

# **ARTE-TERAPIA-PSICODINAMICA: una esperienza multidisciplinare.**

**Romeo Lucioni – Vincenzo Ursoleo**

L'arte-terapia-psicodinamica, nel suo aspetto operativo-applicativo, accenna ad una possibile dicotomia nel senso che potrebbe prospettare un confronto tra chi, in un ambito di lavoro terapeutico, si propone come psico-terapeuta capace di leggere-interpretare i contenuti dell'elaborazione artistico-fenomenologica ed un terapeuta-operatore (artista) preparato a distinguere e a convalidare i linguaggi dell'arte (anche se fuori dai limiti di una estetica "riconosciuta") per raggiungere momenti di gratificazione atti a riallacciare connessioni tra il dentro ed il fuori o di momenti di pura auto-soddisfazione.

In realtà, la lettura puramente psicoanalitica, seppure comune e molto spesso accettata e l'impostazione teorica decisamente terapeutica non supportano completamente la "arte-terapia-psicodinamica" proprio perché:

- non si tratta di dare interpretazioni (sarebbe un modello riduttivo) dal momento che questa esperienza deve essere utilizzata per "creare cambiamenti". questa finalità non richiede una lettura, ma, al contrario, una dimensione "creativa", che porti il soggetto a liberarsi delle pastoie inibitorie, dei blocchi e delle deformazioni psico-affettivi. Tali obiettivi non si raggiungono con una interpretazione (espressione del metodo catartico), ma, come ha perfettamente insegnato l'applicazione psicodrammatica, attraverso il "fare", il "porre sul tavolo" la propria esperienza, i propri contenuti consci ed inconsci che sono emotivi. Affettivi e cognitivi.
- In questa ottica, l'operatore aiuta il soggetto a trovare le modalità più idonee per ottenere il risultato, a scoprire le linee-guida di un linguaggio che, prima di tutto, deve essere riconosciuto come valido dallo stesso "soggetto-parlante". Dare la possibilità di "maneggiare una tecnica" diventa fondamentale per non perdere tempo, per crescere creando "spessori espressivi" e, soprattutto, "dinamiche che inducono autoriconoscimento ed autosoddisfazione".

In questo ordine di idee, quello che conta è attivare un "dialogo", far circolare la parola e non sclerotizzarla in una semplice (anche se concettosa) lettura interpretativa.

A questo punto, nella arte-terapia-psicodinamica, artisti e psicoterapeuti devono entrambi possedere una preparazione specifica e specializzata, carica di un bagaglio esperienziale, culturale e relazionale.

Possiamo parlare di "esperienza multidisciplinare" proprio perché le tecniche psico-terapeutiche devono integrarsi con quelle artistico-espressive.

La psicoterapia non può operare senza il supporto dell'artista che insegna le modalità tecniche che si arricchiscono continuamente per adeguarsi alle necessità del soggetto (che deve apprendere) e del terapeuta (che deve applicarle).

Per altro lato, l'artista non deve assumere ruoli che non gli competono, se non dopo aver acquisito le conoscenze specifiche.

Affinare la competenza significa esercitare il proprio ruolo in una continua, proficua ed essenziale interazione per:

- affrontare le situazioni contingenti che richiedono interventi combinati;

- predisporre una continua ricerca sull'operatività che così arricchisce la ricerca delle modalità pratiche per raggiungere gli obiettivi che restano sempre quelli di stimolare la creatività e fare emergere l'immaginario bloccato dal disagio.

Possiamo, a questo punto, leggere nell'arte-terapia-psicodinamica un incontro a tre, proprio perché:

- **il soggetto** porta con una mano le sue problematiche esistenziali, traumatiche, conflittive e relative al proprio sviluppo funzionale (ciò che sa della tecnica) e globale (ciò che è nella persona), nell'altra la richiesta di essere aiutato ed il bisogno di avere possibilità operative adeguate;
- **l'artista** offre la sua sensibilità, la sua ricchezza intima per capire ed affrontare la "visione del reale", ma anche le sue capacità tecniche che sono imprescindibili per dare al soggetto qualità operative idonee ed al "terapeuta" gli spunti per approfondire le applicazioni pratiche capaci di portare a raggiungere gli obiettivi;
- **il terapeuta** si offre per "far circolare la parola" e così indurre comprensione, ma, soprattutto, per aprire i cammini, molteplici e differenti, per ottenere quei risultati che il soggetto si aspetta: integrazione personale e relazionale, scoperta delle proprie valenze espressive e comunicative, chiarimento su tutte quelle interferenze che rendono difficile lo sviluppo psico-affettivo.

Naturalmente, questa integrazione diventa necessaria se si vuole dare un "senso compiuto" all'esperienza di "arte-terapia-psicodinamica" che richiede di:

- mettere al centro dell'esperienza il soggetto nella sua complessità e completezza;
- creare un ambito carico di sapere tecnico-pratico per poter indurre delle esperienze operative sufficientemente valide per essere accettate ed anche riconosciute come utili;
- sviluppare un "dialogo" che supera la lettura interpretativa, crea ponti relazionali, attiva questi affetti (valori) che danno spessore ai partecipanti, verità all'esperienza, ricchezza espressiva, capacità di far raggiungere al soggetto identità, spessore di personalità, forza resiliente (capacità di affrontare le difficoltà), spinta alla crescita, creatività, volontà e dilatazione delle valenze della coscienza;
- ricordare che tutto il "processo arte-terapeutico" non può essere attivato solamente con la poesia o con la gravidanza artistica, ma neppure dalla pura e semplice lettura-interpretazione delle opere, proprio perché per raggiungere gli obiettivi è imprescindibile integrare, attivare, sviluppare e fomentare un "dialogo" che è soggettivo, artistico-espressivo, psicoanalitico, ma soprattutto espressione di quelle valenze d'amore che solo il dialogo, la partecipazione, la solidarietà e la sussidiarietà possono far raggiungere.