



Corsi on Line di Erba Sacra

ARTETERAPIA PRATICA

Docente: Tatiana Muccioli

LEZIONE 1

Programma completo del corso

PRIMA PARTE

Prima lezione:	ARTHERAPY, STORIA E FINALITA'ARTISTICO-TERAPEUTICHE
Seconda lezione:	DAL DISEGNO ALLA PITTURA
Terza lezione:	LA SCULTURA
Quarta lezione:	LA MUSICA
Quinta lezione:	LA DANZA
Sesta lezione:	IL TEATRO
Settima lezione:	LA SCRITTURA
Ottava lezione:	IL GIOCO

SECONDA PARTE

Nona lezione:	COME INTEGRARE LE TECNICHE E CREARE UN SETTING
Decima lezione:	ARTETERAPIA OGGI
Undicesima lezione:	MANUALE PRATICO PER L'ARTETERAPEUTA
Dodicesima lezione:	RELAX-ART, COME RILASSARSI E SCOPRIRE I TALENTI
Tredicesima lezione:	ARTE E NEUROSCIENZE
	LIBRI CONSIGLIATI E IMMAGINI



*Questo corso è riconosciuto come credito didattico nella
formazione di **OPERA**, Accademia Italiana di Formazione Olistica
www.accademiaopera.it*

ARTHERAPY, STORIA E FINALITA' ARTISTICO-TERAPEUTICHE

La storia delle arti creative si è spesso intrecciata, fin dall'antichità, con quella della salute mentale. Gli antichi **Egizi** incoraggiavano le persone affette da disturbi mentali a "perseguire interessi artistici e frequentare concerti e balletti".



Anche gli antichi **Greci** utilizzavano il teatro e la musica per favorire la catarsi, liberare le emozioni represses e ritornare ad una vita equilibrata. I **Romani**, invece ritenevano che lo studio della letteratura potesse alleviare le sofferenze umane e la musica alleviasse la melanconia. Solo durante il periodo medievale l'arte intesa come cura dei disturbi emotivi subì un vero declino, sostituita dalla magia e dalla superstizione. Dal **Rinascimento** in poi, in Europa, la concezione dell'arte e soprattutto dell'artista vivono una vera trasformazione. L'artista viene concepito come una figura dotata di particolare sensibilità e l'opera d'arte viene vista come una sorta di strumento terapeutico che permette l'espressione di una realtà fantastica, che altrimenti l'avrebbe potuto portare alla follia.

Vale la pena ricordare, durante la **Rivoluzione Industriale**, in Inghilterra, un approccio noto come "terapia morale": i pazienti con disturbi mentali venivano accolti in rifugi in campagna e qui ricevevano cure, assistenza e svolgevano attività artistiche come pittura, scultura e musica. Fu in

uno di questi rifugi che **Vincent Van Gogh** trascorse buona parte della sua esistenza. Nel XX secolo vengono mossi i primi passi verso l'**Arteterapia** così come viene intesa oggi grazie a **Freud, Jung** e alla psicoanalisi. L'opera artistica è concepita come l'espressione dell'inconscio e come un derivato del processo di sublimazione degli istinti di base. **Margaret Naumburg**, psicoanalista e seguace di Freud, è considerata la fondatrice **dell'Arteterapia in America (Art Therapy)**. Ella scrive: "il processo dell'arte terapia si basa sul riconoscere che i sentimenti e i pensieri più profondi dell'uomo, derivati dall'inconscio, raggiungono l'espressione di immagini, piuttosto che di parole". Tali immagini esprimono i conflitti e in questa nuova veste appaiono più comprensibili, e quindi, più facilmente risolvibili. La relazione terapeuta-paziente gioca un ruolo importante nel processo terapeutico e il prodotto artistico diviene lo strumento che rafforza tale relazione.

Un'altra fondatrice dell'Arteterapia è **Edith Kramer**, contemporanea della **Naumburg**. La studiosa considera l'opera d'arte come un "contenitore di emozioni" e l'atto stesso del creare come terapeutico di per sé. Attualmente l'Arteterapia riflette un'ampia varietà di assunti teorici che si collocano in posizioni intermedie tra la Naumburg e la Kramer e forti influenze provengono dall'approccio umanistico, gestaltico, evolutivo e corporeo. Negli anni quaranta e cinquanta del XX secolo, in Gran Bretagna e negli Stati Uniti, l'arte terapia viene utilizzata come modalità di cura per reduci di guerra traumatizzati, accolti in ospedali psichiatrici. Inizialmente viene praticata da artisti sensibili al potenziale comunicativo dell'arte e da psicologi e psichiatri attratti dal linguaggio pittorico; si sviluppa in seguito come disciplina autonoma, ampliando il suo campo di applicazione alla prevenzione ed alla riabilitazione di diversi gruppi psicologici e sociali. La teoria su cui si basa la terapia fatta tramite l'arte, ha le sue radici sia nel campo artistico classico che negli studi sulla creatività associata all'ambito della psicodinamica. I lavori artistici che ne derivano, sono il mezzo per l'espressione e la comunicazione del mondo interno (emozioni, fantasie, paure, pensieri), e offrono un luogo dove è possibile dare una forma visibile e condivisibile ai propri vissuti.

Arte e guarigione nel mondo antico

L'Arteterapia è una disciplina basata principalmente sui campi dell'arte e della psicologia che si uniscono evolvendosi in un'unica nuova entità. Ma è arduo dire che si tratti di una pratica del tutto

moderna, poiché arte e guarigione si intrecciano già nel mondo antico. In effetti lo sviluppo dell'Arteterapia intesa come disciplina organizzata può essere vista come l'applicazione formale di tradizioni umane la cui origine si perde nella notte dei tempi, influenzate dalle tendenze intellettuali e sociali dei nostri giorni. Il desiderio dell'uomo di lasciare la propria impronta e di esprimere le immagini mentali nasce con lui; basti pensare ai graffiti rupestri, alle prime forme in terracotta, all'arte della maschera, ai riti e misteri della musica e della danza. Gli sciamani utilizzavano già queste forme per le loro pratiche di guarigione ed in qualche paese ancora i guaritori le attuano con modalità del tutto simili, come per esempio in Sudamerica.



Gli ospedali psichiatrici del XIX e inizio XX secolo

Nella nostra cultura l'arte entra agli inizi del XIX secolo negli ospedali psichiatrici ed è ampiamente documentato il crescente interesse della psichiatria in quel periodo, per l'espressione delle forme date alle proprie immagini mentali, da parte dei malati. Gli strumenti erano quelli consueti del disegno, della pittura, della scultura, musica, danza, recitazione. Da qui hanno origine il binomio

arte e follia, che rappresenta un vero e proprio stereotipo letterario, così come il termine **arte psicopatologica**, che ha prodotto una fiorente letteratura sull'argomento. In effetti la ricerca andava allora nella direzione di riuscire a trovare delle corrispondenze tra i sintomi tipici delle patologie psichiatriche ed i segni e le figure prodotti dai malati nelle loro opere, atteggiamento che oggi sappiamo discutibile ed artificioso. Molti grandi autori di quel periodo, che s'interessarono a questo tema criticarono comunque già allora tale approccio. Risale all'inizio degli anni '20 il saggio **Bildnerei des Geisteskranken** dello psichiatra tedesco **Hans Prinzhorn** con il quale egli sfidò sia la psichiatria che le Belle Arti a riconsiderare le loro nozioni di malattia mentale ed arte, contribuendo ad orientare l'osservazione sul **mondo interno**, sulla necessità interiore di esprimere, sulla corrispondenza non tra sintomo e forma, ma tra forma ed affetti.

Tendenze del XX secolo

Per gran parte della storia dell'uomo, la malattia mentale è stata guardata con paura e fraintendimento come manifestazione di forze sia divine che demoniache. Le tendenze della psicologia del XIX e XX secolo, al contrario, creano un contesto più umano per il malato psichiatrico. **Freud** e **Kris**, insieme ad altri autori contribuiscono a tale riumanizzazione teorizzando che, la produzione di fantasie rivela significative informazioni sull'unicità del mondo interiore di chi le ha prodotte. Altri autori iniziano a riconoscere il potenziale dell'arte quale strumento da utilizzare nel trattamento riabilitativo. Presto, il termine **Arteterapia** inizia ad essere utilizzato per descrivere una forma di psicoterapia che pone l'intervento a mediazione artistica, insieme a quello verbale, tra le modalità centrali di trattamento (**Naumburg**, 1950/1973). Una delle tendenze che emergono con più forza in questo periodo all'interno della moderna psicologia è stata l'attenzione su metodi standardizzati di diagnosi e ricerca. Parlando dell'opera di un artista o di un individuo malato di mente, **Kris** (1952) pensa che entrambi mettano in atto lo stesso processo psichico e cioè “portare un'esperienza interiore, un'immagine interiore, nel mondo esterno”. Questo “metodo della proiezione” rappresenta la base concettuale per i test di disegno proiettivo che si sono evoluti in psicologia durante il XX secolo.



Lo sviluppo dell'Arteterapia

Tra i principali autori universalmente riconosciuti per aver contribuito allo sviluppo dell'Arteterapia a partire in particolare dagli anni '40 possiamo citare due studiose, già prima menzionate: **Margaret Naumburg** ed **Edith Kramer**, i cui testi continuano ad essere usati quali fonti preziose nella letteratura sull'Arteterapia contemporanea. Margaret Naumburg, attraverso il suo lavoro pionieristico nell'innovativa scuola statunitense **Walden** ebbe modo di sviluppare le sue idee, iniziando negli anni quaranta a scriverne. A suo agio con il pensiero sia di **Freud** che di **Jung**, la Naumburg concepiva la sua **"Arteterapia dinamicamente orientata"**, come largamente analoga alle consuete pratiche psicoanalitiche. Le produzioni artistiche dei suoi clienti erano viste come comunicazioni simboliche di materiale inconscio poste in una forma diretta, concreta, senza censure, che lei pensava avrebbe aiutato nella risoluzione del transfert. Edith Kramer assunse invece un altro approccio, adattando i concetti della teoria della personalità di Freud per spiegare il processo arteterapeutico. La sua **"arte come terapia"** enfatizzava il potenziale terapeutico insito nel

processo creativo ed il ruolo centrale che il meccanismo di difesa della sublimazione gioca in tale esperienza. Altri autori sono in seguito intervenuti a documentare le esperienze e le evoluzioni di tale disciplina, fino ad arrivare ai giorni nostri, in cui l'Arteterapia viene “**colorata**” da vari approcci che pongono l'attenzione su elementi di volta in volta differenti, che possono essere integrati anche a seconda degli obiettivi da raggiungere. Tra questi abbiamo l'orientamento psicodinamico, quello umanistico, quello dell'apprendimento e dello sviluppo, quello sistemico e della terapia familiare. Attualmente l'Arteterapia viene applicata all'interno di molteplici realtà e con molteplici finalità; per esempio con bambini, adolescenti, adulti, anziani, in contesti educativi, sociali, riabilitativi, legali, con finalità di recupero, superamento di traumi, sostegno emotivo ed affettivo, sviluppo delle facoltà creative.



Che cosa si intende per “Arte” e per “Terapia”

La parola **arte** deriva dalla radice indoeuropea **are** o **re** che significa **adattare, aggiustare**, appare in greco nella parola **artuo**, cioè **articolare**, poi in latino, nella parola **ars, artis, modo di fare o modo di essere**. **Ars** si oppone a **ines, inertis**, ovvero, **senz'arte, inabile**. L'arte, è dunque maniera, talento, **savoir-faire**, abilità. È sinonimo di grazia, gusto, ingegnosità. Nel Medioevo, le materie d'insegnamento venivano designate con il nome di arti liberali (grammatica, retorica, dialettica,

aritmetica, geometria, astronomia), e di arti meccaniche (pittura, scultura, architettura). Con lo sviluppo della scienza, l'uso della parola arte in senso tecnico (arte si dice ***technè*** in greco), sparisce progressivamente. Il sapere umano perde il suo aspetto empirico ed intuitivo, per diventare sperimentale e scientifico. Così, l'arte della guerra diventa scienza militare, e l'arte medica, cara ad ***Ippocrate***, medico greco del V secolo a.C., diventa scienza. ***Claude Bernard*** scrive in ***Lecon de physiologie opératoire (Lezioni di fisiologia operatoria)***: "Si dice: la medicina è l'arte di guarire. Bisogna dire: lo scopo della medicina è di arrivare a guarire scientificamente, non in maniera empirica". Scienza e arte sono dunque due modi di conoscenza che sembrano distinguersi sempre più l'uno dall'altro. Ai nostri giorni, il senso più corrente è quello della produzione estetica, cioè, creare cose belle.

L'artista dovrà possedere dei doni, delle qualità creative, sensibilità, immaginazione, che lo pongono al di sopra degli altri uomini. Il filosofo francese ***Victor Cousin*** scrive: "L'arte è la riproduzione della bellezza. Quel potere in noi, capace di riprodurla, si chiama genio". L'arte implica anche l'idea di ***anti-natura***, come appare dai termini artificiale, artefatto, artificio. L'arte è anti-natura perché rappresenta la deviazione del quotidiano o della materia che vengono foggiate e formati. È l'espressione più alta dell'intenzionalità e della coscienza umana.

La parola ***terapia*** è un termine che deriva dal tedesco ***Therapie*** e prima ancora, dal greco ***therapeia***, che significa cure, servizi, assistenza. Sinonimo di ***terapeutica***, esso designa ***l'insieme delle azioni e delle pratiche destinate a trattare e a guarire le malattie***. Il termine terapia ha avuto un'importante evoluzione in questi anni. Definita fino a qualche tempo fa come un trattamento medico, la terapia ha oggi, nel linguaggio corrente, il significato di ***tecnica di sviluppo personale***. Esso designa in particolare un'azione psicoterapeutica non medica (cioè, senza diagnostica e né riferimento nosologico), basata su una concezione positiva della salute, definita come benessere psico-fisico e sociale. Tale azione, non invasiva, utilizza nuovi criteri come, la creatività, la capacità di comunicare, lo sviluppo personale. Di conseguenza, l'aggettivo terapeutico, designa un processo di ***trasformazione***.

La parola terapia è assolutamente di moda, l'aumento del tempo libero e del livello migliore di vita da un lato, lo sviluppo culturale e la presa di coscienza della soggettività psichica dall'altro, hanno

portato alla nascita di quello che i sociologi tedeschi definiscono *“il boom delle terapie”*. In questo caso, l’arte si trova in una posizione di relazione evidente con un contesto psicopatologico o clinico.

La magia dell’espressione artistica

L’arte è per definizione, un processo intenzionale e cosciente. Al di là dell’origine della cultura umana, l’arte sembra sorgere molto prima, da una sorta di base biologica. L’arte in generale, è insita nel processo di creazione della natura: **Alec Bristow**, in *“La vita sessuale delle piante”*, ha potuto constatare che nei fiori, sarebbe presente una sorta di potere nel creare strane forme e colori, che li distinguerebbe per questo, come i primi artisti creativi. Negli animali, basta osservare il piumaggio degli uccelli, il canto, le danze, i riti.

Le descrizioni dell’etologo austriaco **Konrad Lorenz** sui comportamenti per evitare un’aggressione o per sedurre, mostrano che molte specie animali ricorrono a degli artifici di rappresentazione che consentono di dare forma a certe pulsioni come l’aggressione o la sessualità. Questi fenomeni sono spesso strettamente legati alla funzione biologica sessuale, dato che si è potuto osservare in alcune specie di uccelli, una correlazione tra la funzione ormonale gonadica e la funzione creatrice. La successione delle attività riproduttive e delle cure agli uccellini è spesso molto elaborata presso gli uccelli nidificatori. Un maschio stabilisce un territorio da cui gli altri sono esclusi, con canti vigorosi. Fa la corte alla compagna esibendo il piumaggio, con danze e canti meravigliosi. Gli uccelli nidificatori maschi edificano delle costruzioni talvolta di due metri d’altezza, le decorano con orchidee ed altri fiori, le colorano con la polpa dei frutti o con il carbone, le ricoprono con una grande varietà di oggetti colorati e brillanti per attirare la femmina.

Tale impulso nel decorare la costruzione nel modo tipico di ogni specie è evidentemente forte. Un uccello costruttore satinato che si trovava in cattività, uccideva dei fringuelli e se ne serviva quando non aveva degli oggetti blu a disposizione. La danza più sfrenata, la pittura e la raccolta di oggetti di esibizione si producono allorché il maschio, che è atto all’accoppiamento molto presto nella stagione, aspetta che la femmina, assai più lenta, sia pronta a sua volta. (**S. Millar, La psicologia del gioco infantile**).

In un libretto poco noto, ***Biologia dell'arte***, il celebre biologo ***Desmond Morris***, ha tentato di fare il punto sulla questione delle capacità artistiche dei primati. Ha lavorato per alcuni anni allo zoo di Londra, dove era stato ingaggiato come cineasta. Approfittando dell'occasione, fece una serie di esperienze con uno scimpanzè di nome Congo. È all'età di un anno e mezzo che il piccolo scimpanzè, eseguì il suo primo disegno: "... Gli porsi una matita, la sua curiosità si rivolse all'oggetto. Piano piano misi le sue dita attorno alla matita, la punta appoggiata al foglio e lo lasciai fare. (...) Con gli occhi fissi sulla carta, Congo si mise a tracciare una linea dopo l'altra, e mentre lo osservavo, notai che concentrava i suoi tracciati in una zona ben definita, una piccola parte del cartoncino, dove si trovava una macchiolina d'inchiostro blu. Ciò significava che anche al suo primo scarabocchio, i tratti eseguiti da Congo, non erano delle semplici linee tracciate a caso: portava in sé il germe, per quanto ancora primitivo, della visualizzazione del motivo".

"... Christine, un altro scimpanzè, preferiva la pittura con il dito. I colori la incuriosivano moltissimo, benchè indubbiamente li usasse senza la minima cognizione delle loro combinazioni. Le piaceva la consistenza della pittura e si divertiva a farla colare tra le dita. Appena scorgeva il barattolo della vernice lanciava un urlo: "Ahh-Ahh!!!", che significava molto bene, saltellava al colmo dell'eccitazione. Giocava con i colori finchè la lasciavo fare. Le sue figure sono a tal punto simili a quelle di un bimbo, che uno psicologo non riuscirebbe a trovarvi nessuna differenza...".

Alcune opere di scimmie dello zoo di ***Baltimora***, furono presentate a dei pediatri che senza esitare, le identificarono e le interpretarono. Una delle opere, secondo la diagnosi fatta, apparteneva ad un bambino di sette o otto anni, che rivelava tendenze aggressive e paranoiche; questi psicologi, che avevano peraltro al loro attivo migliaia di osservazioni, non riuscirono a scoprire un segno di ***infraumanità***. Le pitture delle scimmie sono differenziate ed esprimono il carattere proprio dell'autore. Alcuni motivi rozzi ricorrono spesso, e comunque non si trova mai traccia di figurazione. Riferendosi all'analisi di ***Rhoda Kellog***, in ***What children Scribble and Why (Ciò che i bambini scarabocchiano e perché)***, sullo sviluppo del grafismo nel bambino dallo scarabocchio alla figura umana, vediamo che la scimmia si avvicina molto, senza mai riuscire ad arrivarci, alla raffigurazione del viso. Così, l'enigma di una brusca fioritura di un'arte di eccellente qualità nel Paleolitico, diventa più comprensibile, se si considera che i nostri antenati morfologicamente vicini alle scimmie,

possedevano allo stato primitivo, simili attitudini estetiche, alle quali si aggiunse ulteriormente l'attitudine specificamente umana della simbolizzazione.

Per i primitivi, l'arte è magia

Quando cerchiamo i primi segni di una cultura umana troviamo **le tombe**; sembra che la scoperta della morte e la presa di coscienza di essa abbiano coinciso con l'inizio di un grande processo creativo. L'uomo primitivo, emergendo dal mondo dell'istinto, chiede il perché delle cose. Egli postula l'esistenza di forze misteriose. Vivendo in un mondo reso ostile da glaciazioni recenti, proiettato fin dalla nascita in un ambiente dominato dagli animali e dalle catastrofi naturali, crea delle pratiche magiche per affrontare al meglio il terrore quotidiano. L'arte preistorica è magia, cioè presa di possesso; per impadronirsi del mondo che lo circonda, il primitivo lo cattura sotto forma di immagini. Crea un doppio che, secondo le sue credenze, coinvolge l'originale. La somiglianza è garanzia d'efficacia: il primitivo cacciatore o mago, mima fin nei minimi particolari l'andatura ed i movimenti dell'animale, aiutandosi talora con accessori come pelli, zanne o crani.

Questa prima tappa della rappresentazione senza oggetto corrisponde alla **danza rituale**. Così gli indiani della costa nord-ovest dell'America, imitano nella loro danza, il salto del salmone, il loro principale alimento. Il danzatore può anche cercare di incarnare uno spirito o un eroe leggendario, inventore del fuoco o dell'acqua... che viene resuscitato. La danza allora diventa dramma e teatro. Non c'è rottura tra le parti animate e le arti figurative come la pittura e la scultura, poiché la danza primitiva è quasi sempre accompagnata da pitture rituali del viso e del corpo. Essa rende l'illusione più piena con la maschera, la cui importanza è capitale. Spesso, il fatto di farsi una maschera per la prima volta, rappresenta per il giovane iniziato, la scoperta del suo spirito protettore. L'identità visibile, dà l'identità invisibile.

L'arte è dunque essenzialmente uno strumento di rappresentazione dell'invisibile. Scolpire o dipingere significa trasmettere all'oggetto il compito di imitare, riservato fino a quel momento al corpo o alle danze. Il doppio magico non è più il danzatore, ma un'immagine uscita dalle sue mani. L'oggetto creato è un medio termine tra l'animale e l'uomo. La somiglianza, rende la copia solidale con l'originale. Come il mago moderno crede di poter fare ammalare la persona presa di mira

infilzando una statuetta, così il cacciatore del Paleolitico, colpendo il doppiopiede dell'animale, credeva di essersi assicurato la vittoria durante la caccia. Quanto alle statuette callipigie del periodo Aurignaciano (Paleolitico superiore), esse dovevano assicurare la fecondità delle donne.

Arte tribale e arte contemporanea

L'arte tribale primitiva, si pone agli antipodi dell'arte contemporanea per molti aspetti, come si può notare dal seguente confronto delle caratteristiche di entrambe:

- **ARTE TRIBALE PRIMITIVA:** arte funzionale, partecipazione, democratica-popolare, comunitaria, oggettiva, ritmica, integrazione, tradizione, azione, comunicazione.
- **ARTE CONTEMPORANEA:** arte per l'arte, consumazione, elitaria-professionalismo, individualismo, soggettiva, estetica, specializzazione, contestazione, contemplazione, individuazione.

L'arte tribale primitiva è presente in tutte le azioni importanti della vita: feste, iniziazioni, caccia, riti di guarigione. I suoi temi, riflettono problemi concreti, come caccia, malattie, riproduzione; l'arte è attività. Essa mantiene la coesione (funzione catalitica), e l'equilibrio (funzione omeostatica) del gruppo, da un lato, rafforzando il sentimento d'identità tramite la riattualizzazione permanente dei riti e dei miti del clan (la funzione pedagogica), dall'altro instaurando uno spazio libero in cui l'eccesso di energia può scaricarsi (la funzione di autoregolazione catartica). In questa attività comune alla quale tutti partecipano, lo scambio tra gli attori e gli spettatori è continuo. Il principio formale che sorregge l'arte primitiva è il ritmo in tutte le sue forme, la bellezza dell'opera d'arte è accessoria. Nel corso dei secoli, l'arte perde via via la sua funzione comunitaria, per diventare progressivamente un mezzo di propaganda, dapprima nelle mani della Chiesa (arte religiosa) e poi in quelle della Monarchia (balletto di corte, ritratti dei re...) e infine dell'alta borghesia. Fissata nell'**Accademismo** essa rappresenta solamente i valori di una minoranza dominante. Tuttavia, dal XVIII secolo, sta lentamente mutando rotta facendosi strumento di critica sociale. Pensiamo al pittore **Francisco Goya**, che mostra i volti contratti della famiglia reale spagnola. Questo movimento

d'insurrezione crescente, che politicamente culmina con la **Rivoluzione Francese**, coincide con la nascita di una coscienza soggettiva.

Il Romanticismo

Con il **Romanticismo** sorge una nuova forma di coscienza. L'arte cessa di trarre la fonte della sua ispirazione dal mondo antico per ritornare a quanto l'artista ha di più personale, cioè i suoi sentimenti. Il filosofo tedesco **Johann Gottlieb Fichte** dichiara: "La forza dell'immaginazione è la base di ogni arte". Lo scrittore francese **Stendhal** afferma: "La bellezza antica è inconciliabile con le passioni moderne". Il Romanticismo invoca un ritorno alla Natura in quello che ha di smisurato, di selvaggio e mutevole, di sublime e pittoresco. In nome della Natura esso cerca di dare libero corso ai propri impulsi. In uno slancio panteistico, i romantici celebrano l'anima infelice. "Le più grandi conquiste l'uomo le deve al sentimento doloroso dell'insufficienza del proprio destino" (**Madame de Stael**). Lo scrittore francese **Etienne Pivert de Senancour** aggiunge: "Da dove viene all'uomo la felicità più duratura, la voluttà per la malinconia?". Da questa contemplazione morbosa, che diede tono a tutta una generazione di artisti, nascerà una coscienza introspettiva dei meccanismi psicologici dell'individuo. Il Romanticismo è una delle fonti della Psicologia moderna, e riappare ogni volta che l'artista si abbandona alla contemplazione dei propri sentimenti.

L'Impressionismo

Il carattere soggettivo e privato dell'arte si accentua con il movimento di rottura che arriva dagli **Impressionisti**. Volgendo le spalle all'accademismo, sopravvivenza della monarchia accentrata, essi rifiutano ormai di produrre per la società borghese ed i suoi valori tradizionali. La campagna, i contadini, i paesaggi, sono i nuovi temi della pittura. Contemporaneamente appare un nuovo linguaggio pittorico in cui il pittore non cerca di realizzare fedelmente un oggetto (**mimesis** o copia, naturalismo aristotelico), ma dipinge "parallelamente alla natura" (**Paul Cezanne**), traducendola ad esempio con forme semplici come il cubo, il cono o il cilindro. Il quadro diventa una costruzione ritmica, in cui il misero trucco della prospettiva (**Guillaume Apollinaire**) sparisce, a vantaggio di uno

spazio pittorico a due dimensioni. L'illusione è vinta a vantaggio della messa in forma (*Gestaltung*) con i mezzi formali. Da **Cezanne** all'arte astratta, passando per il **Cubismo** ed il **Suprematismo**, l'oggetto scompare.

Si compie perciò l'auspicio dello scrittore tedesco **Friedrich Schiller**: "Il contenuto non è nulla, la forma è tutto... il segreto dell'artista consiste in questo: cancella la natura con la forma". Dal 1910 gli artisti entrano in contatto con i diversi rappresentanti della Psicologia moderna, in particolare con lo psicanalista austriaco **Sigmund Freud**. Sotto la sua influenza, il poeta francese **Andrè Bretòn** ed i **Surrealisti** scoprono il potere illimitato del sogno, e i dedali dell'inconscio. L'arte diventa per l'artista un modo per obiettivare la propria soggettività: questo processo di messa in forma si rivela terapeutico. **Andrè Breton** in letteratura, il regista statunitense **Lee Strasberg** in teatro, il pittore statunitense **Jackson Pollock** in pittura, hanno tutti in comune questa volontà di mettere a nudo gli strati nascosti della persona per fare scaturire dall'inconscio fantasmi e sogni.



Antonin Artaud scrittore, attore e regista francese, attribuisce al teatro la medesima funzione della peste: uno stato di trance da cui si deve uscire guariti. Per il pittore francese **George Mathieu**, si tratta "per mezzo della spontaneità, la rapidità ed il rischio, di evitare tutte le forme di azione già prescritte e di raggiungere uno stato estatico". L'artista si lancia in avventure psichiche.

Mark Rothko: “L’artista è un eroe che non teme il pericolo”. **Serge Poliakof:** “L’arte è un’impresa pericolosa”. **Millares:** “L’arte non ha tregua: è un suicidio e una nascita continua”.

La filosofia del Novecento

Si ritrova qui il tono enfatico e grave del **Romanticismo** di cui un buon numero di artisti condivide il gusto per la rappresentazione dell’uomo sofferente e dell’esistenza tragica. Questo scivolamento verso un **polo morboso**, che ricorre periodicamente nella storia dell’arte, trova un eco nel XX secolo con le tesi freudiane ed esistenzialistiche. **Freud insegna all’uomo che è un nevrotico**. La sua **Weltanschauung (visione del mondo)**, è intrisa di un pessimismo alla **Schopenhauer**; la parola gioia (**Freude** in tedesco) non appare nemmeno una volta nella sua opera. Quanto all’esistenzialismo, esso sostituisce la lieta ferocia dello scrittore francese **Alfred Jarry**, l’estro di **Apollinaire**, l’umorismo corrosivo dei **Dada**, la sfrontatezza del pittore francese **Marcel Duchamp** con altrettante cose tristi; la vita è cura per il filosofo tedesco **Martin Heidegger**, angoscia e nausea per il filosofo francese **Jean-Paul Sartre**, assurdità per lo scrittore **Albert Camus**, disperazione per il filosofo danese **Soren Kierkegaard**!

È per guarire da questi sentimenti che **John Cage**, compositore di musica e pittore, consulta un giorno nel 1945 uno psicanalista. Avendo questi affermato: “Dopo un’analisi potrete comporre di più!”, l’artista insoddisfatto volge definitivamente le spalle alla psicologia e sostituisce l’intenzione simbolica con il caso (**Zen**). Riallacciandosi alla tradizione di **Dada**, di **Duchamp**, e del pittore tedesco **Kurt Schwitters**, lancia i primi happening. In un teatro fatto dai pittori, viene privilegiata l’integrazione attori-spettatori, l’ambiente, la sospensione dell’esame razionale. “Se la materia allucinatoria è la stessa, non si tratta di ridurla in parole o in argomenti, ma di trasformarla in linguaggio visibile immediato”. (**J. J. Lebel**). L’arte ritrova il suo spirito e la sua virulenza, si distanzia dal soggettivismo degli anni Cinquanta. L’artista lavora alla soppressione della distanza tra l’arte e la vita, verso la mobilità e la comunicazione tra gli esseri. L’idea di guarire per mezzo dell’arte rimane presente, non nella rappresentazione contemplativa e naturalistica della malattia, ma sotto forma di cura pubblica. “L’azionismo fu anzitutto un’ottima terapia, che si svolgeva in pubblico. In pratica,

recuperai la mia infanzia, ebbi la possibilità di reagire completamente”. (*O. Muehl Weg aus dem Sumpf, Strada per la palude*).

L'arte contemporanea

Sarebbe tuttavia errato credere che gli artisti degli anni Sessanta cercassero un effetto terapeutico, questo è un sovrappiù. Se tentiamo di fare un bilancio dell'arte moderna, vediamo anzitutto che ha permesso di introdurre un certo numero di elementi formali nuovi (si vedano le ricerche di **Paul Cezanne, Pablo Picasso, James Joyce, John Cage, Karlheinz Stockhausen**) che hanno notevolmente ampliato il ventaglio dei mezzi espressivi dell'artista. Inoltre, essa ha suscitato una dinamica di individuazione assente sia nell'arte primitiva sia in quella accademica: critica sociale, rimessa in questione delle forme tradizionali, ricerca sistematica a livello dei mezzi espressivi, formazione della soggettività.

Ciò nonostante, l'arte moderna non è riuscita a sfuggire all'urto della civiltà dei consumi. L'artista soppiantato dai tecnocrati della musica in conserva, della televisione e dei fumetti, non ha più molto da dire nella sovrabbondanza della realtà sociale; ha perduto l'influenza che aveva un tempo e produce ai margini della società, per un pubblico ristretto. La cultura occidentale attuale è tale e quale il suo pubblico. Consumatore passivo, spettatore isolato, il cittadino del XX secolo, ha davvero difficoltà a reinventare una cultura più partecipativa e comunitaria che, nel deserto della vita contemporanea, soddisfi il suo bisogno sempre crescente di comunicazione. Una simile cultura esiste forse ancora in parte, nelle aree dove l'industrializzazione non ha ancora completamente distrutto le comunità naturali. In questi luoghi si esprime, attraverso l'arte popolare, una volontà di conservare un'arte democratica e viva.

Due artisti tentano di rispondere oggi a questa sfida posta all'arte contemporanea. Il primo **Joseph Beuys**, artista tedesco consacrato dalla critica internazionale, si è prodigato nella diffusione di teorie che attribuiscono all'arte un ruolo più ampio. Non solo si è distinto per alcune azioni spettacolari (le settemila querce della **Dokumenta di Kassel, 1982**) e formule come “Il Capitale è la creatività”, ma si è sforzato di sensibilizzare i mass media a un concetto particolarmente fecondo, ovvero quello di arte sociale. Il concetto stesso di arte si amplia e non riguarda più soltanto l'attività dei pittori, degli

scultori, dei musicisti, dei poeti, della gente di teatro, degli architetti e così via, ma concerne tutto il lavoro umano. **Beuys** afferma: “Ecco lo sviluppo che è necessario dell’arte (...) in pratica, e questo significa che ogni persona attiva dovrebbe imparare anche una nuova disciplina artistica, che è quella dell’**ARTE SOCIALE**, della **SCULTURA SOCIALE**. (...) Con il termine arte sociale si intende coltivare le relazioni tra gli esseri umani: quasi come un atto di vita. (...) Secondo questa concezione di arte antropologica ogni uomo è un’artista”.

Il secondo, **Otto Muehl**, pittore e azionista viennese degli anni Sessanta, ha preso radicalmente le distanze dall’arte contemporanea, le cui ricerche gli sono sembrate sterili, troppo lontane dalla vita quotidiana. La sua concezione definita **Reality Art (Arte della Realtà)** si è concretizzata a partire dal **1970** in un modello sociale comunitario, cioè la cosiddetta **COOPERATIVA DI FRIEDRICHSHOF**, che sembra realizzare in modo perfetto l’idea di arte antropologica in cui ogni uomo è un artista.



“Le arti terapeutiche possono essere ovviamente utilizzate anche in sinergia. Ad esempio, si può invitare i soggetti a fare un disegno lasciandosi ispirare dalla musica, o chiedere di rappresentare a livello teatrale o con la danza un certo brano poetico o musicale. Utilizzare insieme diversi registri sensoriali e comunicativi, o passare dall’uno all’altro può essere infatti molto utile per promuovere flessibilità e fluidità ed affrontare gli stessi temi da una prospettiva diversa”. (Alessandra Improta).

TEST

Riflessioni sul contenuto della prima lezione

Per consentire un veloce apprendimento dei concetti esposti, si richiede allo studente di meditare sul significato di alcune affermazioni relative al pensiero terapeutico, all'approccio metodologico, all'evoluzione della modalità nel fare terapia, a partire dagli anni quaranta e fino ai giorni nostri. Rispondere in maniera del tutto intuitiva, ma anche sulla base delle proprie esperienze personali, descrivendo con un breve commento, il proprio pensiero in merito ai seguenti argomenti (sono d'accordo perché.... non sono d'accordo in quanto.... lo proporrei... e così via):

- 1- **Freud e Jung**, ad un certo momento interrompono la loro collaborazione per dedicarsi ad un diverso approccio terapeutico. Jung introduce il concetto di inconscio collettivo e sebbene entrambi abbiano una valenza di precursori dell'arte utilizzata come terapia, quest'ultimo, attraverso le sue personali sperimentazioni con i pazienti, applica al meglio nuovi e particolari concetti nel fare **"terapia delle emozioni"**.
- 2- La **Naumburg** e la **Kramer**, seguaci e studiose sia di Freud che di Jung, sviluppano modalità differenti. La prima, procede utilizzando una metodica a mediazione artistica e verbale, più vicina alla psicomotricità, per cui, i simboli dell'inconscio sono un mezzo attraverso il quale risolvere il conflitto nell'ambito del transfert. La Kramer, partendo dalla teoria della personalità di Freud, afferma che il processo creativo ha un potenziale terapeutico, assumendo il ruolo centrale del meccanismo di difesa della sublimazione, nell'esperienza creativa.
- 3- Tra la Naumburg e la Kramer, si sviluppano diversi **approcci terapeutici** ad indirizzo umanistico, gestaltico, evolutivo, corporeo. **Negli anni quaranta**, psicologi e psichiatri praticano negli ospedali la cosiddetta **"arte psicopatologica"**.
- 4- **Kris** afferma che un artista sano e un malato di mente, nel fare arte, partono dallo stesso processo psichico: portare un'immagine interiore nel mondo esterno.

- 5- Oggi nel **Terzo Millennio**, l'arte come terapia viene introdotta con varie finalità, per cui si lavora anche con soggetti "pseudo-sani", stressati, oppure periodicamente in crisi esistenziale. Gli ambiti di applicazione attuali sono vari: orientamento psicodinamico e umanistico, bioenergetico, a mediazione corporea, area di apprendimento e sviluppo (anche con bambini più o meno portatori di deficit psicofisici), terapia sistemica e familiare. Nasce in questo senso, la figura del Counselor professionale Olistico con indirizzo arte terapeutico.
- 6- Victor Cousin: "L'Arte è la riproduzione della bellezza. Quel potere capace di riprodurla si chiama genio". Esiste un genio dentro ogni personalità?
- 7- L'arte è anti-natura, deviazione del quotidiano o della materia che vengono foggiate e formati. L'arte è l'espressione più alta dell'intenzionalità e della coscienza umana.
- 8- Il significato della parola terapeutica: insieme delle azioni e delle pratiche destinate a trattare e a guarire le malattie.
- 9- Il significato di terapia oggi: tecnica di sviluppo personale, intesa come azione psicoterapeutica non medica (senza diagnostica o riferimenti nosologici), basata su una concezione positiva della salute definita come benessere psicofisico e sociale. Tale azione non invasiva, utilizza nuovi criteri: creatività, capacità di comunicazione, sviluppo personale.
- 10- Terapeutico=trasformazione.
- 11- Il filosofo tedesco **Johann Gottlieb Fichte** dichiara: "La forza dell'immaginazione è la base di ogni arte". Lo scrittore francese **Stendhal** afferma: "La bellezza antica è inconciliabile con le passioni moderne". Il Romanticismo invoca un ritorno alla Natura in quello che ha di smisurato, di selvaggio e mutevole, di sublime e pittoresco. Il Romanticismo è una delle fonti della Psicologia moderna, e riappare ogni volta che l'artista si abbandona alla contemplazione dei propri sentimenti.
- 12- Dal 1910 gli artisti entrano in contatto con i diversi rappresentanti della Psicologia moderna, in particolare con lo psicanalista austriaco **Sigmund Freud**. Sotto la sua influenza, il poeta francese **André Bretòn** ed i **Surrealisti** scoprono il potere illimitato del sogno, e i dedali

dell'inconscio. L'arte diventa per l'artista un modo per obiettivare la propria soggettività: questo processo di messa in forma si rivela terapeutico.

13- Nella filosofia del 900, si ritrova il tono enfatico e grave del **Romanticismo** di cui un buon numero di artisti condivide il gusto per la rappresentazione dell'uomo sofferente e dell'esistenza tragica. Questo scivolamento verso un **polo morboso**, che ricorre periodicamente nella storia dell'arte, trova un eco nel XX secolo con le tesi freudiane ed esistenzialistiche. **Freud insegna all'uomo che è un nevrotico**. La sua **Weltanschauung (visione del mondo)**, è intrisa di un pessimismo alla **Schopenhauer**; la parola gioia (**Freude** in tedesco) non appare nemmeno una volta nella sua opera. Quanto all'esistenzialismo, esso sostituisce la lieta ferocia dello scrittore francese **Alfred Jarry**, l'estro di **Apollinaire**, l'umorismo corrosivo dei **Dada**, la sfrontatezza del pittore francese **Marcel Duchamp** con altrettante cose tristi; la vita è cura per il filosofo tedesco **Martin Heidegger**, angoscia e nausea per il filosofo francese **Jean-Paul Sartre**, assurdità per lo scrittore **Albert Camus**, disperazione per il filosofo danese **Soren Kierkegaard**!

14- **Beuys** afferma: "Ecco lo sviluppo che è necessario dell'arte (...) in pratica, e questo significa che ogni persona attiva dovrebbe imparare anche una nuova disciplina artistica, che è quella dell'**ARTE SOCIALE**, della **SCULTURA SOCIALE**. (...) Con il termine arte sociale si intende coltivare le relazioni tra gli esseri umani: quasi come un atto di vita. (...) Secondo questa concezione di arte antropologica ogni uomo è un'artista".

15- *"Le arti terapeutiche possono essere ovviamente utilizzate anche in sinergia. Ad esempio, si può invitare i soggetti a fare un disegno lasciandosi ispirare dalla musica, o chiedere di rappresentare a livello teatrale o con la danza un certo brano poetico o musicale. Utilizzare insieme diversi registri sensoriali e comunicativi, o passare dall'uno all'altro può essere infatti molto utile per promuovere flessibilità e fluidità ed affrontare gli stessi temi da una prospettiva diversa". (Alessandra Improta).*