

ATELIER DI ARTETERAPIA

Arteterapeuta: Laura Muscarella

Proposta di progetto. Maggio 2016

Prima fase: Esplorazione

PREMESSA

L' arte è sempre stata, nella storia umana, uno straordinario strumento di comunicazione, permettendoci di raccontare storie, condividere emozioni e sentimenti, portare fuori desideri, sogni, ansie e paure.

Trascurando i risultati estetici, che fanno la differenza tra l'Artista e la persona creativa, questo strumento può essere utilizzato da tutti, e può diventare quindi un ulteriore linguaggio per esprimersi. L'esperienza ci ha insegnato poi che l'attività artistica è anche un ottimo strumento di autoconoscenza e in molti casi una forma di terapia.

Grazie alla facilitazione dell' Arteterapeuta è possibile intraprendere percorsi di cura che portino ad un reale cambiamento, lavorando con un metodo ben preciso e per obiettivi.

Il metodo a cui faccio riferimento è il **Modello Polisegnico**, elaborato dal M.o Achille De Gregorio, fondatore e presidente di **ArTeA**, Arteterapeuti Associati.

L'arteterapia è una tecnica multidisciplinare: si serve infatti dei saperi dell'arte, delle scienze psicologiche e delle scienze pedagogiche per lavorare alla prevenzione e cura del disagio psico-sociale.

Il prodotto artistico diventa un'alternativa alla parola, soprattutto nelle situazioni in cui il linguaggio verbale sia inibito, bloccato o non efficace. L'utente impara insieme all'arteterapeuta a servirsi di un linguaggio altro, basato su un codice condiviso, quello artistico. Pensieri ed emozioni diventano "simboli comunicabili", che l'arteterapeuta è in grado di decodificare.

Il manufatto prodotto dall'utente è allora il perno della relazione terapeutica: una volta messi su carta, è possibile rielaborare i contenuti affettivi emersi (spesso in maniera caotica) e cercare di riorganizzarli.

E' importante avere la possibilità di utilizzare una moltitudine di materiali e strumenti artistici, per scoprire quello più adatto a sé e imparare a padroneggiarlo.

Il setting terapeutico è fondamentale: solo in un ambiente rassicurante, accogliente e protetto le persone possono sentirsi libere di raccontare la propria storia e le proprie emozioni. Di solito il piccolo gruppo di pari può essere una buona compagnia per alleviare l'ansia e permettere una buona socializzazione.

La **Cartella** di arteterapia è lo strumento metodologico fondamentale su cui si basa il Modello Polisegnico: permette al terapeuta di registrare e monitorare tutto il lavoro fatto da ogni utente, attraverso la compilazione di una serie di item studiati da ArTeA.

Per ogni paziente viene dunque redatta una Cartella, suddivisa in tre sezioni che rappresentano i momenti dell'intervento terapeutico: osservazione, trattamento e verifica.

PROPOSTA DI PROGETTO

La proposta di progetto prevede un ciclo di incontri preliminari che hanno come scopo la sperimentazione di vari materiali e strumenti da parte dell'utente e l'osservazione da parte dell'arteterapeuta.

L'obiettivo per il terapeuta è quello di capire su quale sfera personale il paziente abbia più bisogno di lavorare; le aree prese in considerazione sono quattro:

- L'area emotiva
- L'area cognitiva
- L'immaginario
- La corporeità

Ciascuna di queste aree, nell'arteterapia a modello Polisegnico, viene stimolata da materiali specifici:

- I materiali umidi (acquarelli, tempere e altri colori ad acqua) sono utilizzati per indagare e lasciar esprimere l'area emotiva;
- I materiali secchi, favorendo la narrazione, permettono di accedere all'area cognitiva;
- Il collage e le tecniche che si servono di media alternativi e materiali di recupero danno la possibilità di inventare, mettendo quindi in moto l'area dell'immaginario;
- I materiali plastici sono lo strumento d'elezione per lavorare sulla corporeità.

Dopo aver lasciato sperimentare ad ogni utente le quattro tipologie di materiali, l'arteterapeuta sarà in grado di capire su quale delle quattro sfere personali ognuno ha più necessità di essere aiutato.

A questo punto sarà terminata dunque la fase di osservazione, e l'arteterapeuta darà una restituzione verbale a ciascun partecipante e stenderà una relazione sugli aspetti fenomenologici, relazionali e psicologici emersi (relazione che può essere condivisa con l'equipe psicologica che si occupi della stessa persona).

Sarebbe auspicabile, da questo momento, l'inizio della fase di trattamento, durante la quale ogni utente verrebbe invitato a lavorare sull'area critica individuata. La prosecuzione del percorso sarà quindi da valutare e concordare con i pazienti, in sintonia con l'equipe.

SPAZI

Per l'adeguato svolgimento di un percorso arte terapeutico è necessario individuare un luogo, l'atelier, nel quale costruire il setting.

Le caratteristiche dell'atelier sono le seguenti:

- spazio sufficiente per accogliere il gruppo;
- disponibilità di tavoli da lavoro di dimensioni adatte per il gruppo;
- disponibilità di un armadio o ripostiglio per conservare il materiale e le opere dei pazienti;
- disponibilità di un lavello per la pulizia degli strumenti di lavoro;
- l'atelier deve avere la possibilità di essere chiuso e protetto durante le sedute.

TEMPI

Per questo progetto propongo n.2 incontri per ognuna delle 4 aree d'indagine. In totale saranno dunque 8 incontri.

Le sedute hanno cadenza settimanale.

Ogni incontro dovrebbe avere una durata complessiva di due ore e mezza, così suddivise:

- circa mezz'ora per l'allestimento dell'atelier;
- un'ora di seduta con gli utenti;
- circa mezz'ora per il riordino e l'archiviazione fotografica dei manufatti;
- circa mezz'ora per la compilazione della cartella di Arteterapia per ogni utente.

MATERIALI

Per gli 8 incontri indicativamente serviranno:

- acquarelli
- colori acrilici
- matite colorate
- pennarelli a punta sottile
- pennelli di varie dimensioni e tipologie
- matite HB e 2H, gomme per cancellare
- forbici
- colla vinilica
- colla stick
- scotch di carta
- fogli da disegno bianchi in dimensioni A4, A3, A2 di media grammatura
- cartoncini colorati di varie dimensioni
- fogli di carta da lucido
- materiale di recupero di vario genere: giornali, riviste, tessuti, gomitoli di lana, bottoni, passamaneria, etc

COSTI

Da concordare.

GRUPPO DI LAVORO

Il numero di partecipanti previsto per ogni seduta è di 5/6 utenti al massimo, in modo da poter garantire la giusta attenzione ad ognuno.

Sono concordabili anche sedute individuali.

FINALITA' E OBIETTIVI SPECIFICI

Come meglio descritto nella sezione *Proposta di progetto*, lo scopo di questo ciclo di 8 sedute è la sperimentazione delle 4 tipologie di materiali che utilizza l'arteterapia (umidi, secchi, media, plastici), con lo scopo di individuare, per ognuno, l'area personale sulla

quale sia necessario lavorare in ambito arteterapeutico (emotiva, cognitiva, immaginario, corporeità).

Al termine degli 8 incontri ogni partecipante riceverà una restituzione verbale da parte del terapeuta e sarà libero di decidere se proseguire il percorso o meno.

Le opere realizzate saranno di proprietà dell'utente.

METODOLOGIA

Il metodo di riferimento è il Modello Polisegnico, del Maestro A. De Gregorio.

L'arteterapia lavora sull'organizzazione delle competenze artistiche tramite le regole grammaticali dell'arte, per raggiungere la riorganizzazione delle forze interne della persona.

Achille De Gregorio sostiene che:

"Punto di partenza per comprendere questo modello è accettare che l'arte non sia un fenomeno unico e irripetibile del quale non si riesce a cogliere razionalmente l'essenza, ma che sia un oggetto strutturato di cui si può comprendere il meccanismo di funzionamento interno, lo statuto, le regole, la "grammatica" del linguaggio.

L'importanza che diamo così all'arte come linguaggio, tecniche, materia ed estetica, è ciò che distingue l'arteterapia da altre forme di terapia verbale e dalla psicoterapia a mediazione artistica. Il medium artistico non è da noi proposto per accedere al verbale, non è usato per agevolare la comunicazione, la relazione verbale.

La questione non è quella di abolire o sottostimare la parola negli atelier di arteterapia, ma sicuramente di porla in secondo piano rispetto al codice artistico.

La validità di ciò che il paziente dipinge o scolpisce, va ricercata nell'evoluzione/involuzione del suo idioma artistico e principalmente in questo.

La relazione arteterapeutica e la decodifica devono essere interne all'arte e riguardare l'organizzazione plastica e la rappresentazione visuale."

Come già specificato, la Cartella è lo strumento di monitoraggio del percorso terapeutico: ci consente di individuare i nodi sui quali il paziente ha bisogno di lavorare e di seguirne lo sviluppo nel tempo.

Progetto elaborato dall'arteterapeuta Laura Muscarella.

Questo documento è di proprietà intellettuale dell'arteterapeuta e ad uso interno esclusivo proprio e dell'associazione ArTeA.