



errepiesse

Rivista ufficiale della Società Italiana di Riabilitazione Psicosociale

Errepiesse

Una via italiana per la riabilitazione psicosociale

Anno XX N°2 - Ottobre 2026

Trimestrale - Società Italiana di Riabilitazione Psicosociale

Parole in trasformazione: la poesia dei giovani adulti

L'esperienza della Bottega delle Parole presso il Centro Diurno Botteghe d'Arte

Enza Baccei, Carolina Ronchi

ARCA Onlus

Bottega delle Parole

La Bottega delle Parole prevede una frequenza di due volte a settimana, la durata del laboratorio va dai trenta ai novanta minuti. I partecipanti sono dieci utenti afferenti al Centro Diurno Botteghe d'Arte dell'Ospedale Niguarda di Milano.

La poesia cura?

La poesia cura.

Quanto?

Tanto.

Quando?

Sempre.

«Dove tutto è spaccato, la poesia diventa esperta di alto rammendo. Di saldamento. Di aggancio...»

Mariangela Gualtieri

Le parole hanno la loro forza, il loro viatico, possono essere balsamo o tormento, andando oltre il loro significato letterario.

La poesia è uno strumento con cui giocare che risuona in uno spazio libero, in cui conoscersi e ri-conoscersi fra e con gli altri.

I giovani adulti appartenenti ad una fascia d'età tra i diciotto e i venticinque anni circa, che afferiscono oggi al nostro centro diurno Botteghe d'Arte (ASST Niguarda di Milano), presentano difficoltà di attenzione e tempi di continuità nella terapia brevi ed altalenanti quindi tempi accor-

ciati. In realtà l'adesione iniziale ai progetti riabilitativi della Bottega delle Parole spesso è sostenuta da entusiasmo ma tende poi a ridursi rapidamente perché la fatica del processo creativo li allontana.

In tale contesto, risulta necessario costruire un setting di cura capace di favorire l'interesse e l'aggancio attraverso curiosità e stupore, piuttosto che mediante una richiesta prescrittiva che si rivolga solo alle capacità cognitive e performanti.

Lo spazio dentro alla *Bottega delle Parole*, di cui andremo a raccontare nello specifico, è riempito da un tavolo di legno, due librerie e un numero di sedie corrispondente ai partecipanti, disposte in cerchio attorno al tavolo.

L'accoglienza è il primo momento in cui ci si saluta e si attende per iniziare, che siano tutti presenti. I materiali in uso sono parole lette e parole scritte su libri e fogli, senza l'aiuto della tecnologia.

Il modello Botteghe d'Arte prevede fare arte a quattro mani, ovvero tutti i partecipanti contribuiscono al processo, in vista di un prodotto finale. Tale prodotto è il risultato di una riuscita, o meglio di una *trasformazione*. La parola trasformazione nella poesia è un tema centrale: le parole diventano immagini, suoni, attraverso un processo anche stilistico con l'uso della *metafora* che

consente di riscoprire la realtà e anche il proprio sé.

Al fine che ciò accada, il *setting* viene strutturato e regolamentato: si parte dall'ascolto di un testo poetico, cui segue una fase associativa ("cosa evoca per te questa parola?"), dalla quale emergono immagini, sensazioni e rappresentazioni (es. pigna, buio, luce, odore, sasso).

Si introducono parole simboliche come: *acqua*, *fuoco*, *luna*, *mare*, *bosco* da utilizzare come stimoli generativi. Il gruppo diventa una forza espressiva, si mescolano sensazioni, intuizioni, si accendono le idee e l'intervento del conduttore, quasi fosse alchimista, diventa fondamentale per dare la giusta forma ai colori e alle sfumature: così come in una grande tela, il foglio intriso di risonanze poetiche, diventa di ciascuno e di tutti.

In questa prospettiva, *il simbolo* diviene il cuore del processo.

Il simbolo, ci dice Jung, è una rivelazione. È fatto per comprendere e non per nascondere. I simboli sono il linguaggio figurativo della psiche più profonda. È mediatore tra ciò che è nascosto e ciò che è manifesto.

Il simbolo rimanda a qualcosa di sconosciuto, che va interpretato alla luce anche degli archetipi, simboli universali, che riguardano trasformazioni individuali e collettive, in cui si esprime a livello individuale la biografia di ciascuno e a livello collettivo la storia.

L'uso dei simboli, pertanto, nella bottega delle parole consente di contenere e riparare quei visuti di sfilacciamento e di insicurezza, che appartengono ai giovani adulti il cui sviluppo psicoeducativo è legato all'immagine e alla velocità.

In una prima stesura le poesie vengono accolte nella loro forma originaria e lette a tutto il gruppo. Successivamente, se necessario l'arteterapeuta favorisce la trasformazione. In questa fase

si propone, ad esempio, la sostituzione di termini eccessivamente concreti o crudi (come "sangue" o "morte") con espressioni maggiormente evocative e trasformative, capaci di aprire a nuovi significati.

Tale processo non si configura come una semplice fruizione passiva della poesia, ma come una costruzione attiva. Non si "somministrano" testi poetici, bensì si co-costruiscono parole. Si tratta di un intervento trasformativo che attiva risorse nuove e inattese e favorisce processi di ri-significazione.

Giocare con le parole è un intervento *intrasformazione* e *di-trasformazione*. Sperimentare con le parole per il piacere della ricerca, della scelta, della rima, a volte persino dell'invenzione di un neologismo utile alla riuscita dell'evocazione poetica: (poesia di G. 18 anni)

... di un velo trasparente si era ricoperto il tramonto...

*di tale **velità** non potei più fare a meno.*

Portiamo l'esempio di due testi poetici prodotti all'interno della Bottega delle parole.

In questo caso il tema di partenza era l'*acqua*, e poi *il bosco*.

Acqua

Ecco

un mio riflesso

superficie scorre lentamente, senza pensieri insieme a pietre luccicanti.

Perché mi assilli?

Non sono il tuo riflesso stagnante

lascia che scorra, lasciami libero

non increspare la mia essenza.

Allora dimmi, su quale riva vorresti che io stessi?

Sii onesto, lo vedi o non lo vedi?

S. 20 anni

L'autrice usa il tema dello specchio con la parola riflesso, è alla ricerca di sé, di quella autentica.

Tutto ciò necessita di fluidità, il testo mette in luce tematiche legate alla costruzione dell'identità e al sentirsi o meno rispecchiati nello sguardo dell'altro e di sé stessi. L'uso della parola stagnante rimanda all'immobilità, ma poi si risolve con l'esordio alla libertà di un essere la cui assenza non venga mai stropicciata.

Con la seconda poesia, il Bosco, proponiamo anche la prima e la seconda stesura, così da poter descrivere i vari passaggi fino alla stesura finale.

Bosco (prima stesura)

Un ruscello rosso sangue

Sensazione vitale implacabile

Un tetto di rami

Muro di corteccia

Odore di muschio

Abbandonatemi in questo sentiero

Non mi sono mai sentito così a casa.

Bosco (seconda stesura)

Aghi trafitti nel mio corpo

Il muschio mi assale

Tra le chiome degli alberi spunta il sole

Unica salvezza

Impossibile muoversi

Rami possenti spuntano dalle mie braccia

Le mie radici affondano nel terreno

Non chiedo aiuto

Ormai sono a casa

Bosco (ultima stesura)

Tra le chiome spunta il sole

Rimango incantato

Ma il muschio mi assale

Impossibile muovermi

Rami possenti escono dalle mie braccia

Le mie radici affondano nel terreno,

Non chiedo aiuto,

Ormai mi sento a casa.

V. 19 anni)

Possiamo osservare come alcuni elementi rimangano invariati, altri si trasformino: il muschio all' inizio odora, poi assale. il muschio qui viene usato come metafora della paura di crescere, di evolversi.

Nella prima stesura non c'è il sole, la casa è un sentiero a cui abbandonarsi, ovvero un percorso e non un posto sicuro. Gli ultimi quattro versi restano invariati nella seconda e ultima stesura. Le braccia come rami possenti, le radici ancorate al terreno, non serve aiuto, finalmente casa.

La metamorfosi è avvenuta: la pianta accarezzata dal sole ci indica la possibilità di un'evoluzione del sé, una risposta al bisogno di radicamento e appartenenza, il verso conclusivo restituisce un possibile esito positivo in senso adattivo ed evolutivo.

I giovani che provano disagio psichico fanno fatica a vedersi e riconoscersi perché sono troppo vicini allo specchio di loro stessi e si scontrano, a volte sono così lontani che si perdono.

Il conduttore della bottega invita ad usare i simboli perché ci si possa riappropriare di quei contenuti dolorosi, della propria storia, renderli accessibili, per questo meno traumatici, guardandoli dalla giusta distanza.

L'arteterapia intercetta il mondo simbolico dentro di noi, si colloca in quello spazio che definiamo *soglia*, spazio in cui sostare, osservare noi stessi tramite il prodotto artistico. Si aprono così nuove abilità creative e terapeutiche significative.

«Conosco come sono molti
e non come sono io!
Il mio occhio mi è troppo vicino-
non sono quel che vedo e vidi.
Mi sarei molto più utile
se potessi starmi più lontano.
Però non lontano come il mio nemico!
Troppo lontano è già l'amico più vicino-
Andrebbe bene in mezzo tra lui e me!
....»
F. Nietzsche

Non è soltanto la scrittura a rivestire un ruolo centrale ma una parte essenziale del processo è la lettura ad alta voce, il sentir pronunciare le parole con la propria voce.

Poetare è un inizio, attivare la dimensione fonica è fondamentale. Dare voce alla parola poetica, ascoltarla pronunciata, attiva ulteriori livelli di significazione e integrazioni delle diverse parti di sé: dire la mia poesia equivale a dire che io esisto e merito un mio spazio.

«Non è possibile arrivare a nessun principio creativo e dare un senso al poetare, finché l'opera portata a termine non ci avrà aperto le vie che ci conducano alle fondamenta. L'opera ci offre un'immagine nel senso più vasto della parola. Questa immagine possiamo sottoporla all'analisi purché si possa scorgere in essa il simbolo»
C.G. Jung *Psicologia e Poesia*

BIBLIOGRAFIA

1. Baccei E. 1998. *Quattro mani: le Botteghe d'Arte*. Quaderni di psichiatria pratica, 9
2. Baccei E. 2012. *Psicopedagogia e Psicofilosofia della Bottega*. Dispensa Scuola di Arteterapia MBA
3. Demetrio D. 2018 *Foliage* Moretti e Vitali

4. Demetrio D. 1996 *Raccontarsi* Raffaello Cortina Editore
5. Freud S. 2008 *L' Interpretazione dei sogni* Opere, Bollati Boringhieri vol.3
6. Galimberti U. 1994 *Parole nomadi* Feltrinelli
7. Galimberti U. 1987 *Gli equivoci dell'anima* Feltrinelli
8. Galimberti U. 2005 *La Casa di Psiche* Feltrinelli
9. Gualtieri M. 2022 *L'incanto fonico*. Gli Struzzi
10. Heidegger M. 1977 *La metafisica* Garzanti, Storia del Pensiero filosofico e scientifico vol.7
11. Husserl E. 1977 *Crisi delle Scienze Europee*, Storia del pensiero filosofico e scientifico vol.7
12. Hilmann J. 1997 *il codice dell'anima* Adelphi
13. Jung C.G. 1975 *La libido simboli e trasformazioni - La dinamica dell'inconscio- Gli archetipi e l'inconscio collettivo - Psicologia e religione -La vita Simbolica - Opere di Carl Gustav Jung*, Boringhieri
14. Nietzsche F. *Poesie* 2019 universale economica Feltrinelli