

Lisa B. Moschini

**Arteterapia con pazienti difficili
Comunicazione e interpretazione in psicoterapia**

**Erickson 2008,
p. 368, Euro 19.50**

L'arte ha lo straordinario potere di arrivare alla parte nascosta della psiche umana, aprendo linee di comunicazione non verbale tra l'artista e lo spettatore, o tra il paziente e il terapeuta. In alcuni casi, quando il linguaggio è un elemento limitante, l'utilizzo dell'arte ha un grande potenziale per il progresso terapeutico poiché fornisce al paziente un altro mezzo di comunicazione.

Questo volume presenta in modo approfondito e completo numerose tecniche di arteterapia da utilizzare con i pazienti difficili, con i quali la psicoterapia tradizionale può non riuscire a raggiungere i suoi obiettivi. Chi è il paziente difficile? Ogni terapeuta potrebbe dare una risposta diversa: il bambino che si rifiuta di parlare, l'adulto che non accetta la responsabilità delle sue azioni, lo psicotico vittima di allucinazioni, solo per fare qualche esempio.

Arteterapia con pazienti difficili offre informazioni teoriche e pratiche per la valutazione e il trattamento, affiancate da una rassegna di numerosi casi di terapia individuale, di gruppo e familiare e completate da una vasta raccolta di illustrazioni utilizzate dall'autrice con i suoi pazienti in quattordici anni di lavoro. Questa guida spiega come impostare un percorso di arteterapia, come interpretare i disegni e come interagire con i pazienti difficili, e si propone come un utile strumento per tutti i professionisti della salute mentale nella loro pratica clinica.

Contenuti

- Prefazione
- Introduzione
- PRIMA PARTE** I meccanismi di difesa e le norme di comportamento

- In mia difesa
- Adattamento e integrazione
- SECONDA PARTE** Leggere fra le righe

- L'interpretazione dell'opera d'arte
- Le consegne

TERZA PARTE La pratica dell'arteterapia

- La terapia individuale. Presentazione di tre casi
- La psicoterapia di gruppo illustrata
- «Poca brigata, vita beata»? Le consegne nella psicoterapia della famiglia

APPENDICE A Aspetti strutturali. Analisi quantitativa

APPENDICE B Aspetti formali. Analisi qualitativa della figura umana

APPENDICE C Aspetti formali. Analisi qualitativa della casa

APPENDICE D Aspetti formali. Analisi qualitativa dell'albero

APPENDICE E Adattamento del foglio di calcolo del punteggio per il test del disegno ripetuto su otto fogli

APPENDICE F Esempi di consegne tipiche

APPENDICE G Esempi di consegne di elaborazione in gruppo

Indice

- 9** Prefazione
- 11** Introduzione
- PRIMA PARTE I meccanismi di difesa e le norme di comportamento**
- 29** CAP. 1 In mia difesa
- 57** CAP. 2 Adattamento e integrazione
- SECONDA PARTE Leggere fra le righe**
- 117** CAP. 3 L'interpretazione dell'opera d'arte
- 189** CAP. 4 Le consegne
- TERZA PARTE La pratica dell'arteterapia**
- 221** CAP. 5 La terapia individuale. Presentazione di tre casi
- 263** CAP. 6 La psicoterapia di gruppo illustrata
- 297** CAP. 7 «Poca brigata, vita beata»? Le consegne nella psicoterapia della famiglia
- 321** APPENDICE A Aspetti strutturali. Analisi quantitativa
- 327** APPENDICE B Aspetti formali. Analisi qualitativa della figura umana
- 337** APPENDICE C Aspetti formali. Analisi qualitativa della casa
- 341** APPENDICE D Aspetti formali. Analisi qualitativa dell'albero
- 345** APPENDICE E Adattamento del foglio di calcolo del punteggio per il test del disegno ripetuto su otto fogli
- 347** APPENDICE F Esempi di consegne tipiche
- 353** APPENDICE G Esempi di consegne di elaborazione in gruppo
- 357** Bibliografia

Prefazione

Chi è il cliente difficile? Spesso gli psicoterapeuti classificano questi clienti in gruppi:

- bambini
- adulti
- criminali
- psicotici
- borderline.

Oppure in sottocategorie di questi gruppi:

- bambini che si rifiutano di parlare
- adulti che non accettano la responsabilità
- criminali stupratori
- psicotici che regrediscono
- borderline che amano e al contempo rifiutano.

Per definire il cliente difficile spesso ci si basa sulle convinzioni, i principi morali, i pregiudizi, le paure e le preoccupazioni dello psicoterapeuta: un concetto che lo psicoterapeuta ha di sé e che viene proiettato sul cliente o un'etichetta che cela il senso di impotenza che egli prova quando si trova ad avere a che fare con un cliente che si oppone al processo terapeutico. Come persone, vogliamo essere apprezzati e stimati; come psicoterapeuti, vogliamo essere efficaci. Ma il cliente difficile non suscita queste sensazioni. Al contrario, l'interazione spesso è distaccata, difficile e frustrante.

In questo libro mostro come l'integrazione della psicoterapia con le arti espressive possa aiutare e valorizzare il professionista nella sua pratica clinica.

Ho cercato di scriverlo pensando sia al professionista competente che al principiante. Quindi, spiego sia i principi e le tecniche fondamentali dell'arteterapia sia come coniugare utilmente la tradizione dell'arteterapia con quella della psicoterapia verbale convenzionale.

Questo libro, che è stato pensato vedendo le cose sia dall'interno che dall'esterno, fornisce informazioni teoriche e pratiche sui meccanismi di difesa, le teorie dello sviluppo per stadi, i test proiettivi e l'analisi dei disegni, le consegne dell'arteterapia, ed espone alcuni casi di arteterapia individuale, di gruppo e familiare. Inoltre dà ampio spazio alle voci e alle opere che ho raccolto nei miei quattordici anni di esperienza come psicoterapeuta della coppia e della famiglia con una specializzazione in arteterapia clinica.

Il cliente difficile richiede un approccio particolare e mi auspico che i metodi qui esposti tornino utili sia allo psicoterapeuta che al cliente nel processo terapeutico.

Lisa Moschini

Introduzione

Che cos'è un cliente difficile

Questo libro è rivolto a tutti coloro che si sono sentiti frustrati avendo a che fare con un cliente ostico o difficile. Nella mia esperienza professionale di psicoterapeuta, supervisore e docente ho avuto l'opportunità di ascoltare una miriade di clinici che parlavano di questo argomento. Che cosa definisce un cliente difficile? Esiste una serie di criteri applicabili a tutta questa popolazione? Esiste una definizione comune che vada bene per ogni persona?

Dopo quattordici anni di pratica clinica tale definizione continua a sfuggirmi. Ciò che invece ho messo a fuoco è una reazione comune, una risposta carica di emotività incentrata sull'exasperazione dello psicoterapeuta. Un senso di impotenza che a volte è ammantato di rabbia e altre si esprime con preghiere di aiuto. Una minaccia per la fiducia in se stessi. In quel momento noi siamo diventati non soltanto l'oggetto del transfert ma anche un oggetto di controtransfert: una risposta all'interazione paziente-psicoterapeuta basata su sensazioni emotive.

Quindi a questo punto la domanda diventa ancora più complessa. In che modo noi clinici possiamo fornire delle opportunità di crescita sia ai nostri clienti che a noi stessi?

Una risposta è l'arteterapia.

Come psicoterapeuta psicodinamica credo che lo sviluppo sia epigenetico, e tengo conto dei processi inconsci che motivano le persone nelle interazioni con il loro ambiente. Come arteterapeuta ho imparato a interpretare questi simboli inconsci che continuano a ricomparire. Così, l'esperienza viva prende il posto

del linguaggio in quanto mezzo non verbale di comunicazione. Un disegno dice sempre la verità. A qualsiasi età e qualunque sia il livello di capacità, un'opera d'arte non mente mai. Può rivelare soltanto un risvolto, un momento nel qui e ora, un aspetto, ma questo aspetto è la verità.

A questo proposito invito ogni lettore a sperimentare una breve prova di espressione molto personale, dal momento che, se non guardiamo dentro di noi, come facciamo ad aiutare gli altri? Senza comprensione non ci può essere crescita.

Innanzitutto procuratevi due fogli di carta da disegno bianca, preferibilmente di dimensioni non inferiori a 20,32 x 25,4 centimetri, una scatola di pennarelli, un foglio a righe e almeno trenta o quaranta minuti di tempo senza interruzioni. Poi trovate un posto dove potete stare comodi e tranquilli e fare quanto segue.

1. Sul primo foglio disegnatene una persona meglio che potete. Disegnatene il corpo intero, non soltanto una testa o un omino stilizzato.
2. Fatto questo, date un nome alla persona e scrivetelo sul foglio.
3. Sul secondo foglio di carta disegnatene meglio che potete una persona dell'altro sesso (se prima avete disegnato un maschio, ora disegnatene una femmina). Disegnatene il corpo intero, non soltanto una testa o un omino stilizzato.
4. Fatto questo, date un nome alla persona e scrivetelo sullo stesso foglio.
5. Sul foglio a righe rispondete alle domande seguenti riguardo ai vostri disegni.
 - a) Descrivete le due figure; siate il più possibile specifici. Indicate le loro simpatie e antipatie, le cose che più detestano, i loro interessi, le mete a cui aspirano, la loro occupazione. Immaginate di parlare con un amico di queste persone; cosa direste?
 - b) Come vi siete sentiti mentre disegnavate? A cosa pensavate?
 - c) Scrivete qualcos'altro a proposito di queste persone.
 - d) Guardate i disegni; cosa vi viene in mente?

Quindi, per quanto possa sembrarvi strano, prendete i disegni e il foglio a righe e riponeteli al sicuro. Ne parleremo approfonditamente nel capitolo 3 e quando verrà quel momento li ritirerete fuori. Comunque, se non potete aspettare, siete liberi di passare direttamente alla seconda parte, dove vengono descritti i procedimenti di valutazione.

In questo libro dimostro al clinico il potere dell'arte e spiego come la si possa utilizzare con i clienti difficili. Pertanto, mi concentrerò sui costrutti teorici che formano la base della psicoterapia, sulle soluzioni pratiche per la valutazione e il trattamento, e su alcuni casi clinici (di cui ho modificato i dati identificativi per proteggere i clienti). Questo libro indicherà al lettore, a prescindere da quale sia

il vostro tipo di formazione ed esperienza, una direzione da seguire quando la psicoterapia basata sulla parola manca il suo obiettivo, e vi permetterà di vedere oltre i muri eretti nel corso degli anni. Spero che possa anche integrarsi nel vostro lavoro con moltissimi altri clienti, al di là di quelli su cui concentro questa trattazione, e fornirvi in questo modo delle vie creative per accedere all'inconscio, dove la terapia può dare ottimi frutti.

In conclusione, qual è la mia definizione di cliente difficile? Il cliente difficile è in ognuno di noi — nelle nostre convinzioni, paure e preoccupazioni, nei nostri principi morali e pregiudizi —, nel nostro concetto di noi stessi.

Alla fine, la definizione di cliente difficile proviene da una fonte difficile: da dentro ognuno di noi.

Le origini

Immagini, simboli e segni; di ciò era fatto il linguaggio dell'uomo. Molto prima che le parole veicolassero un significato, noi comunicavamo attraverso l'arte. Sulle pareti delle caverne vennero tracciate forme animali di vario genere. Gli antichi egizi illustrarono le storie di vita all'interno delle tombe e dei templi e i greci rappresentarono l'emozione sulle terraglie dipinte. Anche la scrittura si basa sull'uso di simboli. «La scrittura [...] fu in origine un linguaggio indipendente, come lo è ancora oggi in Cina. Sembra che inizialmente fosse fatta di immagini, che in genere divennero convenzionali arrivando con il tempo a rappresentare sillabe e poi lettere» (Russell, 1921). Di volta in volta l'arte ha rappresentato simbolicamente i pensieri, gli stati d'animo, le realtà e le fantasie dell'individuo.

L'arte ha sempre esercitato un potere sugli esseri umani: il potere di connettere, di purificare e, non dimentichiamolo, di intensificare. Ad esempio, il disegno di una mano può essere riconosciuto da chiunque, anche da persone che parlano lingue diverse. Invece le parole pronunciate possono avere molte definizioni. Chase (1956), adottando lo stesso esempio, scrive: «Prendiamo la parola "hand". Nell'espressione "his hand" (la sua mano) si riferisce a una zona del corpo umano; in "hour hand" (la lancetta delle ore), a un oggetto molto diverso; in "all hands on deck" (equipaggio in coperta), a un altro riferimento; in "a good hand at gardening" (portato per il giardinaggio), a un altro ancora» (p. 260). Così, con il tempo il linguaggio è venuto ad assumere il significato che gli attribuiamo. Esso muta, si trasforma, viene negato, viene deformato e in definitiva può essere estremamente ingannevole.

Là dove il linguaggio si intellettualizza l'arteterapia funziona alla perfezione. In un momento penetra attraverso le nostre umane difese e ci permette di

scrutare nei recessi della nostra psiche. Prendiamo il detto «un'immagine vale più di mille parole» e appliciamolo a un autoritratto. La figura 1 è opera di una preadolescente a cui è stato chiesto di farsi un autoritratto usando soltanto forma e colore.

Non c'è bisogno di parole per cogliere il dolore di questa bambina. Un'oscura figura rossa, fluttuante, piange nell'abisso. Il simbolo ha un'intensità travolgente. Il risultato rimarrà per sempre. Essendo possibile tornare a esaminarlo senza che si deformi, è un ricordo fissato in modo tale che tutti possano vederlo e rivederlo, un dipinto che ci permette di sentire e sperimentare la realtà di un'altra persona. Quest'opera è il simbolo scelto dalla bambina per rappresentare la violenza sessuale subita. Essa è scaturita dal suo bisogno di esprimere un'esperienza traumatica. Questi pensieri, così difficili da comunicare a parole, sono stati espressi in modo sicuro attraverso l'arte.

Pensate alle volte in cui, come psicoterapeuti, vi siete aspettati che un vostro cliente vi rivelasse un suo segreto intimo, imbarazzante o traumatico. Voi sareste disposti a condividere uno dei vostri con uno psicoterapeuta? Con un estraneo? Nei particolari? Eppure è proprio questa la richiesta che facciamo a ogni nuovo cliente. La bellezza dell'arteterapia sta nella sua capacità di penetrare attraverso le difese verbali acquisite nell'arco di una vita. L'arte, essendo una forma di co-



Fig. 1 Autoritratto.

municazione meno abituale, permette all'inconscio di emergere. Così, il materiale importante, in qualunque psicoterapia espressiva o evocativa, si riproporrà.

I simboli trasmettono le inibizioni; spesso evocano memorie rimosse del passato. Allo stesso tempo esprimono un motivo che si riferisce al futuro. Il simbolo, essendo il punto focale dello sviluppo psichico, è il fondamento dello sviluppo creativo in un processo terapeutico. (Kast, 1989, p. 27)

In epoche lontane, l'uomo ha simbolizzato ogni cosa per conferire senso al mondo. Essendo privi di conoscenze scientifiche, gli esseri umani hanno fatto assegnamento sulle loro credenze primordiali. Scrive Fiske (1870):

Nella concezione originaria il mondo è una tartaruga gigante che nuota in un oceano infinito; la superficie piatta della terra è la corazza inferiore che copre il ventre del rettile; il guscio arrotondato sul dorso è il cielo; e la razza umana vive e si muove e trascorre la sua esistenza all'interno della tartaruga. [...] per loro [gli Indiani] la tartaruga è il simbolo del mondo, e la trattano come la madre dell'umanità.

Queste credenze primordiali si sono estese attraverso i continenti e hanno dato vita a leggende simili in luoghi abitati da popoli che non hanno avuto contatti fra loro. Fiske ha scritto molto su questo argomento. In uno dei suoi studi, ad esempio, ha osservato che la leggenda di Guglielmo Tell era nota ai danesi, ai norvegesi, ai finlandesi, ai russi, ai persiani, agli inglesi, agli islandesi e agli indiani. I turchi e i mongoli, pur non avendo mai avuto libri, sapevano recitare l'intera leggenda, riferita a un membro della loro tribù. Come se ciò non bastasse, egli riporta una poesia di Farid-Uddin Attar, nato nel 1119, che parla di un principe che trapassò una mela con una freccia scoccata dal suo arco. Questo fenomeno è connesso a ciò che Freud chiamò «residui arcaici» e che successivamente Jung, spingendosi oltre, definì «archetipi» o «immagini primordiali». Secondo la definizione più semplice, un archetipo è un'immagine o un simbolo elementare di origine ignota. Queste idee innate possono assumere contenuti diversi ma il modello di base è sempre il medesimo. Edward Carpenter (1920), nel suo libro *Pagan and christian creeds; their origin and meaning*, manifesta una perfetta sintonia con Jung e afferma: «Nel più profondo della mente umana c'è quella luce ardente e folgorante della coscienza del mondo — così nel profondo che invero la grandissima maggioranza delle persone sono a malapena consapevoli della sua esistenza».

La fondamentale importanza di queste immagini collettive si chiarirà del tutto quando affronteremo il tema della valutazione e del procedimento di valutazione. A ogni modo, per ora basti dire che «i simboli esprimono il nostro intelletto molto meno di quanto non parlino della nostra prospettiva universale

e del nostro rapporto con la realtà invisibile che ci trascende» (Kast, 1989, p. 13). Essi risiedono nei nostri sogni e nelle nostre opere d'arte. Il simbolismo è ciò che ci porta alla verità.

La chiave è l'interazione

Scrive Anna Freud (1946): «La tecnica di traduzione dei simboli è una scorciatoia per la comprensione, o, per meglio dire, un modo per immergersi senza indugio dagli strati superiori della coscienza a quelli inferiori dell'inconscio » (p. 16). Così, la produzione artistica permette allo psicoterapeuta di interagire con gli aspetti nascosti della psiche del cliente oltre che con quelli manifesti.

Troviamo un'esemplificazione di questo concetto nella maschera costruita da un ragazzo adolescente, che, ancora prima della scuola dell'infanzia, aveva subito violenze fisiche ed era stato trascurato gravemente. Aveva descritto la vita in famiglia come «un inferno». All'età di sette anni era stato allontanato da casa e affidato a famiglie adottive, case famiglia e strutture residenziali di trattamento. Come molti altri giovani che non trovano una sistemazione, era grandioso, ostile e impulsivo. Nel contesto della psicoterapia basata sulla parola, la sua sfiducia, associata a un buon livello di intelligenza, non aveva dato altri frutti se non la manipolazione. Nel tentativo di penetrare attraverso le sue difese ben strutturate gli venne offerta una maschera di cartapesta con la consegna di dipingere sulla superficie esterna ciò che egli «mostrava al mondo».

Per arrivare al prodotto illustrato nella parte sinistra della figura 2, il cliente, nel corso della prima seduta, mescolò con cura meticolosa un colore ruggine.

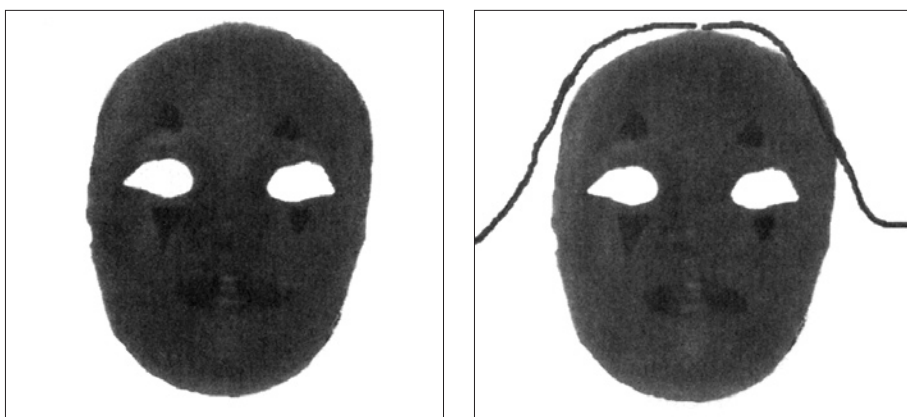


Fig. 2 Parte esterna della maschera: prima e seconda seduta.

Nel corso della seconda seduta affermò che doveva «fare delle aggiunte» alla maschera; sparse sulla fronte dei brillantini rossi (parte destra della figura 2) e aggiunse due ciocche di capelli. Era assorto nel lavoro e non parlò mai.

Queste aggiunte assorbono l'intera seduta. In tutta onestà, i brillantini rossi non aggiunsero alcunché al prodotto finale. Eppure questa attenzione per un dettaglio, che non produsse effetti visibili, fu un simbolo essenziale. Rappresentava qualcosa di molto importante; qualcosa che non voleva che gli altri vedessero? O forse qualcosa che voleva rivelare? O qualcosa che non riusciva a capire?

In ogni caso, si trattò di un simbolo personale.

Durante la terza seduta gli chiesi di girare la maschera e dipingere all'interno ciò che egli «nascondeva al mondo». La sua reazione fu di ricoprire la superficie interna di colore nero (parte sinistra della figura 3).

Abbastanza curiosamente, fu in quella seduta che notai per la prima volta l'abbigliamento del cliente, anche se l'avevo visto per molti mesi; anche lui, come la maschera, aveva addosso uno strato nero. Glielo feci notare con tatto mostrando molta curiosità, e ne nacque una conversazione che occupò il resto della seduta.

Alla quarta seduta si presentò con un paio di jeans neri e una camicia di colore tenue. La parte destra della figura 3 illustra il lavoro portato a termine durante la seduta. Il ragazzo cominciò spontaneamente a commentare le strisce di colori; tuttavia va rilevato che la sua spiegazione fu distaccata e intellettuale. Descrisse lo strato di brillantini rossi come felicità (si noti che questo colore continua a non essere visibile); la parte più scura (fronte) corrispondeva alla sua rabbia e, subito sotto (fra le sopracciglia e le pupille), una leggera striatura color ruggine venne descritta come uno stato fra la felicità e il dolore, mentre la parte inferiore della maschera (dagli occhi al mento) simboleggiava la tristezza. Va ricordato che,



Fig. 3 Parte interna della maschera: terza e quarta seduta.

anche se la maschera finita ha strisce di colori che denotano una miriade di stati d'animo, la tinta base all'interno è nera. Rabbia.

Benché l'interpretazione del cliente fosse intellettualizzata, dal punto di vista simbolico e metaforico ogni sfumatura ha un significato. In questo progetto, non solo i colori simboleggiano le emozioni ma è altrettanto importante come e dove la tinta viene applicata. Il «secondo strato» rosso di brillantini (in cui il rosso equivale alla felicità) non è visibile nella maschera finita, come non è visibile in questo cliente. La rabbia nera, all'interno, non solo pervade il suo «interno» ma compare anche nella regione frontale, dove pensiamo e ragioniamo e dove il ragazzo portava la sua rabbia — le memorie sempre presenti.

Cercando di dare un senso alla sua situazione di vita, desiderando un'infanzia ideale ed essendo costretto ciò nonostante a fare i conti con la sua identità di «fallito», inevitabilmente attaccava con aggressività. Inoltre, all'esterno della maschera (figura 2), intorno agli occhi ci sono dei triangoli neri. Tutto ciò che il cliente vede è contaminato dalla rabbia? La parte inferiore della maschera (lato destro della figura 3) rappresenta la sua tristezza e si trova nella zona della bocca. Giusta collocazione; infatti, invece di sperimentare la tristezza, la gettava fuori in modo passivo-aggressivo così che fossero gli altri a provare sconcerto e dolore. Un ambiente di contenimento sereno che permetteva al cliente di rifuggire dalle interazioni significative. I sentimenti «di mezzo» sono irrilevanti e difficili da identificare tra queste due forze prepotenti.

In generale, se ci si limita a usare le parole si può intellettualizzare, ma un lavoro artistico apre la porta al significato inconscio. In questo progetto non è stata fatta alcuna interpretazione del materiale sottostante ma queste informazioni sono state adoperate per aiutare il cliente a produrre opere che esprimessero il suo materiale emotivo, rassicurando e sostenendo al contempo il suo fragile concetto di sé. «Particolarmente utili sono i metodi che incoraggiano la verbalizzazione, o sostituiscono l'acting-out della rabbia [...]. Il suo Io ha bisogno di tempo per abbandonare gradualmente la posizione dipendente e riacquistare la sua piena responsabilità» (Sargent, 1974, p. 150). Nella terza parte ci occuperemo ancora di questo cliente come studio di caso in cui l'arteterapia è stata utilizzata insieme alle tecniche del racconto reciproco di Richard Gardner.

Oltre alla psicoterapia individuale c'è la psicoterapia di gruppo; tuttavia per molti psicoterapeuti la psicoterapia di gruppo residenziale o ambulatoriale risulta troppo impegnativa. Essendo parte di un sistema più ampio questi gruppi spesso si perdono nei contesti istituzionali. Inoltre, a livello universitario la formazione alla psicoterapia residenziale di gruppo spesso è carente e così il clinico può trovarsi sprovvisto di competenze sull'apprendimento interpersonale interattivo nel qui-e-ora. Yalom (1983), un maestro del processo grupppale, ha descritto le tre

principali opzioni esistenti nel trattamento di pazienti residenziali. Esse consistono nel concentrarsi sul qui-e-ora, sul problema là-e-allora o su un tema comune. Egli propende per il lavoro sul qui-e-ora, che aiuta i clienti a osservare il loro processo di funzionamento attraverso l'interazione di gruppo. Inoltre descrive i problemi che si incontrano nel gruppo là-e-allora, che vanno dal paziente che monopolizza l'ora (senza ottenere grandi risultati nella soluzione del suo problema) alla seduta di lamentele in cui vanno perse delle preziose opportunità terapeutiche. La discussione di un tema comune invece è una conversazione che verte su tema personale o un problema interessante, in cui i membri non acquisiscono un controllo migliore su ciò che personalmente li inquieta.

In breve, in un gruppo focalizzato su un contenuto, lo psicoterapeuta ha la tendenza a trascurare il processo, ed è attraverso questi cambiamenti che la terapia può procedere, sia per quanto riguarda l'individuo che per quanto concerne il gruppo. Le parole, che, se il cliente è manipolativo, possono essere negate o formulate in modo da suscitare un'impressione positiva, sono inutili al cospetto di un'opera d'arte.

Come esempio di ciò, consideriamo il caso di un uomo con anamnesi di allucinazioni uditive dall'età dell'adolescenza. Era una persona con un'intelligenza inferiore alla media che compensava con un atteggiamento spavaldo. I molti test a cui era stato sottoposto avevano evidenziato una tendenza a presentarsi agli altri sotto una buona luce, accanto a una forte propensione alla paranoia, alla ruminazione e ai disturbi percettivi. Emergevano inoltre la presenza di ansia e la mancanza di adeguate risorse emozionali di fronteggiamento. Nelle sedute di gruppo era solito sentenziare, ed era venerato o ignorato. Le sue affermazioni erano un misto di grandiosità e nonsense, eppure a un cliente istituzionalizzato egli appariva sicuro di sé ed esperto della vita. All'epoca di questo progetto gli restava meno di una settimana con il gruppo, dal momento che era stato dimesso. Fino all'esecuzione di questo disegno (figura 4), le affermazioni del cliente sul suo congedo ruotavano attorno al modo in cui aveva riottenuto la sua libertà e a come gli altri potevano imparare dal suo esempio.

Il gruppo ricevette la consegna: «Disegna uno stato d'animo di tua scelta» da eseguire sul retro di una scatola. La figura 4 illustra l'opera di quest'uomo. Prima che io parli del progetto, guardatela. Evoca

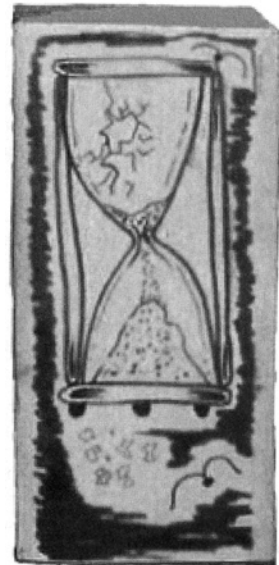


Fig. 4 La scatola dell'uomo «a orario ridotto».

un'idea di calma? Di ansia? Come vi fa sentire? Osservate attentamente tutti gli elementi. Che cosa vi comunica? Tutte queste domande vanno poste affinché i membri del gruppo imparino a osservare i loro processi.

Per completare il suo disegno, l'uomo ha proceduto nel modo seguente. Prima ha disegnato la clessidra velocemente. Poi, mentre aspettava che anche gli altri finissero, ha fatto lentamente delle aggiunte. Prima ha aggiunto la rottura del vetro nella parte superiore; notare i frammenti di vetro alla base. Poi ha disegnato due uccelli (in alto e in basso a destra) che ha denominato «colombe». Mentre il disegno procedeva, ha aggiunto i ghirigori ansiosi che bordano la scatola.

Quando fu il suo turno di parlare, spiegò orgogliosamente che questo disegno rappresentava il suo «orario ridotto» nella struttura. Le colombe rappresentavano la sua imminente libertà; essendo disegnate in nero, queste colombe della pace sembravano più che altro gabbiani o avvoltoi. Non fece altri approfondimenti. Quando sollecitai l'espressione dei sentimenti generati dal disegno, il gruppo tacque. Ci volle l'intervento di una persona che richiamò l'attenzione sui cocci di vetro e il bordo scuro perché tutti convenissero che l'immagine evocava l'idea di ansia e timore. Il cliente, preso alla sprovvista, tentò di sminuire e ignorare lo spunto emerso dal gruppo. Tuttavia, abbandonando la sua posizione difensiva e osservando le sue opere, alla fine parlò delle sue paure — senza prediche e spavalderie —, semplicemente come una persona timorosa verso una comunità che non l'aveva abbracciato per molti anni. Afferma Yalom (1983):

Uno scopo elementare ma importante del gruppo di pazienti residenziali è che queste persone imparano semplicemente che parlare aiuta. Imparano che il fatto di aprirsi e discutere dei loro problemi non solo dà un sollievo immediato ma avvia anche il processo di cambiamento. Attraverso il fattore terapeutico dell'universalità [...] si può imparare che gli altri sono molto simili a noi, che non si è unici, né per gli stati d'animo o i pensieri infelici, né per quanto riguarda le vicende della propria vita. Apprendere, spesso per la prima volta, che la propria esperienza è in fin dei conti umana e condivisa da molte altre persone è straordinariamente rassicurante ed è uno dei più potenti antidoti a uno stato di devastante isolamento. (p. 56)

Analogamente, il disegno può rivelarsi un'immagine più tangibile, in cui gli stati d'animo possono essere esplorati e gli stili di interazione discussi, un documento permanente sotto gli occhi di tutti.

Sviluppare il linguaggio della metafora

Non si può esplorare la coscienza, o l'autoconsapevolezza, senza chiedersi come si arrivi a questo stato. È convinzione comune che la parte della nostra

personalità che detta i nostri pensieri, ricordi, stati d'animo, impulsi e desideri si costruisca attraverso una sequenza di fasi. Da bambini reagiamo a un livello primario di coscienza, che comprende principalmente sensazioni, istinti e movimento. Da adulti diventiamo progressivamente liberi di sperimentare i ricordi, il linguaggio e la simbolizzazione. Nel complesso, come esseri umani, dobbiamo padroneggiare alcuni compiti evolutivi specifici. Che voi seguiate un modello psicosociale, un modello psicosessuale o un modello che comprende lo sviluppo intellettuale, gli stadi della vita umana devono essere risolti. Così, la personalità emergente forma la nostra identità. Siamo fiduciosi? Siamo interessati solo a noi stessi? Impulsivi? Generosi? Viviamo sognando a occhi aperti? Proviamo vergogna e senso di colpa a causa di umiliazioni subite nel passato? Chi siamo dipende dalle risposte a ciascuna di queste domande. È in questo modo che noi sperimentiamo il nostro mondo esterno.

È a questa personalità — che è alle prese con le pressioni esterne, tiene testa alle crisi, interagisce nelle situazioni sociali e costruisce memorie — che si può accedere attraverso il conscio e l'inconscio. Jay Haley (1976) afferma: «Lo psicoterapeuta psicodinamico, come quello comportamentista, è interessato alle metafore sul passato, poiché presuppone che i traumi passati siano l'origine delle difficoltà presenti» (p. 98).

Un ragazzo adolescente, la cui identità è soggiogata dai ricordi di un abuso sessuale, disegnò spontaneamente un'immagine di fiamme (figura 5) dopo una visita alla sua famiglia.

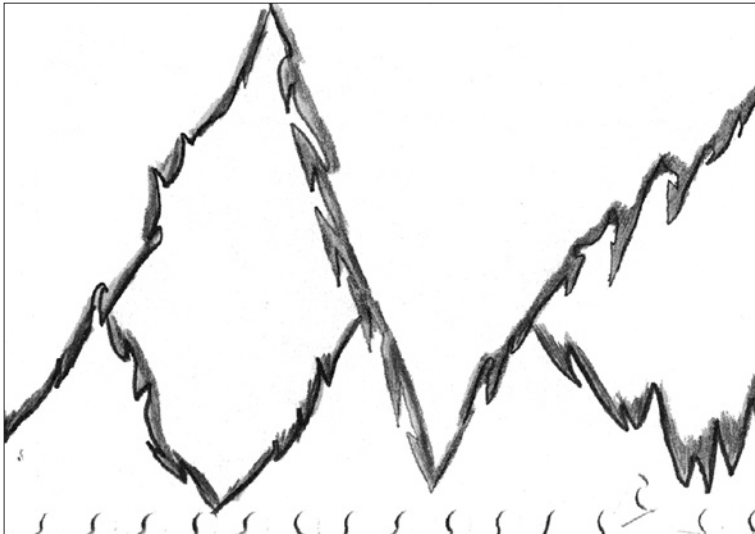


Fig. 5 Fiamme di passione.

Nel corso di una seduta individuale fece il disegno riprodotto nella figura 6.

In questo disegno si ritira dalla casa in cui è avvenuto l'abuso mentre il cielo incombe cupo e minaccioso. Le fiamme ricompaiono sotto ai suoi piedi, e, diversamente dal faro luminoso verso cui si dirige, non fanno luce ma avvilluppano soltanto.

La figura 7 è l'autoritratto di un uomo di mezza età.



Fig. 6 Memorie di abuso sessuale.



Fig. 7 I venti solari.

All'epoca di questo disegno era stato ospedalizzato molte volte per schizofrenia.

L'espressione con il linguaggio della metafora non richiede che il cliente parli in modo logico o razionale. Naturalmente nella realtà il fuoco non avvolge da sotto il marciapiede, eppure nella figura 6 le fiamme occupano un terzo della pagina con la loro forza. Come può una persona descrivere la schizofrenia quando lei stessa è schizofrenica? La figura 7 dimostra chiaramente gli stati d'animo che si celano dietro la malattia senza usare le parole. Jay Haley (1976) definisce analogica questo tipo di comunicazione. Egli afferma: «In un linguaggio analogico ogni messaggio si riferisce a un contesto di altri messaggi. [...] In questo tipo di comunicazione rientrano il "gioco" e i "rituali", nonché tutte le forme d'arte» (p. 92).

È questo il processo utilizzato dall'artista messicana Frida Kahlo. Le esperienze traumatiche subite da bambina e da giovane donna sono state espresse attraverso autoritratti, maschere e dipinti. In ciascuna immagine ha esplorato il suo dolore e il suo trauma. Non è la sola: molti artisti hanno utilizzato la sicurezza della creatività per esprimere le loro paure e i loro pensieri. Le cose sono state sentite prima che comunicate a parole, ed è attraverso l'arte che i clienti di ogni genere possono comunicare.

Dai disegni murali della famiglia alle polarità, le consegne dell'arteterapia offrono un ritratto analogico della vita di un individuo. Questi ritratti diventano metafore artistiche, esempi di esperienza del momento presente.

Quando i sintomi vengono considerati metafore, la questione è: le metafore sono cambiate? Per accertare i cambiamenti nelle metafore si potrebbero usare le risposte fornite ai test proiettivi prima e dopo la psicoterapia, ma l'attendibilità di questi test è incerta. Un clinico non metterebbe in gioco la sua reputazione affidandosi agli esiti di un test proiettivo, anche perché chi somministra il test influisce sui risultati. [...] Ad esempio, una donna darebbe una risposta diversa di fronte a una macchia di inchiostro se il test fosse somministrato da un testista o da sua madre. (Haley, 1976, p. 104-105)

A ogni modo, se si fornisce al cliente un foglio di carta e il «testista» resta al di fuori del processo, come avviene in un test proiettivo basato sull'arte, allora il motivo di preoccupazione sopra menzionato si ridimensiona notevolmente. Ciò permette al clinico di guardare dentro la mente del cliente senza che entrino in gioco le idee preconcepite, le teorie o le convinzioni di chi ha sviluppato il test.

È da molti anni che si usano i disegni proiettivi, come il Disegno della casa, dell'albero e della figura umana. Dal Test della figura umana di Florence Goodenough al tristemente trascurato «Test del disegno ripetuto su otto fogli» (*Eight-card Redrawing Test*) di Leopold Caligor, l'interpretazione del disegno è stata perfezionata e analizzata criticamente ed è divenuta un elemento normale dei colloqui di valutazione di molti professionisti. Secondo Camara, Nathan e Puente (2000) i test proiettivi sono fra i più utilizzati dagli psicologi clinici. Per Karen Machover (1949) «La figura è, in un certo senso, una presentazione della persona che sta disegnando». L'autrice ha anche scritto:

Ripetiamo nuovamente l'assunto fondamentale, verificato ripetutamente nell'esperienza clinica, che il disegno della figura umana da parte di una persona che ha ricevuto la consegna 'disegna una persona' ha un intimo rapporto con gli impulsi, le ansie, i conflitti e le caratteristiche compensatorie di quella persona. In un certo senso, la figura disegnata è la persona, e il foglio corrisponde all'ambiente. Questa formulazione può essere grossolana ma funziona bene come ipotesi di lavoro. Per il soggetto, che egli se ne renda conto o meno, il processo di disegno della figura umana è un problema non solo di abilità grafica ma di proiezione di sé in tutti i significati e gli atteggiamenti corporei che finiscono per essere rappresentati nella sua immagine del corpo. (p. 35)

In breve, quando disegniamo non riproduciamo una caratteristica particolare (ad esempio, un'immagine corporea o un'espressione facciale) ma un composto derivato da molte circostanze, impressioni e ricordi. Quindi il focus dell'arteterapia è prima sull'esperienza e poi sulla comprensione. In questo modo la scoperta diventa meno intellettuale e sempre più personale. I bambini, a differenza degli

adulti, hanno una capacità innata di simboleggiare i loro problemi attraverso il gioco. Con il tempo, i loro simboli «spostati» vengono raggruppati in temi di padroneggiamento e danno sollievo. Gli adulti sono poco interessati al gioco¹ e così trovano spesso una via di sfogo nei sogni (notturni o a occhi aperti); tuttavia essi vengono ricordati raramente e non se ne parla con facilità. E allora come si libera questo ampio deposito di conoscenze, rinchiuso nei profondi meandri della nostra mente?

Attraverso l'arte.

L'arte trascende ogni età, cultura e convinzione. Non bisogna fare altro che ascoltare il suo messaggio.

Come procederemo

Questo libro è diviso in tre parti: la prima riguarda la teoria; la seconda, i procedimenti di valutazione basati sull'arte; la terza, alcuni casi clinici. In ogni capitolo per illustrare i concetti discussi utilizzerò delle opere d'arte tratte dalla psicoterapia di gruppo, da sedute individuali, da test proiettivi, dal disegno libero di bambini e dalla psicoterapia familiare. In tutti i casi, le informazioni personali che potrebbero permettere l'identificazione del soggetto sono state modificate per proteggere i clienti.

Nella prima parte esploro e illustro alcuni meccanismi di difesa che proteggono l'individuo dall'ansia ed esamino le norme di comportamento attraverso un confronto fra le teorie di Piaget, Freud ed Erickson. Inoltre, analizzo l'uso delle storie, dei miti e delle favole nel contesto psicoterapeutico.

La seconda parte riguarda le tecniche proiettive dell'arteterapia. Prenderò in considerazione la letteratura sull'arteterapia che ha contribuito a dare sistematicità all'analisi dei disegni, l'analisi di tre test proiettivi basati sull'arte, l'esplorazione delle consegne di assessment, un elenco dei simboli più comuni e alcuni casi che mostrano come vengono interpretate alcune tecniche proiettive specifiche. Inoltre, fornirò un elenco di consegne da utilizzare nel contesto della psicoterapia individuale e di gruppo.

Passando dalla teoria alla pratica, nella terza parte mi soffermerò su quattro casi di adulti e adolescenti, quattro categorie di psicoterapia interpersonale di gruppo basate sulle teorie di Yalom e due consegne di psicoterapia familiare altamente efficaci.

¹ L'autrice usa il termine *play* che indica pratiche ludiche informali senza regole o con regole improvvisate ed empiriche. [Ndt]

Come per tutti i casi citati in questo libro, le informazioni riguardo alla terapia e alle questioni cliniche si attengono strettamente ai fatti. A ogni modo, le informazioni personali che riguardano i clienti, compresi i nomi, le date e i luoghi, sono state modificate nel rispetto della confidenzialità.