ART THERAPY ITALIANA®
Associazione

Letture consigliate

UN SOFFIO DI VITA

Un intervento di arteterapia clinica con gli anziani istituzionalizzati

di Antonella Agosti

I luoghi dell'esperienza che riporto in questo libro, sono la RSA della Fondazione Casa di Riposo di Ghedi, Residenza Sanitaria Assistenziale nel Bresciano.
Il mio viaggio accanto all'anziano è cominciato nel 2009 con il primo approccio da tirocinante in arteterapia clinica. Il tirocinio è stato il primo passo che mi ha permesso di avvicinarmi a questo universo, accogliendo, ascoltando e facendo tesoro di quanto è accaduto, che è diventato poi la straordinaria avventura che racconto in questo libro.
Dopo questa prima esperienza, ho ricevuto dalla struttura la proposta di proseguire con un singolo gruppo che cambiava circa ogni sei mesi, arrivando ad oggi, dove sono consulente e arteterapeuta clinica di due gruppi differenti di anziani.
Nel libro che vi presento mi focalizzo sui punti di forza dei pazienti e promuovo il cambiamento attraverso ciò che il soggetto stesso sa mettere in pratica ... (e incontro la Meraviglia!)
Tanti anni di esperienza nella stessa struttura, mi hanno permesso di incontrare pazienti per tempi molto lunghi e quindi riuscire a definire dei grandi obiettivi e di avere anche il tempo per sostenerli e vederli lentamente realizzare.

I percorsi di arte terapia sono lunghi e come abbiamo visto anche impetuosi, ma ci sono. Esistono. Sono Autentici. Grazie al mezzo artistico sono anche visibili e non solo raccontabili.
Il contenuto di questo lavoro evidenzia che le risorse e le potenzialità degli anziani sono davvero moltissime, vanno stimolate, sollecitate, qualche volta addirittura cercate come una lucciola al buio perché le difficoltà che gli ospiti stessi pongono sono spesso veramente ardue, ma mai impossibili.
Il segreto è stato connettermi con il mio fondo umano, con l'amore e il rispetto per l'altro, soprattutto se fragile.
Nella prima parte del libro ho voluto riflettere sulla condizione del vecchio, della persona che ha vissuto, che vive e che è giunta al traguardo della sua vita terrena, pensando alla morte come ad un'opportunità; una grandiosa opportunità per vivere al meglio ogni giorno e ogni istante dell'esistenza, anche il poco che ci rimane, e che al nostro anziano, resta. L'importanza di comprendere la tipologia di utenza che si ha davanti cercando profondamente di accoglierla ci permette di focalizzare l'attenzione in maniera più appropriata sull'obiettivo e la finalità terapeutica da raggiungere.
L'anziano, acciaccato, debole e invaso dalle patologie, necessita di essere accompagnato a morire.

Perché lasciarlo in solitudine o in compagnia del suo malessere psicofisico? Perché non affiancarlo in un percorso che sostiene l'invecchiamento, recupera le risorse residue, gratifica e stimola ricordi e opportunità?
Perché non lasciare aperte le porte della vita permettendogli ancora di saper essere, saper esistere, saper ricordare e dare?
Da queste domande nasce il mio lavoro, descrivendo il mio setting, la disposizione, l'incontro con la fragilità, la difficoltà, la disabilità e la ricerca tenacemente mirata di strategie per sostenere, appoggiare e offrire opportunità anche all'anziano più compromesso.

Nello spazio, "setting", dell'arteterapia, l'anziano ha la possibilità di portare i suoi ricordi, i suoi frammenti, il suo passato e viene invitato, avvicinandosi al medium artistico, a rivitalizzare aree della memoria, trasformandole gradualmente da isole cristallizzate a risorse vitali spendibili nel presente. Attraverso l'esperienza di contatto e trasformazione dei materiali artistici l'anziano è facilitato ed invitato ad uscire dalla sua bolla di passività, chiusura, rifugio difensivo nel passato, per aprirsi alla condivisione, favorendo la messa in circolo di nuove energie vitali.
Il campo di intervento dell'arte terapia è individuato in tre aree: area educativa, area riabilitativa, area psicoterapica che vediamo nel libro svilupparsi singolarmente o insieme, che ritroviamo in più pazienti o in alcuni soltanto. Nella seconda parte del testo infatti, racconto attraversando le tre aree i percorsi dei singoli e talvolta le dinamiche gruppali dei temi che circolano e delle relazioni che nascono tra i vari utenti in gruppo.
L'arteterapia può offrire strumenti preziosi per affrontare situazioni di disagio temporaneo, problematiche relazionali o, più semplicemente, migliorare il benessere individuale e collettivo.
L'arteterapia, come sovente accade con gli interventi sull'anziano, non è direttamente rivolta a soggetti clinicamente patologici. Parliamo qui di intervento formativo-educativo della creatività che non è semplicemente arricchire strumentalmente le persone di nuove abilità e competenze (aspetto comunque rilevante nel percorso) ma offrire al soggetto protagonista dell'esperienza la possibilità di esprimere la propria identità e la natura del proprio disagio, di farsi comprendere ed essere compreso, di percepirsi parte di un percorso inclusivo nel quale sollecita o riscopre risorse necessarie per essere aiutato e per aiutarsi.
Il *fare arte* è anche riabilitazione: lavorando con costanza e determinazione su certi limiti, possiamo raggiungere degli obiettivi a lungo termine, mirati a seconda dell'esigenza singola del paziente. Riabilitare un aspetto neurologico dopo aver subito un trauma, rieducare la motricità fine, riabilitare la capacità immaginativa…
Lo scopo di un processo di crescita è però, anche, arrivare a percepirsi integrati e coerenti. Il processo creativo ha un ruolo molto importante in questo senso: la creatività, infatti, è una funzione psichica dell'Io. Intendiamo questa istanza psichica sì, come mediatore tra realtà interna ed esterna, come agente integratore delle esigenze provenienti da aspetti diversi della psiche, ma anche come agente integratore tra pensiero, sentimento e percezione, al fine di sviluppare e, nello specifico con l'anziano, sostenere un senso di interezza e di sintonizzazione con il mondo.
Mi sono trovata a lavorare da un punto di vista clinico, dinamico, sulla rielaborazione del lutto di un membro del gruppo piuttosto che sull'accettazione di modalità relazionali eccessive…

L'arteterapia è senz'altro un modo molto efficace per entrare in contatto con l'anziano e per potersene prendere cura. Ho cercato di sistematizzare e valorizzare i vari interventi effettuati negli anni dando spazio alle immagini, alla poesia e alla metafora, cercando di sintetizzare in un urlo di riuscita la potenza del mezzo che abbiamo a disposizione: l'arte, nel connubio con la psicologia.

Scrivete, dico, scrivete la vostra esperienza, appoggiati da docenti e supervisori, io devo ringraziare Isabella Bolech e Paola Parma con il mio gruppo di supervisione per il supporto e le competenze, così come le scuole di formazione che mi hanno permesso di essere quella che sono diventata, ma per me, per voi è necessario lasciare traccia del nostro mondo. Importante per raccogliere le idee e riflettere, per fermarsi e mettere un punto, un punto per una nuova partenza, per nuovi studi e la ricerca di nuovi orizzonti, la traccia non solo legittima noi stessi a vivere a pieno la nostra professionalità ma garantisce un grande riconoscimento, anche scientifico per la comunità.