



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

Storia di espressività e cura in Valtellina

Katri Mingardi, Rosaria Fiori, Francesca Fawn Masperi, Elena Pedranzini, Pierangela Brugola, Francesca Cao

CPS Sondrio

SPDC Sondrio

ASST Valtellina e Alto Lario

ABSTRACT

Dal 2013 l'Azienda Sanitaria e Sociale della Valtellina e dell'Alto Lario promuove percorsi espressivi e creativi, affiancandoli a interventi psicofarmacologici, psicologici e psicoeducativi, con l'obiettivo di favorire la riabilitazione, l'inclusione sociale e il miglioramento della qualità di vita dei pazienti. Oltre alla musicoterapia, le pratiche espressive corporee ed emotive, hanno rivestito un ruolo significativo all'interno dei servizi. Tra queste iniziative si annoverano un laboratorio di arteterapia e dall'attivazione di un nuovo programma di teatroterapia avviato nel 2026. Sono stati inoltre introdotti progetti pilota annuali presso il Servizio di Neuropsichiatria Infantile (2024) e il Servizio Penitenziario (2025).

Obiettivi. Il progetto è stato condotto con pazienti psichiatrici adulti in spazi terapeutici luminosi e accoglienti, dotati di un'ampia gamma di materiali artistici. All'interno di un ambiente protetto e strutturato, caratterizzato da un'atmosfera sicura e non giudicante, l'intervento si è proposto di offrire un contesto espressivo e relazionale in grado di favorire l'esplorazione di sé, la simbolizzazione dell'esperienza soggettiva e la valorizzazione delle risorse personali. Il programma si è articolato in sessioni settimanali condotte da arteterapeuti qualificati.

Risultati. L'ambiente terapeutico, strutturato ma flessibile, focalizzato principalmente sul processo creativo piuttosto che sul prodotto finale, ha rispettato i ritmi individuali e promosso la dimensione simbolica

dell'esperienza. La pratica artistica è stata integrata, quando opportuno, con momenti di riflessione verbale e discussione di gruppo. Il contesto di gruppo ha facilitato il senso di appartenenza e contribuito alla riduzione dell'isolamento sociale. L'utilizzo di strumenti artistici ha permesso processi di autoconsapevolezza, integrazione emotiva ed elaborazione psicologica.

ABSTRACT (English)

Since 2013, the Valtellina and Alto Lario Territorial Health and Social Care Authority has promoted expressive and creative pathways alongside psychopharmacological, psychological, and psychoeducational interventions, with the aim of supporting rehabilitation, social inclusion, and the improvement of patients' quality of life. In addition to music therapy, body- and emotion-oriented expressive practices, as well as performative approaches, have played a significant role within the art therapy services offered by the institution. These initiatives included a drama therapy and psychodrama workshop implemented in 2019 (within the framework of the GAT project of the same year), followed by the activation of a new drama therapy program launched in 2026. Furthermore, annual pilot projects were introduced within the Child Neuropsychiatry Service (2024) and the Prison Service (2025).

Objectives. The project was conducted out with adult psychiatric patients in bright and welcoming

therapeutic spaces equipped with a wide range of artistic materials. Within a protected and structured environment characterized by a safe and non-judgmental atmosphere, the intervention aimed to provide an expressive and relational setting capable of fostering self-exploration, the symbolization of subjective experience, and the enhancement of personal resources. The program was structured through weekly sessions conducted by trained art therapists, employing a variety of artistic mediators, including images, colors, graphic and pictorial materials, collage techniques, verbal expression, and creative writing.

Results. The structured yet flexible therapeutic setting, focused primarily on the creative process rather than the final product, respected individual rhythms and promoted the symbolic dimension of experience. Artistic practice was integrated, when appropriate, with moments of verbal reflection and group discussion. The group context offered a space for sharing and mutual reflection, facilitating a sense of belonging and contributing to the reduction of social isolation. Moreover, the project provided an opportunity for nonverbal therapeutic expression. The use of artistic mediators facilitated access to internal and emotional contents that are often difficult to communicate verbally, thereby supporting processes of self-awareness, emotional integration, and psychological elaboration.

Conclusion. The present experience highlights how art therapy may represent an effective therapeutic tool for promoting self-care and self-discovery, while enhancing self-efficacy, interpersonal recognition, and social connectedness. The intervention appears capable of fostering psychological well-being, social inclusion, and continuity between clinical and community dimensions of care, making visible and expressible aspects of subjective experience that fre-

quently remain inaccessible through conventional therapeutic channels.

LA STORIA DEI LABORATORI DI ARTETERAPIA NELL'AZIENDA SOCIO SANITARIA TERRITORIALE VALTELLINA E ALTO LARIO

L'Azienda Socio Sanitaria Territoriale Valtellina e Alto Lario dal 2013 promuove percorsi di espressività, in affiancamento agli interventi di cura psicofarmacologici, psicologici ed educativi, finalizzati alla riabilitazione, inclusione sociale e miglioramento della qualità di vita del paziente.

Tali attività, svolte nei diversi contesti clinici e territoriali -Centri Diurni, Comunità Riabilitative ad Alta e Media Assistenza, ambulatori e reparto Servizio Psichiatrico di Diagnosi e Cura-, si configurano come strumenti di cura e riabilitazione psicosociale. L'intervento di arteterapia, avviato in alcune realtà del territorio della ASST Valtellina e Alto Lario è stato implementato in maniera più strutturata dal 2019, coinvolgendo pazienti con differenti diagnosi psichiatriche: psicosi, disturbi dell'umore, disturbi d'ansia e della personalità. L'approccio adottato si basa su principi cardine quali empatia, ascolto attivo, assenza di giudizio e rispetto della dignità individuale.

L'esperienza di Musicoterapia promossa all'interno del territorio valtellinese ha inizio nel 2013 con l'educatrice professionale e musicoterapista Fabiola Bongiolatti che, all'interno del Centro Diurno di Sondrio, organizza un percorso laboratoriale con l'obiettivo di sviluppare le capacità creative della persona, in rinforzo dell'autostima. A partire dall'esplorazione sonora individuale ciascun partecipante giunge alla sintonizzazione con gli altri componenti dell'attività; la condivisione e l'ascolto di emozioni, vissuti e storie di vita diventano così fondamentali.

Dal 2019 la musicoterapia valtellinese entra a far parte del GAT, coinvolgendo 19 pazienti, 14 femmine e 5 maschi, tra i 21 e i 65 anni. Le diagnosi afferiscono alle categorie nosografiche delle Psicosi, dei Disturbi

dell'Umore, Ansia e della Personalità. Diversi anche i setting di cura: reparto - SPDC, comunità - CRA, Centro Diurno, Ambulatorio - CPS.

Essenziale il coinvolgimento e la condivisione con tutti gli operatori -psichiatra, psicologo, infermiere, educatore, figure di supporto-.

Oltre all'attività di musicoterapia, anche l'espressione di sé attraverso il corpo, l'emozione e la rappresentazione, ha un posto importante nelle artiterapie svolte in ASST, che hanno visto un percorso laboratoriale di teatroterapia e psicodramma nel 2019 (dati inseriti nel progetto GAT dello stesso anno) e un nuovo percorso di teatroterapia a partire dal 2026. I dati estesi della ricerca della pratica musicoterapica e del laboratorio teatrale sono stati inseriti nell'articolo *A per Arte. Riscoprirsi e Sintonizzarsi in gruppo tra suono, natura e movimento*, nel Numero Speciale degli *Atti del convegno "Linguaggi dell'Arte e processi di trasformazione. Le buone pratiche delle Arti terapie nei DSM Lombardi - ASST Grande Ospedale Metropolitano Niguarda, Milano 20 novembre 2019* (autori Fabiola Bongiolatti, educatrice e Cinzia Tomasi, psicologa). L'arteterapia entra a far parte dei programmi stabili di ASST Valtellina e Alto Lario dal 2023 con i pazienti delle Comunità - CPA e CRA -, del Centro Diurno, dell'ambulatorio del CPS di Sondrio e del reparto SPDC.

Fondamentale il doppio sguardo artistico terapeutico ed educativo: ciò consente ai conduttori di dare alla persona il sostegno appropriato, attraverso gli strumenti dell'arte e della relazione, restituendo all'équipe di cura del paziente, psichiatri, psicologi e infermieri, un resoconto integrato. Il confronto continuo tra operatori e la raccolta sistematica di osservazioni post-attività permettono un monitoraggio puntuale del percorso terapeutico e un aggiornamento costante del quadro clinico.

Il 2023 è anche l'anno in cui l'arteterapia entra a far parte del GAT con i dati raccolti nei laboratori tenuti a Sondrio con la supervisione della psicologa psicote-

rapeuta Katri Mingardi, già presente dal 2021 per il programma musicoterapeutico. Nel 2026 il Gruppo GAT si estenderà anche al territorio di Morbegno-Dongo-Chiavenna e di Bormio, organizzando anche percorsi sperimentali presso la Neuropsichiatria Infantile (2024) e la Casa Circondariale (2025). I laboratori settimanali vedono impegnate le arteterapiste Simona Cao, Francesca Fawn Masperi, Pierangela Bruggola, Elena Pedranzini con l'affiancamento degli educatori Rosaria Fiori, Federico Galvan, Daniela Menegola, Emanuela Maxenti, Simona Vitalini e Alessia Tam.

L'arteterapia si è rivelata uno strumento efficace per la regolazione emotiva, per migliorare l'espressività di abilità relazionali e sociali, favorendo l'accettazione di sé. Le neuroscienze, infatti, hanno dimostrato come le immagini influenzino emozioni, pensieri e benessere psicofisico e come il linguaggio visivo, sensoriale ed espressivo dell'arte possa essere integrato nel trattamento di cura.

L'ESPERIENZA DELL'ARTETERAPIA NEI SERVIZI PSICHIATRICI RESIDENZIALI E DEL TERRITORIO. I DATI RELATIVI ALLA RICERCA DEL GAT OBIETTIVI

Il progetto si è svolto con utenti psichiatrici adulti, in atelier o spazi dei Servizi, luminosi ed accoglienti, attrezzati con materiali artistici differenti. All'interno di un contesto protetto e strutturato, in un clima di sicurezza, in assenza di giudizio, lo scopo è stato quello di offrire uno spazio espressivo e relazionale che potesse favorire l'ascolto di sé, la simbolizzazione dell'esperienza e il rafforzamento delle risorse personali. Nello specifico gli obiettivi sono stati i seguenti:

- migliorare la capacità di ascolto
- prendere contatto con il proprio mondo emozionale e favorirne l'espressione attraverso canali non verbali
- sostenere la rielaborazione dell'esperienza personale

- aiutare i partecipanti a riconoscere e differenziare ricordi, bisogni e desideri
- rafforzare il livello di autostima
- rinforzare la capacità comunicativa
- accrescere il senso di identità e continuità del Sé
- sviluppare la capacità di essere partecipi e protagonisti
- migliorare i tempi di attenzione e di concentrazione

NUMERO DI PARTECIPANTI

Sono stati arruolati 19 pazienti di cui 5 maschi e 11 femmine. Ci sono stati 3 drop out, per trasferimento in altre strutture. Le attività a cui hanno partecipato sono state arteterapia (8 soggetti) e musicoterapia (8 utenti). Le diagnosi psichiatriche: psicosi, disturbi dell'umore, disturbi d'ansia e della personalità. I servizi di afferenza: Comunità Riabilitative ad Alta e Media Assistenza, Centro Diurno e Centro Psicosociale di Sondrio.

SETTING E MODALITÀ DI SVOLGIMENTO DEI LABORATORI

Il percorso, della durata di 18 mesi, si è sviluppato attraverso incontri settimanali condotti da arteterapiste, utilizzando mediatori artistici quali immagini, colori, materiali grafico-pittorici, collage, parole e scrittura creativa. Ciascun partecipante è stato sottoposto alla seguente batteria testale:

1. Brief Psychiatric Rating Scale - BPRS (Overall e Gohram 1962, 34), eterosomministrata da un medico del centro
2. Health Of the Nation Outcome Scales - HoNOS (Wing et al., 1996, 38), eterosomministrata da un medico o da uno psicologo del centro
3. World Health Organization Disability Assessment Schedule - WHODAS 2.0 (Ustün et al., 2010, 40) versione eterosomministrata da un educatore/TeRP del centro
4. World Health Organization Quality Of Life - WHOQOL (The WHOQOL groups, 1995, 43) autosomministrata
5. Recovery Assessment Scale - RAS (Giffort et al., 1995, 45), somministrata da un educatore/TeRP del centro
6. Warwick-Edinburgh Mental Well-being Scale - WEMWBS (Tennant et al., 2007 47), autosomministrata
7. Indice Reattività Interpersonale - IRI (Davis, 1980, 49), autosomministrata
8. Montreal Cognitive Assessment - MoCA (Nasreddine et al., 2005, 52) somministrata da un medico del centro
9. Scheda per il Monitoraggio del Percorso nelle Arteterapie (SMPA, somministrata dal terapeuta che conduce attività di artiterapia)

Il setting, strutturato ma flessibile, basato sulla centralità del processo più che del prodotto, rispettando i tempi individuali, ha valorizzato la dimensione simbolica, integrando il fare artistico con i momenti di verbalizzazione, se presenti. Il gruppo ha rappresentato uno spazio di rispecchiamento e condivisione, favorendo il senso di appartenenza e riducendo l'isolamento. Gli utenti hanno accolto gli stimoli proposti, manifestando curiosità e interesse, assistendo al processo creativo messo in atto da ognuno, osservandone gli sviluppi. L'uso del linguaggio artistico ha permesso di dare forma a bisogni spesso difficili da nominare verbalmente, favorendo una maggiore consapevolezza emotiva e corporea. Attraverso le immagini simboliche e le produzioni artistiche personali e collettive, i partecipanti sono stati accompagnati a esplorare ciò che via via nasceva, cresceva e si trasformava. Il percorso si è sviluppato in modo mediato e non intrusivo.

CONCLUSIONE

Il progetto ha offerto uno spazio di cura non verbale. L'utilizzo dei mediatori artistici ha favorito l'accesso a

contenuti interni spesso difficilmente esprimibili sul piano verbale, sostenendo processi di consapevolezza e di integrazione emotiva. Nel corso delle attività si è osservato un progressivo aumento della partecipazione e del coinvolgimento, così come una maggiore capacità di espressione emotiva, condividendo altresì narrazioni personali più articolate. Una maggiore tolleranza delle emozioni e dei silenzi è stata un ulteriore elemento significativo. Per alcuni partecipanti, inoltre, il contatto con il desiderio ha rappresentato un passaggio particolarmente significativo, in quanto spesso fragile o poco accessibile. L'esperienza si è inserita in modo funzionale all'interno del percorso di cura e riabilitazione, confermando l'arteterapia come intervento efficace e integrabile nei servizi di salute mentale.

L'ESPERIENZA DELL'ARTETERAPIA NEL REPARTO PSICHIATRICO DI DIAGNOSI E CURA. IL PROGETTO ACQUArellando, ACQUE BLU

Per i percorsi in SPDC, che non consentono una lunga osservazione, dati i periodi di degenza breve della persona in reparto, è stato invece studiato un metodo di aggiornamento e mantenimento dello storico dell'esperienza della persona, al fine di garantire la collaborazione e condivisione dello sguardo artistico terapeutico, educativo e clinico, per poter dare alla persona un rimando di cura il più completo possibile. L'arteterapia si configura, pertanto, come uno spazio sicuro in cui i partecipanti possono esprimere vissuti ed emozioni attraverso il linguaggio non verbale dell'arte. Il processo creativo e l'opera finale assumono un valore centrale: favoriscono lo sviluppo delle capacità espressive, il rinforzo dell'autostima e la costruzione di relazioni significative all'interno del gruppo. La dimensione condivisa dell'opera consente inoltre di promuovere il senso di appartenenza e la valorizzazione del contributo individuale. La persona torna al centro della sua esperienza, dei servizi sul territorio e del ragionamento d'équipe.

A partire da questi presupposti dall'estate 2025 si è sviluppato il progetto *ACQUArellando, Acque Blu. Emozioni che scorrono in una possibilità di condivisione supportiva*.

La condivisione supportiva è un atto relazionale ed emotivo che va oltre il semplice scambio, creando legami di fiducia, empatia e mutuo aiuto. Risponde al bisogno psicologico di appartenenza e riconoscimento, permette di elaborare difficoltà che si scoprono comuni, di ridurre lo stress e il senso di isolamento. Tale approccio può essere espresso con le parole di Lao Tsu: *"Fai che il tuo cuore sia come un lago. Con una superficie calma e silenziosa. E una profondità colma di gentilezza"*. Nel metodo arteterapeutico lo strumento chiave è, infatti, il processo che si attiva quando il percorso proposto coinvolge in prima persona l'individuo e il gruppo: avere un progetto comune che ha come obiettivo concreto la realizzazione del prodotto-opera, crea un coinvolgimento attivo che pone la persona protagonista per tutta l'esperienza. Tutto questo avviene nelle fasi decisionali del progetto immaginandolo e sbizzandolo insieme, nelle fasi pratiche incontrate durante il percorso, che accrescono nella persona competenze manuali e tecniche e nel riscontrare la bellezza che si è capaci di produrre attraverso la meraviglia del prodotto-opera finale. Quando poi il prodotto è guardato insieme la meraviglia si amplifica e viene condivisa non solo con gli altri componenti del gruppo, ma anche con la comunità. Prendendo posto negli ambienti della socialità, essa agisce come oggetto di transizione: nata dall'interno del fulcro creativo delle persone-artisti, funge da ponte con l'esterno, fornendo all'altro-spettatore di visionare il proprio mondo interno, cogliendo gli stimoli immaginati, intuitivi e creativi che l'opera può attivare.

Il percorso *ACQUArellando, Acque Blu* nasce, infatti, con lo scopo di riconnettere l'esperienza di degenza ospedaliera all'esperienza di vita della persona, togliendo il peso dello stigma e aprendo progetti di

bellezza creata dalla persona al territorio. Testimonianze di questo approccio e significato sono numerose: l'organizzazione nel 2023 della mostra *Sguardi* presso il MVSA - Museo Valtellinese di Storia e Arte - con le opere create nei percorsi laboratoriali; la testimonianza al Convegno *L'arteterapia nei processi di cura in Psichiatria* il 10 ottobre 2024; la partecipazione alla *Biennale* di Sondrio nel 2024 e all'evento artistico *Scarpattetti Arte* nel 2024 e nel 2025, proponendo attività artistiche alla cittadinanza attiva. Da questi momenti di scambio sono emersi laboratori in cui le opere condivise inizialmente in reparto o con la cittadinanza, sono state proseguite in SPDC o nei laboratori cittadini. Il sapersi parte di un obiettivo progettuale comune, che scavalca le mura fisiche e temporali della degenza e che evidenzia il momento di acuzie della malattia, restituisce alla persona uno sguardo globale sul suo futuro di vita. A seguito di questa apertura espositiva sono arrivati rimandi positivi e richieste di opere per allestire luoghi esterni al reparto, sia per abbellire spazi dirigenziali e reparti ospedalieri, sia ambienti cittadini. Un esempio è stato progettare un allestimento, voluto dal dottor Raniero Spaterna, per il "cuore" del Pronto Soccorso dell'Ospedale di Sondrio, ovvero creare un grande acquario in un ambiente a vetri nel centro del reparto. Per le persone del Pronto Soccorso una distrazione colorata, leggera e profonda allo stesso tempo e, per i degenti in SPDC, un lavoro che, con i toni rassicuranti del blu, avrebbe portato un'atmosfera di unione partecipativa e di creatività semplice, efficace e di fervente immaginazione grazie alla creazione di mondi sottomarini.

Questo elemento innovativo di integrazione tra interno ed esterno ci ha portato ad osservare che le attività artistiche, sviluppate sia dentro i servizi della psichiatria, sia in laboratori aperti alla cittadinanza, hanno favorito il contatto tra vita quotidiana e ricovero ospedaliero. Inoltre, parlare dell'acquario in Pronto Soccorso ha favorito un primo momento di relazione

sia con la persona ricoverata che con la famiglia in attesa della visita.

Eventi collettivi e spazi espositivi diventano quindi luoghi di condivisione e trasformazione simbolica, contribuendo a ridefinire l'esperienza della malattia e a restituire valore alla produzione creativa dei pazienti.

CONCLUSIONE

Le esperienze descritte evidenziano come l'arteterapia rappresenti un efficace strumento per prendersi cura di sé e di auto-scoperta, alimentando il senso di autoefficacia, di appartenenza e di riconoscimento attraverso lo sguardo dell'altro. Il percorso si sta dimostrando capace di promuovere benessere, inclusione e continuità tra dimensione clinica e sociale, rendendo visibile ciò che spesso rimane inesprimibile attraverso i canali comunicativi tradizionali. Il futuro del percorso punta verso una maggiore capillarità all'interno dei servizi delle differenti pratiche artistiche, puntando ad una sempre migliore integrazione ed interazione con gli altri interventi di cura e con il tessuto sociale.

BIBLIOGRAFIA

1. Bongiolatti F., Tomasi C. A per Arte. Riscoprirsi e Sintonizzarsi in gruppo tra suono, natura e movimento. Numero Speciale degli Atti del convegno "Linguaggi dell'Arte e processi di trasformazione. Le buone pratiche delle Arti terapie nei DSM Lombardi". ASST Grande Ospedale Metropolitano Niguarda, Milano 20 novembre 2019
2. Grignoli L. Percorsi trasformativi in arteterapia. Fondamenti concettuali e metodologici, esperienze cliniche e applicazioni in contesti istituzionali. 2008. Editore: Feltrinelli
3. Manarolo G. L'arte nella cura. Terapie espressive e riabilitazione psichiatrica. 2024. Editore: Mimesis.
4. Melorio T., Viganò C., Truzoli R., Casati L., Macellaro M., Grassi P., Nicotra E. F. Validation of the arts therapies

- process monitoring scale in psychiatric settings. *Act Nerv Super Rediviva* 2025; 67 (2): 37-57
5. Viganò C., Ariu C., Barbieri D., Goffredi A., Ferrara L., Rea F. et al. Psychiatric rehabilitation patterns in Italy: results from the Italian Society of Psychosocial Rehabilitation (SIRP) Survey. *Front. Psychiatry*. 14:1130811. 2023
 6. Volpe U., Facchini D., Magnotti R., Diamare S., Denti E., Viganò C.. Le arti-terapie nel contesto della riabilitazione psicosociale italiana: Una rassegna critica. *Psichiatria e Psicoterapia*. 35 (4:154180)
 7. Winnicott D.W. Sviluppo affettivo e ambiente. 1970. Editore: Armando Editore
 8. Winnicott D.W. Psicoanalisi dello sviluppo. 2004. Editore: Armando Editore
 9. Winnicott D.W. Il bambino deprivato. Le origini della tendenza antisociale. 1986. Editore: Raffaello Cortina
 10. Atti del Convegno "Linguaggi dell'Arte e processi di trasformazione. Le buone pratiche delle Artiterapie nei DSMD Lombardi". ASST Grande Ospedale Metropolitano Niguarda. Milano, 20 novembre 2019