



di Silvia Romano

*psicologa, psicoterapeuta espressiva diplomata presso Art Therapy Italiana*

Recentemente si è tenuta a Santa Barbara, in California, la conferenza dal titolo “Art and Psyche: The Illuminated Imagination”, alla quale ho partecipato in qualità di relatrice insieme alla collega Vivienne Meli, psicologa e psicoterapeuta.

La Conferenza si prefiggeva di coinvolgere, ed attivare, i processi immaginativi di psicologi, psicoterapeuti ed artisti, al fine di espandere, creativamente, la propria comprensione della psicologia del profondo. Attraverso il contatto tra professionisti di vari settori si voleva creare un ambiente ricco di stimoli fertili, e si voleva dare l'opportunità di sperimentare la psicologia attraverso la pittura, la musica, la poesia e la letteratura, nonché attraverso diverse teorie psicologiche e pratiche cliniche.

Il lavoro di C. G. Jung, in particolare il suo “Libro Rosso”, magnificamente illustrato, era proposto come sfondo storico e fonte di ispirazione artistica, così come avviene in tutto il mondo per moltissimi artisti e psicoterapeuti.

Quando abbiamo letto la presentazione della Conferenza, Vivienne ed io abbiamo pensato di provare ad inviare un abstract del nostro lavoro di arte terapia in gruppo con donne rifugiate, svolto all'interno di una Cooperativa di Torino; abbiamo così spedito la nostra breve presentazione, e dopo qualche tempo ci è stato comunicato che avevano trovato molto interessanti i temi proposti e che ci aspettavano per una presentazione in plenaria. Con grande piacere ed emozione abbiamo iniziato a prepararci, e la prima cosa che ci è parsa importante sottolineare è che l'idea di usare l'arte terapia con le donne rifugiate è nata dalla consapevolezza di come lo strumento verbale sia insufficiente, ed inadeguato, nel momento in cui si cerca di avvicinarsi ai vissuti emotivi. Tra le maggiori difficoltà che si incontrano nel lavoro di relazione con queste persone, infatti, vi è certamente quella di trovare un canale comunicativo sensibile, capace di sostenere i contenuti emozionali intensi e traumatici. L'indicibilità di alcune vicende si prefigura come un abisso buio e profondo, imperscrutabile e inaccessibile. Come creare ponti dunque con queste voragini? Come calarsi nelle profondità del silenzio, per restituire bagliori di senso a tali esperienze? In questi anni abbiamo osservato come il tentativo di narrare con le parole sia stato spesso come decidere di visitare a piedi o in auto territori che non hanno strade. L'espressione artistica è sembrata allora suggerire una possibilità alternativa di tornare simbolicamente in quei luoghi, restituendo di volta in volta immagini e frammenti di quei paesaggi, favorendo la lenta costruzione di una geografia. Lo strumento creativo e artistico permette infatti di rispettare l'assenza di nessi logici e formali, di significati e spiegazioni intrinseche. L'espressione artistica è presto diventata una lingua comune, che ha favorito l'instaurarsi di relazioni immediate, trasformandosi così in strumento di integrazione; inoltre il poter riattivare la propria parte creativa ha contrastato il senso di impotenza e di passività, segni costanti del trauma migratorio. Il trauma paralizza, lascia senza parole, evoca la morte; al contrario, l'arte richiama movimento e vitalità, e lo spazio della creazione rappresenta un luogo sicuro, in cui l'arte terapeuta testimonia, senza giudizio, ciò che accade. Poter dare forma ai materiali è diventato un primo momento in cui ristabilire un contatto con se stessi, in un rimando continuo tra esterno ed interno. In ogni seduta del gruppo, già dal primo incontro, le donne si

sono calate nella loro dimensione artistica in una atmosfera di silenziosa e attenta concentrazione: ogni seduta era caratterizzata da un silenzio denso ed assoluto, nel quale ognuna di loro trovava un proprio spazio espressivo privato.

Il gruppo si trovava una volta alla settimana ed erano presenti i materiali pittorici tradizionali, alcuni oggetti della natura (pietre, conchiglie, rami, foglie...), stoffe, lana, cotone, ago e filo, perline, nastri colorati, e riviste con cui realizzare collage. In ogni seduta si proponeva un tema.

Per la presentazione alla conferenza abbiamo preparato delle slide, con le immagini che ci sembravano più rappresentative delle tematiche emerse nel gruppo. Eccone qualche piccolo esempio:



1.

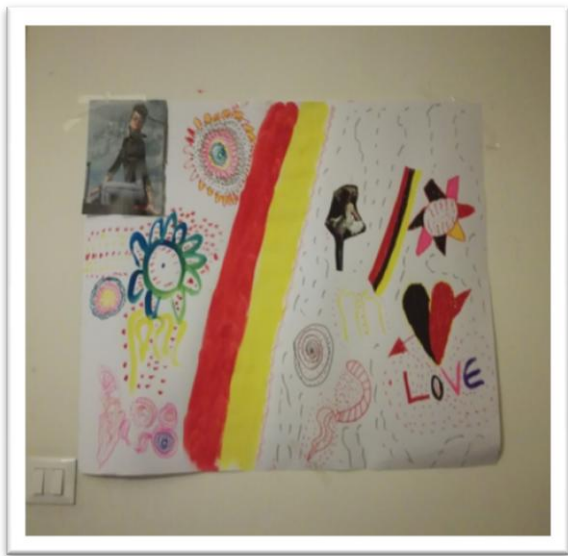


2.

Questi due lavori si riferiscono alla richiesta di costruire un proprio portafortuna, un amuleto, che tenga lontana la cattiva sorte.

Nella prima figura la costruzione dell'opera ha dato la possibilità di narrare una parte della propria storia. L'autrice, infatti, ci racconta di aver creato come amuleto una culla, in cui riposa protetta e al sicuro sua figlia, portando così alla luce il timore che i traumi che ha patito lei possano ripetersi nella storia della propria bambina. Attraverso questo oggetto che contiene, che difende da forze esterne malevole, e che è abbellito da fiocchi e perline colorate c'è la possibilità di mettere in campo forze positive, che contrastino dolore e impotenza.

Nella seconda figura tutto è disposto con attenzione e precisione, e i gesti sono misurati ed accorti, concentrati nell'ottenere il risultato finale. Ciò che la composizione rimanda è il senso di un ordine che può rassicurare e contenere, di una bellezza degli oggetti che riporta alla possibilità di recuperare le proprie energie positive. Ognuna ha realizzato il proprio amuleto facendo emergere da sé potenzialità e risorse, che divengono visibili e riconoscibili, prendendo forma di oggetti sacri e magici; durante la creazione dell'amuleto si coglieva infatti un'atmosfera di sacralità, come di un'attenzione religiosa, di un rituale, nel quale la cura verso gli oggetti richiamava una dimensione trascendente.



1.



2.

Queste immagini riguardano invece un lavoro a coppie: ogni partecipante prendeva un foglio, lo divideva in due parti e poi disegnava in una delle due, lasciando l'altra parte libera per il disegno della propria compagna. In questi lavori due cose in particolare ci sono parse rilevanti: il fatto che le donne avessero sempre lasciato, sul foglio, lo stesso spazio per sé e per la compagna, e la presenza, in tutti i lavori, di una sorta di "risposta" di un disegno verso l'altro.

E' stato come dire "io ti vedo" e sono in grado di capirti; la disponibilità ad aprirsi verso l'altro è stata preservata. In entrambe le immagini sono evidenti delle "risposte" quasi immagine per immagine, in cui vengono riproposti sia elementi uguali (le scarpe, la borsa, il sole, la scelta dei colori), sia qualcosa di più, come un ombrello per ripararsi dalla pioggia. Ci è parso dunque di scorgere una sorta di rispecchiamento, nel quale chi rispecchia aggiunge qualcosa di sé, qualcosa che può arricchire l'esperienza dell'altro. Ciò che è stato per noi inatteso era che, in persone così segnate dal dolore e dal trauma e così fortemente deprivate, fosse ancora presente la possibilità di essere disponibile per l'altro.

Inoltre la possibilità di essere apprezzate e riconosciute per ciò che si è creato ha rappresentato un evento inedito per queste donne.

Molte altre cose si potrebbero dire, e guardare, ma ciò che ci pare importante sottolineare è che l'arte terapia si è rivelata una risorsa e una possibilità, che aiuta le donne rifugiate a vedere e rielaborare la loro sofferenza, e ad avere un luogo in cui fare qualcosa di bello e gratificante, senza giudizio né richieste di "prestazionalità", in un contesto protetto e contenitivo.

La nostra presentazione è stata seguita con grande interesse e partecipazione; moltissime sono state le attestazioni di stima e i complimenti per il lavoro da noi svolto con le donne rifugiate. Abbiamo trovato un clima di sincera condivisione emotiva, e, seguendo alcuni workshop inseriti nel programma della conferenza, abbiamo potuto respirare un'atmosfera in cui c'erano accoglienza, semplicità nel condividere le proprie esperienze, ed una efficace trasmissione delle proprie conoscenze. Un'atmosfera in cui davvero diverse professionalità e diversi saperi si sono felicemente incontrati, e nella quale l'elemento artistico è stato un filo conduttore che ha raccolto e tessuto insieme le diverse voci.

Le immagini delle donne rifugiate si sono inserite in questo continuum di espressioni artistiche, e ne sono uscite arricchite di significati e circondate di attenzioni; un bellissimo tributo a chi le ha create, portando in superficie qualcosa di sé.