

ARTETERAPIA E ADOLESCENZA UN INCONTRO A COLORI

Carminé Ventresca

Articolo pubblicato sulla rivista Artiterapie, N°1/2, 2004

Le attività espressive in un setting d'arteterapia, possono dare forma a contenuti interni e istanze evolutive inesprese. La creatività spontanea dell'adolescente può supportare un processo comunicativo aprendo un dialogo sincero e profondo tra mondo adolescenziale e mondo adulto

L'adolescenza corrisponde ad una stagione e ad un periodo della nostra esistenza. Per lo sguardo dell'adulto è sinonimo di cambiamento, trasformazione, passaggio... e inquietudine. Infatti, molto spesso i mass – media ci propongono un'immagine dell'adolescenza e degli adolescenti rigida, stereotipata e, all'estremo patologizzata. Da questo "luogo comune" monta l'allarme sociale e una preoccupazione generalizzata sostenuta da un tam-tam mediatico che contagia tutto e tutti. Gli adulti, da parte loro, sono tentati dall'indifferenza e dalla preoccupazione, accrescendo così, la distanza (siderale) dall'universo giovanile che pure un tempo non troppo remoto, hanno abitato, vissuto, riempito di sé. Talvolta la distanza è colmata in fretta, per senso di colpa o facili pedagogie mistificanti, dalla vicinanza mimetica che annulla le differenze, le età, eleggendo modello una pseudoadultità che è un buco nero, uno spazio senza tempo e un tempo senza spazi, senza memoria e senza ricordi. L'Arteterapia può offrire agli adolescenti una bussola per orientarsi nel tumulto trasformativi che attraversano. Per questo viaggio, è necessario esplorare latitudini sconosciute per scoprire la rotta da seguire, ascoltando le emozioni e dando spazio al desiderio. Attraverso la scoperta del possibile, nel gioco come nel simbolo, un intervento d'arteterapia rappresenta un rimando continuo all'esame dell'adolescente, a quell'intreccio di corpo-mente-emozioni. Il lavoro artisticoespressivo permette agli adolescenti di ritrovare il gusto di fare, di creare, di percepirsi artefici dell'esperienza. L'Arteterapia può costruire, uno spazio privilegiato per un incontro efficace tra adulti e adolescenti. Come? • attraverso le immagini, i corpi, i sensi • partendo da una proposta creativa che mette in gioco giovani e adulti • sperimentando una relazione reale basata sul fare e sul pensare, sull'espressività, sui simboli, sull'interazione, sulla comunicazione • costruendo attraverso l'espressione artistica, una narrazione simbolica del processo adolescenziale.

OBIETTIVI DI UN INTERVENTI DI ARTETERAPIA CON UN GRUPPO DI ADOLESCENTI

- sostenere nell'adolescente il processo di separazione-individuazione
- offrire un contenitore non rigido per le emozioni
- dare forma e focalizzare contenuti latenti altrimenti difficilmente esprimibili
- sperimentare e sviluppare la creatività in un contesto non giudicante
- apprendere dall'esperienza artisticoespressiva e conseguentemente favorire il collegamento consapevole

tra il livello pulsionale, emotivo e inconsapevole, e il livello progettuale dell'agire finalizzato e orientato.

Le attività espressive in un gruppo rappresentano un fare con gli altri e una prestazione che, non competitiva per definizione, può favorire l'espressione dell'immagine di sé: chi sono diventa quello che so fare e che desidero. Il senso di identità personale aumenta parallelamente al livello di autostima. Man mano che il lavoro procede, la produzione simbolica identifica bisogni, fantasie, atteggiamenti ricorrenti, risorse e istanze personali da sviluppare. Possono emergere così obiettivi consapevoli che orientano l'agire intenzionale: si delinea per il giovane adolescente un progetto di vita che dal qui- ed ora si apre al futuro, finalmente pensato e pensabile.

IL CONTRATTO

Preliminarmente e contestualmente all'avvio di un gruppo, sono concordate le regole e i confini dell'esperienza (spazi, tempi, obiettivi) e i "diritti-doveri" dei partecipanti (le regole che organizzano gli incontri, che cosa ci si aspetta gli uni dagli altri, la confidenzialità e via dicendo). E' immediatamente evidente un'attenzione specifica che possiamo definire relazionale e speculare nel senso che è contemporaneamente data e ricevuta.

LE ATTIVITÀ ESPRESSIVE

La condivisione dell'esperienza con gli altri partecipanti consente l'emergere di una cultura di gruppo e di valori condivisi, una cornice rassicurante che al contempo facilita il dispiegarsi delle potenzialità creative ridimensionando la paura della dipendenza dal conduttore che, se vissuto come figura genitoriale, potrebbe evocare il fantasma della dipendenza, del giudizio, del controllo. Il ritmo, il tempo e lo spazio sono intrinseci al lavoro espressivo. Il ritmo esprime un andamento che con le sue polarità (lento/veloce, debole/energico, ecc.) può richiamare le sensazioni discontinue del corpo adolescenziale, emozioni e stati d'animo cangianti che si susseguono secondo un ordine "non sempre comprensibile (i famosi sbalzi d'umore ben noti a chi si occupa di adolescenti!). quello che man mano prende forma sul foglio, nello spazio, nei movimenti e nei gesti come nelle parole, rimanda la complessità della realtà dell'adolescente che scopre la possibilità di essere in tanti modi, attraverso il sentire e il fare esperienza. Attraverso le immagini realizzate diventa possibile il disegnarsi di un racconto di sé più libero, spontaneo, intuitivo, non imbrigliato dalle convenzioni, dalle inibizioni, da una logica senza emozioni. Il setting di arteterapia è il luogo nel quale si può fare esperienza da soli e incontrando gli altri, sperimentando l'apertura e la chiusura dei confini personali. L'adolescente può scoprire e difendere uno spazio autonomo, restando tuttavia in relazione dinamica con gli altri. Il lavoro nel e col tempo, attività dopo attività, seduta dopo seduta, permette all'adolescente di contrattare la dimensione continuità del fare esperienza. Tempo e ritmo organizzano il susseguirsi degli incontri consentendo al singolo come al gruppo di scandire, con un adeguato livello di autonomia, ciò che emerge. Permettono al gruppo di adolescenti di appropriarsi di uno spazio che è insieme "fisico" e simbolico, quasi un'estensione di sé. L'atmosfera, l'arredamento i materiali a disposizione consentono all'adolescente di fidarsi prima e di esprimersi poi, cimentandosi con la capacità e la voglia di stare al mondo. I momenti salienti degli incontri si susseguono in un modo fluido, sono oggetto di riflessione personale e condivisa e pertanto possono essere più facilmente integrati. Un disegno, un collage, un oggetto modellato: sempre e

comunque il prodotto creativo restituisce all'adolescente un'immagine di sé condivisa nel gruppo e con il conduttore. Si mette in moto un processo comunicativo profondo che è coinvolgente, motivante e spontaneo. Il medium artistico può, più di mille parole, catalizzare i processi di conoscenza di sé, delle eventuali difficoltà come delle proprie risorse. Il canale non verbale, preponderante nel lavoro artistico- creativo, facilita la scoperta di se stessi attraverso un gioco che rimanda a un tempo-spazio collegato all'infanzia riattivato nel "qui ed ora". Il saper fare – saper essere dei ragazzi del gruppo può incontrare in una simmetria, il saper fare – saper essere del conduttore in un'area decontaminata da pregiudizi e aspettative fuorvianti, dove ciò che più ha valore è il processo e la razionalità.