadro-contesto proprio dell'emozione.

L'Io dunque si compone di tali livelli funzionali che costituiscono la sua struttura. Ecco dunque la radice psicofisica della potenzialità espressiva dell'Io, la base costitutiva della sua creatività, della sua capacità di dare forma all'esperienza attraverso i diversi linguaggi.

L'arte è, in sostanza, un uso particolare di linguaggi in cui l'organizzazione dell'esperienza sensoriale si carica di profondi contenuti interni. In tale processo ha un ruolo, ovviamente anche il meccanismo della proiezione. A questo punto ci chiediamo: che rapporto ha l'arte ha con l'Io (struttura-processo psicofisica integrata)? Per rispondere a questo quesito è opportuno ricordare che la nostra modellistica psicofisiologica inquadra in modo diverso il concetto formulato in ambito psicodinamico (che è entrato a far parte della cultura psicologica corrente) di scissione dell'Io. La nostra concezione inquadra l'Io come un'unità composta di diverse subidentità che possono armonicamente collegarsi funzionalmente con quelle che chiamiamo l'identità nucleare ed essere quindi collegate tra loro, oppure presentarsi come sconnesse ed indipendenti.

Identità nucleare e subidentità sono tra loro in rapporto come un tronco con i suoi rami. L'insieme costituisce l'Io. Per noi dunque le scissioni dell'Io sono scissioni tra subidentità con l'identità nucleare. Ma è indispensabile l'analisi di come si organizza sul piano psicofisiologico, ogni subidentità e come si raccorda con quella nucleare.

Ogni subidentità presuppone una componente cerebrale che produce un'autorap-

presentazione. L'autorappresentazione è in sostanza un processo immaginativo stabile che si costruisce sulla base del complesso delle esperienze proprie del soggetto. L'identità è data dalla corrispondenza tra autorappresentazione ed esperienza che mira a confermare l'esperienza stessa.

La principale esperienza è quella corporea, l'autorappresentazione è, dunque, innanzitutto, l'organizzazione unificata dell'esperienza corporea cui si dà il nome di immagine corporea.

L'identità, dunque, è un processo circolare tra centro, produttore dell'immaginazione e periferia corporea che fornisce informazioni che sono alla base della costruzione dell'autorappresentazione medesima.

Quindi ogni subidentità è contemporaneamente immaginativa (autorappresentazione) e quindi psicofisiologica, e periferica cioè esperienzial-corporea.

Per quanto riguarda la periferia del corpo, per il nostro discorso, è particolarmente importante il sistema muscolare. I muscoli sono, infatti, fondamentali per produrre movimenti, mantenere l'equilibrio posturale, ma la loro funzione va ben oltre una semplice azione meccanica; i muscoli producono gesti ed espressioni emozionali a significato relazionale, che si "caricano" di significati psicologici.

In questo contesto espressivo noi diamo ampio rilievo a quel complesso processo di coordinazione muscolare che genera "atteggiamenti posturali" che esprimono, per lo più inconsapevolmente, il/i modi di essere al mondo.

Di estremo interesse è il fatto che diverse funzioni del sistema muscolare sono affidate, talvolta, agli stessi gruppi di muscoli. Tale apparente paradosso è ben superabile se si pensa alla regolazione operata dal sistema nervoso centrale sia sottocorticale che corticale: in quest'ultima struttura encefalica (per es. area parietale) si dovrebbero coordinare tutti i livelli funzionali che impegnano i muscoli.

La coordinazione attiva è strettamente legata (o il diretto prodotto) all'autorappresentazione immaginativa. Pertanto noi soste-



niamo che gli atteggiamenti postural-corporei sono "rappresentazioni periferiche" delle rappresentazioni del corpo (immagine corporea elaborata corticalmente).

Questo discorso è valido anche per ogni subidentità.

Le scissioni dell'Io non sarebbero dunque come si pensa e si dice nella cultura psicologica corrente, scissioni tra la mente e il corpo, ma tra assi verticali che interessano la corteccia cerebrale (sede dell'immaginazione) e la periferia del corpo. In altri termini, le scissioni sono tra diverse strutture fisiologiche del corpo. In altri termini le scissioni sono tra diverse strutture fisiologiche del corpo: le scissioni sono scissioni corpo-corpo. Un secondo punto consiste nel comprendere come avviene l'integrazione tra le subidentità. Ovviamente essa non può non verificarsi contemporaneamente che a livello cerebrale dove l'immagine corporea nucleare si connette con altre auto immagini (ruoli, rispecchiamenti, etc) ed a livello periferico dove il rapporto all'*autorappresentazione* il soggetto organizza la sua espressività posturale. Ciò, perché ogni autorappresentazione per la circolarità del modello presuppone un corrispondente atteggiamento posturale.

Se è facile comprendere come l'auto-rappresentazione possa allargarsi a livello neurologico cerebrale, molto più complesso è riuscire a capire come si coordinano tra di loro, in modo unitario ed armonico, i diversi atteggiamenti espressivi che possono utilizzare l'apparato muscolare in modo anche opposto. Non c'è qui spazio sufficiente per affrontare questa complessa tematica e pertanto rimandiamo il lettore al volume "Identità in psicologia e teatro" (Edizioni Magi, Roma, 2002). Il punto è quello di ottenere attraverso un'adeguata coordinazione degli atteggiamenti posturali una stabilità e flessibilità dell'Io anche sul piano fisico in concrete coordinate spazio-temporali.

L'Io richiede, per un buon funzionamento, un'adeguata "tessitura" che si realizza a livello immaginativo e corporeo. In tal modo il corpo non è più un'inerte struttura ma si psicologizza divenendo manifestazione di coordinate intenzioni espressive.

In questo lavoro di coordinamento corporeo-esperienziale l'Io acquista unità, stabilità e flessibilità. Ecco dunque che l'esperienza dell'arte interviene 1) sia a livello immaginativo che 2) strettamente corporeo, a stabilire connessioni *tra le parti*. L'esperienza dell'arte consente di articolare un lavoro puntuale che investe i diversi livelli funzionali dell'Io attraverso un lavoro che costituisce una sorta di *metafora* che unisce sul piano concreto livelli immaginativi e livelli corporei delle forme delle sintesi sensoriali e della modulazione delle emozioni.

La connessione tra piani immaginativi, cognitivi e corporei è prodotta dai diversi linguaggi dell'arte *che passano attraverso* un lavoro che ha come denominatore comune l'intervento sugli atteggiamenti posturali, portatori espressivi delle subidentità dell'Io.

Il lavoro su alcune forme di scissione diventa in qualche modo accessibile.

Questa tessitura psicofisica è il logico sviluppo di una profonda azione di base che l'arte ha sullo sviluppo e la crescita dell'Io. Esperienza d'arte è un'ampliamento profondo di quei processi propri della fase sensorimotoria descritta da Piaget.

Pertanto, indipendentemente dalla fase di sviluppo, l'arte serve ad arricchire esperienzialmente la struttura dell'Io ed è particolarmente efficace per stimolare le potenzialità espressive di un Io povero che devono essere coordinate all'interno della struttura stessa.

Pertanto i processi di trasformazione resi possibili dall'arte, passano attraverso *trasformazioni dell'Io* che se guardate attraverso la nostra lente psicofisiologica possono essere descritte momento per momento durante il loro percorso e rientrare nel capitolo delle analisi puntuali delle dinamiche funzionali (psicofisiologiche) dell'Io.

Tutte le esperienze che noi suggeriamo con le loro specificità di linguaggio si collocano in questa cornice operativa e poggiano sulla base psicofisiologica mirante al recupero della stabilità, flessibilità e coordinazione degli atteggiamenti posturali.

Il fulcro è nel legare gestualità, espressività, immaginazione, emozioni, attraverso esperienza di pittura, danza, musica (nella

forma della decodificazione attiva e della produzione diretta), attività teatrale in cui il legame tra espressività corporea (per esempio parola-suono-respiro-postura che genera gesti) e trame psicologiche (di testi già scritti o di suggestioni proprie dell'improvvisazione) *deve trovare una coerente consistenza psicofisica*.

In quest'ottica si pone anche, per esempio, un lavoro manuale come quello della tessitura, in cui i gesti (che imparano ad intrecciare i fili) costituiscono a loro volta la base cognitivo-operativa per apprendere ad intrecciare, in modo automatico, azioni dell'Io con la sua struttura di base.

Il lavoro arteterapeutico presuppone, o meglio non può essere indipendente da un lavoro sul "contatto interpersonale", che anima tutte le esperienze effettuate con i diversi linguaggi.

Il lavoro stesso sul contatto (che è psicofisico e presenta diverse forme, livelli e stili individuali) è nella sua forma nucleare un lavoro arteterapeutico per eccellenza. Esso, insieme al lavoro sull'integrazione psicofisica dell'Io, attraverso esperienze postural-spaziali e della gestione del peso, contribuisce a formare le coordinate esistenziali in cui il soggetto scopre o riscopre in forma nuova il suo *diritto di essere al mondo, di occupare uno spazio concreto in cui gesti espressivi, collegati all'auto-rappresentazione ed all'universo immaginativo, acquistano la forma visibile della produzione dell'arte ed animano in modo nuovo e personale la dimensione interpersonale e sociale*.

L'arteterapia ha una funzione preparatoria nella costruzione delle interazioni ed è un frammento di quel grande processo di socializzazione che non può che avvenire nell'ambito delle più ampie coordinate sociali.

In un prossimo lavoro esporremo più dettagliatamente il ruolo e le forme delle singole discipline d'arte insegnate nella nostra scuola, che a sua volta si fa carico anche di inquadramenti teorici propri della psicologia generale, dinamica e della psicofisiologia clinica.

VEZIO RUGGIERI, Psicologo clinico, Università degli Studi di Roma "La Sapienza".