

Il processo artistico e il prodotto estetico nel contesto terapeutico

di Alexandra Kalsdorf*

“Ho scoperto con lei che disegnare è un’azione delicata che comprende e ti fa capire l’anima, ti stupisce o ti commuove e ti lascia perplesso, che un segno, una forma, contengono così tante informazioni dell’anima e del cuore.”

Un paziente

Possono un segno, un colore, un gesto, una forma, rivelare qualcosa su di noi? Le immagini che provengono dal nostro interno che cosa raccontano che le nostre parole non dicono o che sfugge alla nostra mente? Attraverso l’espressione di sé con diversi materiali e colori è possibile conoscersi meglio, acquisire una maggiore consapevolezza sui temi che caratterizzano la nostra vita e di confrontarsi con essi.

Il lavoro creativo – il gesto, l’immergersi nel colore – è liberatorio e focalizza la mente, permettendo di lasciar andare pensieri, tensioni e stress, rinforzando la consapevolezza di una fonte vitale inesauribile dentro di noi e della nostra capacità di attingerci anche nella vita di ogni giorno: sperimentiamo il potere di essere esseri creativi nel senso più vasto e di potere dare forma alla nostra vita, una capacità e responsabilità di cui spesso, in una situazione di crisi esistenziale che si può presentare in forma di una malattia o di altri accadimenti che alterano il nostro stato di quiete, non ci crediamo più capaci.

L’Arte-Terapia nata dalle discipline della psicologia umanistica utilizza, nella sua assegnazione di cura complementare, questo potenziale dell’atto creativo permettendoci di intraprendere con l’altro la ricerca di un benessere maggiore, una consapevolezza ampliata riguardo la propria persona su livello emozionale, corporeo o spirituale.

Ma questa ricerca riesce esclusivamente con l’espressione della propria realtà interiore o esteriore? O forse è necessario, con l’ausilio della materia, di elaborare i contenuti emersi e sperimentare, ad esempio sulla superficie di un’immagine, delle vie e delle soluzioni alle quali non abbiamo mai pensato prima oppure che sembrano troppo azzardate e rischiose nella realtà?

Una volta diventati rappresentazione, un prodotto estetico, abbiamo la possibilità di applicare delle modifiche alla sua struttura, ai colori, alla sua composizione, la sua grandezza o anche alla sua materialità; può essere ampliato o rimpicciolito, può cambiare ritmo: accompagnati con interventi sensibili ed attente, i contenuti emersi diventano il materiale al quale mettere mano per riorientare, reindirizzare e cen-

trare questi processi vitali e rendere possibile uno sviluppo di crescita dell’individuo: le immagini sviluppate e i gesti compiuti, fanno ritorno nell’esperienza della persona che le attua.

Il ruolo del terapeuta qui è di predisporre le condizioni giuste e di (ri-)portare in vita le risorse delle quali le persone già dispongono.

L’Arte-Terapia trova applicazione in molti ambiti: può sostenere chi cerca un percorso di crescita personale o persone in situazioni di vita difficili, chi ha delle necessità particolari come autismo o la sindrome di down oppure persone che vivono con un disagio psichico o psichiatrico, ma anche persone anziane che soffrono della malattia di Alzheimer o Parkinson: Non essendo altro che uno strumento, l’Arte-Terapia può accompagnare tutte le età.

L’esempio esposto in queste pagine è frutto del lavoro effettuato con un ragazzo giovane che al tempo del primo incontro, nel gennaio 2013, aveva dodici anni. Il ragazzo, lo chiamiamo Simone, è affetto dalla sindrome di down. Non tutta l’enfasi deve essere messa sulla sua specifica necessità. Il motivo per cui gli è stato proposto un percorso di Arte-Terapia era per offrirgli un sostegno nel suo sviluppo e nel confronto con la nuova emotività che emergeva con l’ingresso nell’età dell’adolescenza. Diventano visibili l’eloquenza e la coerenza con cui Simone prosegue nel suo percorso creativo di vita. Si esprime e sperimenta, da solo o in un dialogo con la terapeuta, e utilizza l’immagine anche concretamente come superficie di gioco - sembra pensare attraverso l’immagine e dimostra uno sviluppo lineare attraverso i due anni del lavoro insieme.

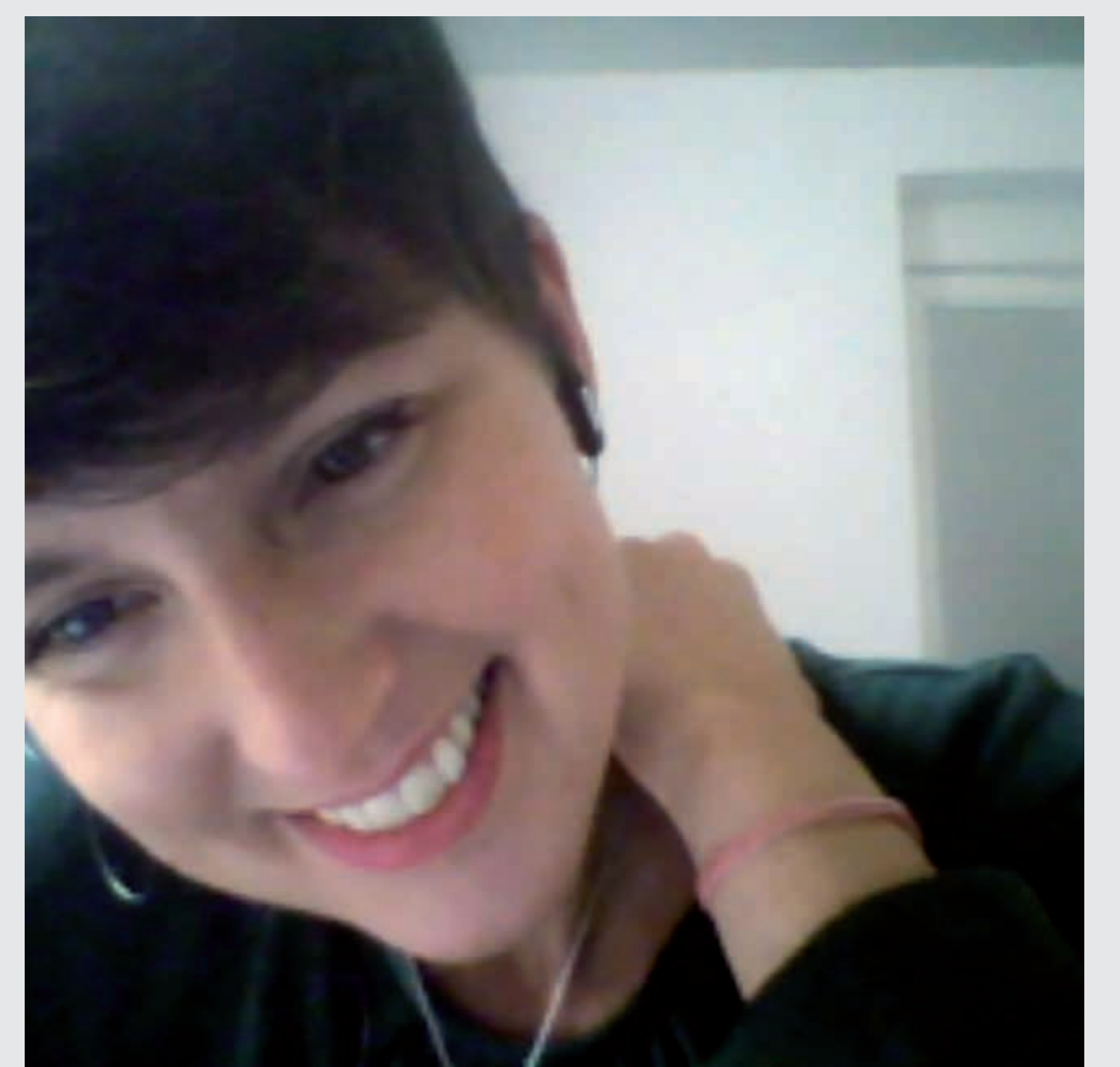
L’arteterapeuta ha qui voluto creare uno spazio di gioco e di fiducia dove le attività possono svolgersi senza intenzionalità specifiche e pre-stabilite in un gioco tra la terapeuta e il ragazzo. All’interno di questa cornice dello spazio fisico e il tempo dell’incontro, con tutti i materiali a disposizione a libera scelta, si manifesta l’attività creativa, mentale e fisica di Simone.

*Biografia

Alexandra Kalsdorf è nata e cresciuta in Germania, l’arte l’accompagna da sempre. Già la sua prima formazione fa riferimento al mondo delle immagini: si è laureata in Storia dell’Arte all’Università di Heidelberg. Durante questi studi ha avuto occasione di studiare e lavorare in Italia, a Pisa, Venezia e Firenze, fino a quando si è trasferita a Como, dove vive e lavora da molti anni.

Ha concluso una seconda formazione in Arte-Terapia all’Institut für Kunsttherapie (IKT) a Monaco di Baviera, collegato all’Università di Scienze Applicate di Nürtingen in Germania. Nell’ambito dell’Arte-Terapia ha collaborato con diverse realtà cliniche psichiatriche italiane e tedesche. Come libera professionista lavora in setting individuali a Como e offre dei workshop auto-esperienziali in diverse associazioni tra Como e Milano. Nell’ambito della formazione aziendale cerca di introdurre delle metodologie appartenenti all’Arte-Terapia nei percorsi formativi.

Per ulteriori informazioni visitate il sito: www.kalsdorf.net



Il processo artistico e il prodotto estetico nel contesto terapeutico

“Io e lo spazio”

Durante tutto il percorso di Arte-Terapia, accanto alle tematiche che riguardano eventi specifici della sua vita, Simone porta avanti con continuità e coerenza una ricerca sullo spazio – sul suo spazio? Le immagini riportate sono state scelte in un periodo di due anni e seguono l’ordine cronologico in cui sono state realizzate.



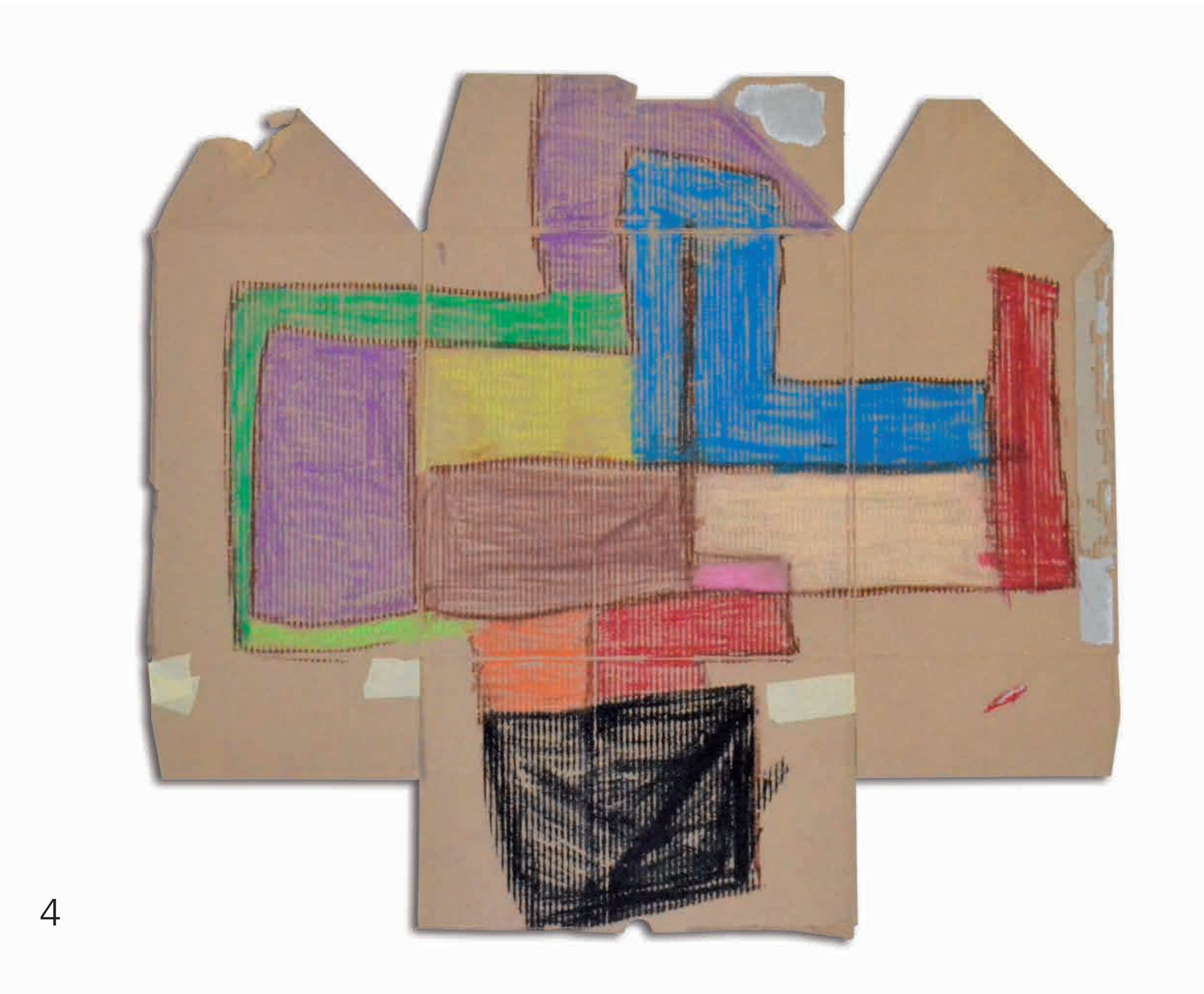
1



2



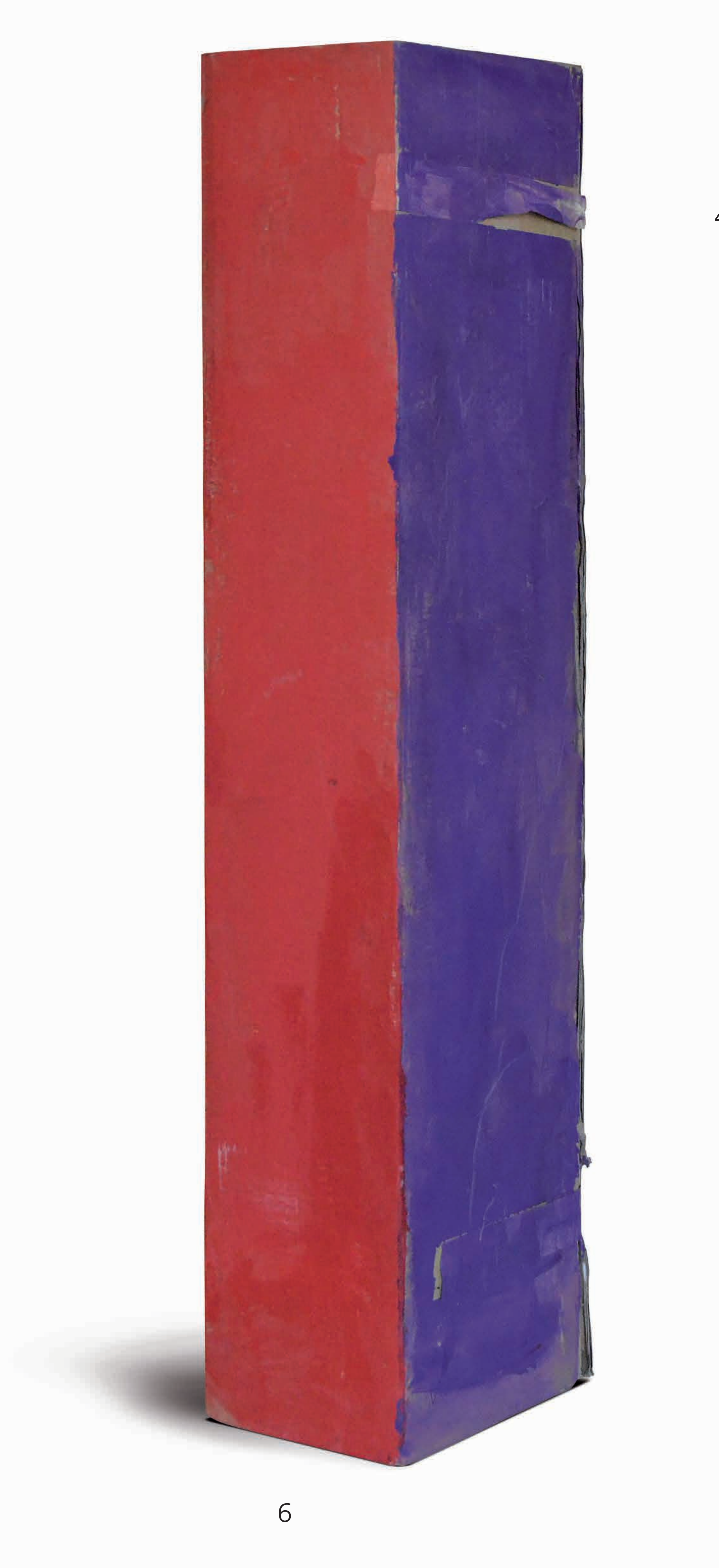
3



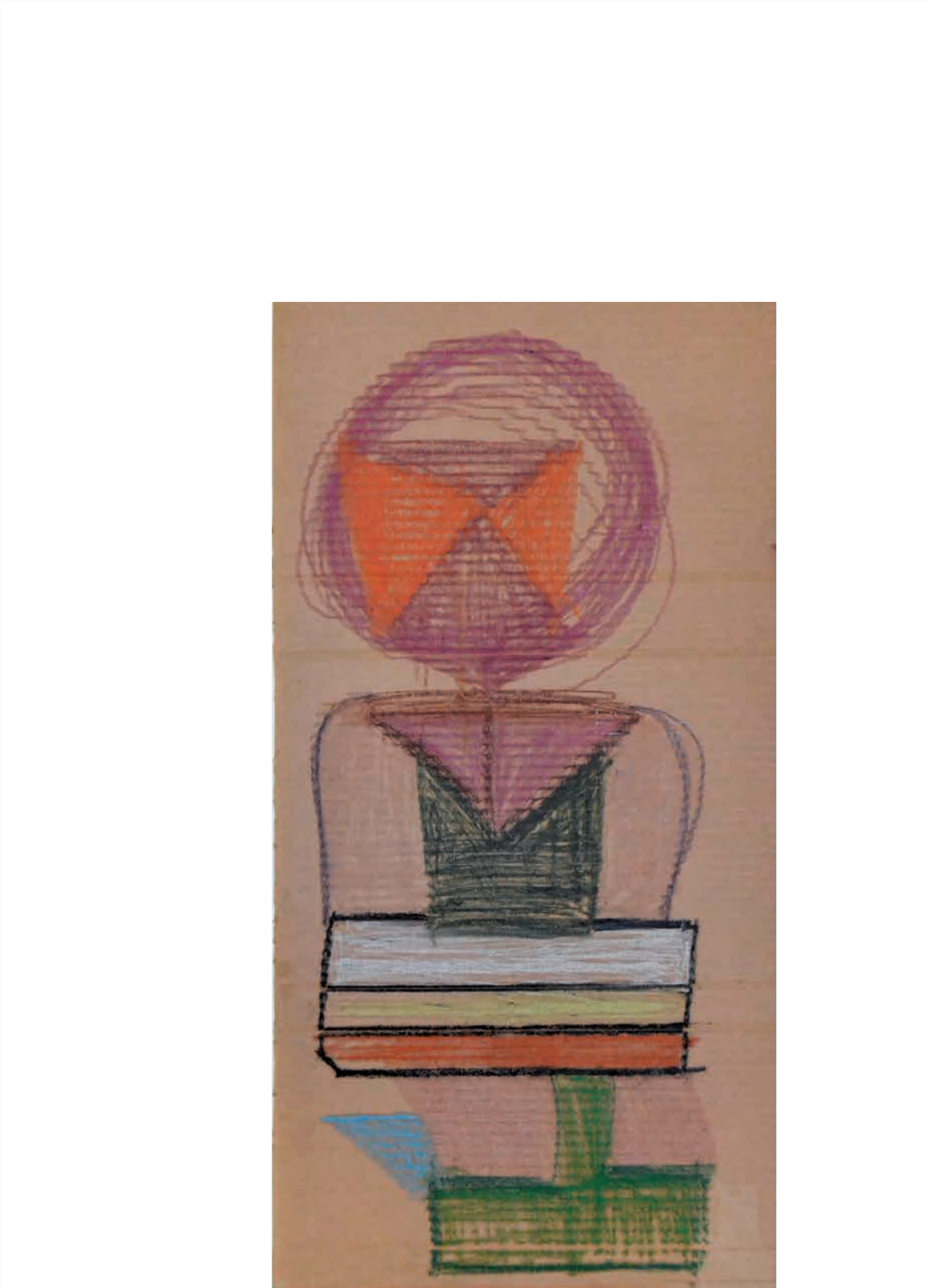
4



5



6



7

Il processo artistico e il prodotto estetico nel contesto terapeutico

“Io e la Morte”

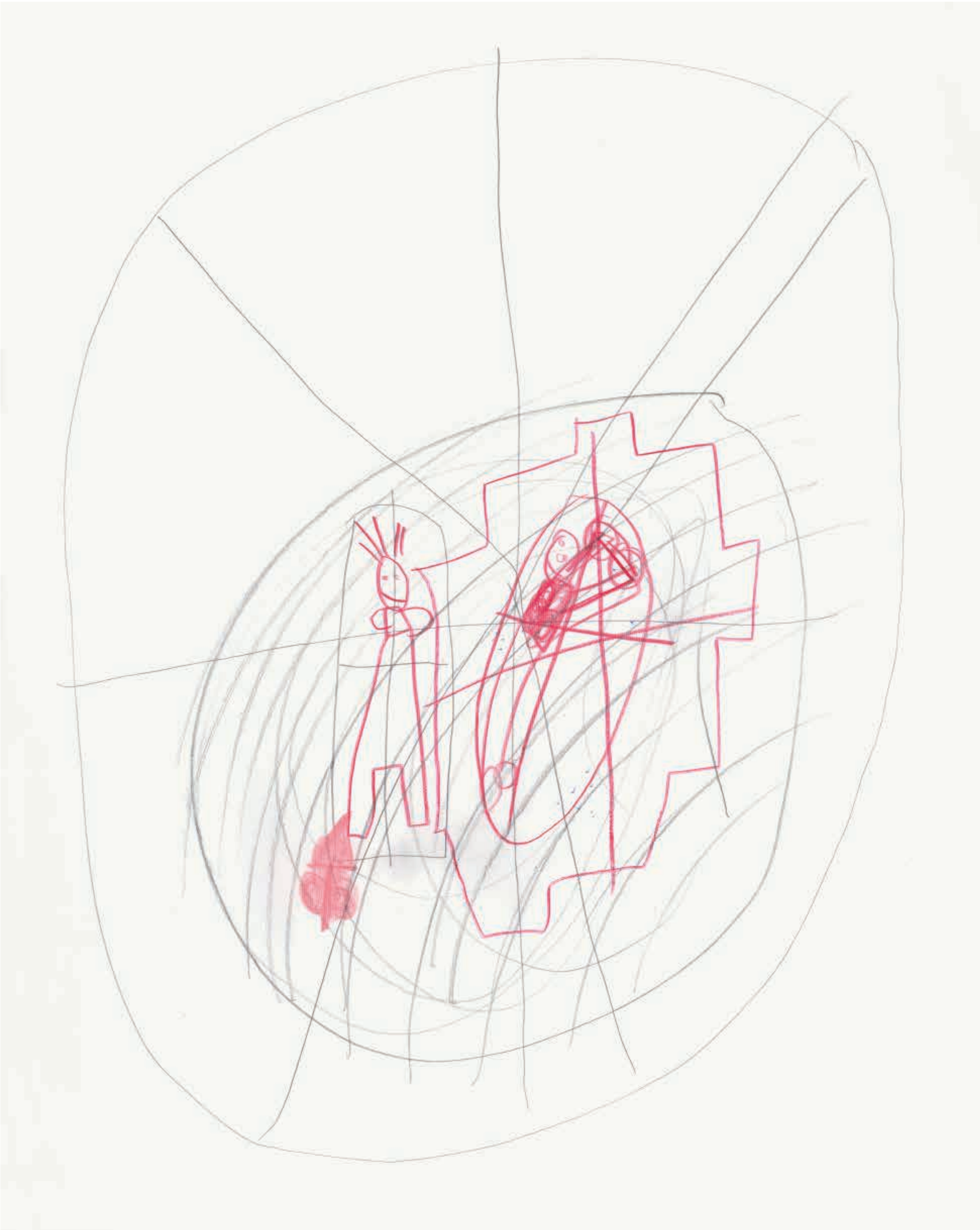
Simone perde due nonni nell’arco di sei mesi. Negli incontri di Arte-Terapia il tema della morte è presente per molto tempo. Attraverso il disegno elabora il suo lutto.



1



2



3



4



5



6

1 Questa immagine nasce da un dialogo pittorico tra Simone e la terapeuta, un dialogo condotto a quattro mani sullo stesso foglio. Simone commenta l’immagine così: “Ci sono due tombe e io che urlo. C’è il mio cane, questa è la mia casa e questo sono io. E questa è la mia luce. E tutto questo (mentre disegna strisce sul foglio intero) è il mio mondo”.

2 Commento di Simone: “Questo sono io e questa è una tomba.”

3 Simone ritrae la terapeuta e se stesso (suo commento). In seguito disegna intorno alle due figure dei quadrati e iscrive al loro interno delle croci: “Ora siamo nella tomba.” Poi cancella con tratti veloci l’azione compiuta. “E ora siamo di nuovo fuori.” Circonda il tutto con un grande cerchio: “Questa ora è una piscina!” Disegnando al suo interno lunghe strisce che si incrociano al loro centro: “E ora siamo di nuovo nella tomba”.

La superficie dell’immagine si presta al gioco: Simone gioca a morire e risorgere. Il gioco ci permette di imparare, di interiorizzare le esperienze della vita.

4 Il quadrato al centro rappresenta una tomba (suo commento). Le scale e i corridoi portano lì.

5-6 Simone gioca spesso a questo gioco: coprire – aprire, nascondere – svelare. “Voglio tutte le tombe aperte”, dice.