

**Roberto Boccalon**, psichiatra  
Direttore Istituto di Psicoterapia Espressiva  
Via Barberia 13  
40123 Bologna  
<http://www.arttherapyit.org/>

## **Psicoterapia Espressiva**

*“Per offrire una speranza di vita anche alle parti più nascoste ed inascoltate di sé, occorre metterle in condizione di esprimersi, prestando loro un suono, e poi una lingua”* (1). Dare, secondo il monito di Shakespeare (2), parole al dolore è la “mission” di una psicoterapia. Talora, però, la parola è una sponda lontana, incapace di dare, immediatamente, senso e pensabilità all'esperienza umana. “Lungo la strada”, la mente può utilizzare le "metafore mute" della produzione estetica (3) (4). La conoscenza estetica ha carattere anticipatorio”. *L'opera d'arte è un simbolo non discorsivo che riesce ad articolare ciò che risulta ineffabile in termini verbali, essa esprime consapevolezza diretta, emozione, identità, la matrice del mentale*"(5). Le espressioni artistiche offrono a tutti strutture prelogiche per sviluppare capacità simboliche e lingue adatte a comunicare esperienze interiori. Suoni, segni e gesti sono un alfabeto arcaico e l'esperienza creativa è fin dall'inizio, o fin da nuovi inizi resi necessari dalle vicissitudini del disagio psichico, un dialogo possibile. *“ Quando il dolore è così intenso da non avere più accesso alla coscienza, quando i pensieri sono così dispersi da non essere più comprensibili ai propri simili, quando i contatti più vitali con il mondo sono recisi, neppure allora lo spirito dell'uomo soccombe e il bisogno di creare può persistere”* (6). “Giocare” con la produzione di immagini e gesti, può aiutare a riprendere il filo di un discorso, talora sospeso o spezzato. La ricchezza, la complessità e l'intensità dei codici espressivi non verbali facilita l'accesso, in senso trasformativo (7), dalla dimensione del “significante” a quella dei suoi possibili “significati”. L'orizzonte teorico-metodologico della Psicoterapia Espressiva ha attinto inizialmente alla prospettiva di M. Klein (8) e successivamente alla teoria delle relazioni oggettuali sviluppata da esponenti della corrente degli “psicoanalisti indipendenti” britannici, come M. Milner (9), W. Bion (10), e D. Winnicott (11), che ha introdotto e approfondito le funzioni del gioco creativo e del disegno non solo quali indicatori di conflitti o bisogni evolutivi, ma soprattutto come canali di comunicazione e di scambio che possono arricchire la comunicazione e lo scambio preconscious tra paziente e terapeuta, così come possono facilitare l'integrazione dell'esperienza psichica e corporea. L'attività espressiva, che nella “vecchia psichiatria” era soprattutto psicopatologia dell'espressione (12), può diventare, per G. Benedetti (13), espressione della psicoterapia, perché paziente e terapeuta possono esperire nelle immagini e nei gesti fasi del comune percorso del processo interiore.

In un quadro teorico di riferimento ampiamente condiviso con altre psicoterapie ad orientamento psicodinamico, la Psicoterapia Espressiva trova una sua specificità nell'uso di strumenti e metodologie derivanti dagli sviluppi dell'Arte Terapia e della Danza Movimento Terapia. Tali discipline, formalizzate negli anni '40 da M. Naumburg e M. Chase (14)(15) su concettualizzazioni

di matrice freudiana (concetto di sublimazione) o junghiana (immaginazione attiva) che indirizzavano ad un uso specifico dello strumento visivo o motorio, sono state connotate, inizialmente, come interventi di supporto in situazioni gravi, giudicate non accessibili alla psicoterapia, o come terapie complementari, rispetto ad una psicoterapia verbale. Successivamente, grazie al raffinarsi dell'esperienza clinica e all'ampliamento dei settori di applicazione, è sorta l'esigenza da una parte di sistematizzare a livello teorico-metodologico tali discipline (16)(17)(18)(19), dall'altra di integrare la strumentazione specifica dell'Arte Terapeuta e del Danza Movimento Terapeuta, con le competenze e le responsabilità della presa in carico dello psicoterapeuta, tradizionalmente equipaggiato sul piano dello scambio prevalentemente verbale. Alla fine degli anni '70, grazie al contributo di Arthur Robbins e dell'Institute for Expressive Analysis di New York (20)(21), una maggiore integrazione del modello teorico delle relazioni oggettuali con l'apparato tecnico proprio dell'Arte Terapia e della Danza Movimento Terapia consolidava, nella formazione come nell'esperienza clinica, la prospettiva specifica della Psicoterapia Espressiva. Sostengono questo orientamento le ricerche, psicoanalitiche e non, sullo sviluppo umano (22)(23)(24)(25), sui rapporti tra psiche, esperienza corporea, espressione artistica, comunicazione estetica ed inconscio (26)(27), sulla correlazione tra creatività e salute mentale (28)(29). In tale prospettiva l'atto del creare un'immagine o una danza, non è allontanamento dal compito, attacco al processo conoscitivo e al setting che lo sostiene, ma è parte integrante del processo terapeutico (30). Nel corso del lavoro i vissuti profondi, pur rimanendo inizialmente lontani dall'essere consapevoli, si esprimono nell'atto creativo trovando, in alternativa al sintomo, un proprio campo di elaborazione. Nella Psicoterapia Espressiva la produzione estetica, in termini di segno grafico o motorio, si colloca come terzo polo, vertice e mediatore di comunicazione tra psicoterapeuta e paziente, permettendo l'articolazione di nuove direttrici di interazione. Esse comprendono il rapporto tra paziente e prodotto, nel quale il paziente stesso progressivamente impara a riconoscersi e vede rispecchiate parti di sé, difficoltà, difese inconsce, fantasie o bisogni; il rapporto tra paziente e terapeuta attraverso il prodotto, in cui si articolano e prendono forma dinamiche transferali e controtransferali, dando corpo al campo della relazione; ed infine l'interazione diretta tra paziente e terapeuta che consente l'intervento terapeutico e lo scambio, verbale e non, nell'area transizionale, in luogo e/o insieme al campo transferale (31). La compresenza di queste tre dimensioni comunicative permette al lavoro di procedere a più livelli in quanto la presenza dell'oggetto viene iscritta in un contesto di significazione simbolica. Obiettivo dell'Istituto di Psicoterapia Espressiva è quello di preparare i futuri psicoterapeuti ad essere attori consapevoli nell'atelier della cura attraverso uno specifico affinamento della capacità di dialogare con i pazienti non solo attraverso la parola, ma anche con il segno grafico ed il movimento corporeo, metafore mute ma potenti "cellule primordiali" di comunicazione, "materiali di costruzione" capaci di sostenere, anche in situazioni particolarmente sfavorevoli, una co-evoluzione vitale, orientata alla conoscenza riflessiva delle potenzialità e dei limiti della "prosa umana", al suo riconoscimento ed arricchimento.

## Bibliografia

- 1) Di Benedetto A.: *Prima della parola l'ascolto psicoanalitico del non detto attraverso le forme dell'arte*, Franco Angeli, Milano, 2006
- 2) Shakespeare W.: *Macbeth*, in Tutte le Opere Sansoni , Firenze, 1964
- 3) Ancona L.: *Pre simbolico e simbolico*, in Ancona L., De Rosa E., Fischetti C. (a cura di), *La vergine del latte*, Cosmopoli, Bologna, 1995
- 4) Edelman G. M.: *Sulla materia della mente*, Adelphi, Milano, 1993
- 5) Langer S. K.: *A Study in the Symbolism of Reason, Rite, and Art*, (1957), Paperback Amazon.com
- 6) Arieti S.: *La sintesi magica* , Il Pensiero Scientifico, Roma, 1974
- 7) Bollas C., *L'ombra dell'oggetto*, Borla, Roma 1989.
- 8) Klein M., *Scritti*, Boringhieri, Torino 1977
- 9) Milner M., *La follia rimossa delle persone sane*, Borla, Roma, 1987.
- 10) Bion W., *Trasformazioni*, Armando, Roma 1973
- 11) Winnicott D.W, *Gioco e realtà*, Armando, Roma, 1971.
- 12) Bedoni G., Tosatti B.: *Arte e psichiatria*, Mazzotta, Milano, 2000
- 13) Benedetti G.: *Segno , simbolo, linguaggio*, Bollati Boringhieri, Torino, 1971
- 14) Naumburg M., *"Dynamically oriented art therapy"*, Grune and Stratton, 1966
- 15) Chaiklin S., *La danza terapia*, in Arieti S., *Manuale di Psichiatria*, Boringhieri , Torino 1969, 3 Vol.
- 16) Laban R. , *The mastery of movement*, Mc Donald and Evans, 1960.
- 17) Kestenberg, J. *Children and Parents, Psychoanalytic Studies in Development*, Jason Aronson, 1975
- 18) Whitehouse M.S., Adler J., Chodorow J., *Authentic movement*, ed. P. Pallaro, J.K.P., London , 1999.
- 19) Ehrenzweig H., *The Hidden Order of Art*, Los Angeles, University of California Press, 1971
- 20) Robbins A., *Expressive Therapy*, Human Sciences Press, New York, 1986
- 21) Robbins A (ed.) *A Multimodal Approach To Creative Art Therapy*, J.K.P, London, (1994)
- 22) Mahler M, Pine F, Bergman A, *La nascita psicologica del bambino*, Bollati Boringhieri, Torino, 1978.
- 23) Alvarez A., *Il compagno vivo*, Astrolabio, Roma 1993.
- 24) Stern D., *Il mondo interpersonale del bambino*, Bollati Boringhieri, Torino, 1987
- 25) Palacio-Espasa F., *Psicoterapia con i bambini*, Raffaello Cortina Editore 1995.
- 26) Corrao F.: *Psicoanalisi e arte*, Rivista di Psicoanalisi, n. 3 , 235-45, 1965
- 27) Chasseguet-Smirgel J., *Per una psicoanalisi dell'arte e della creatività*, Cortina, Milano 1989
- 28) Ricci Bitti P.E. (a cura di) : *Regolazione delle emozioni e arti terapie*, Carrocci, 1998
- 29) Bocalon R: *"Terapia come arte e arte come terapia"* in L'Arte in Corsia, Litografica, Carpi 2002.
- 30) Belfiore M., L.M. Colli (a cura di): *Dall'Esprimere al Comunicare*, Quaderni ATI n. 2, Pitagora, Bologna, 1998
- 31) Luzzato P.: *L'approccio comunicativo in arte terapia*, in Belfiore M., L.M. Colli (a cura di): *Tra il Corpo e l'Io* Quaderni ATI, N. 1, Pitagora, Bologna, 1998