



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

Come pensare le attività espressive in psichiatria: aspetti critici ed terapeutici per pazienti e operatori

Paolo Giuseppe Risaro

DSMD ASST Valtellina e Alto Lario

La medicina in genere e in particolare la psichiatria e la psicologia nella loro storia hanno sviluppato una serie sempre più variegata di modelli teorici e di interventi operativi per curare la sofferenza psichica delle persone. Questo percorso è andato di pari passo con l'identificazione di quadri clinici complessi che sono stati poi riportati nei vari Trattati di Psichiatria, fino agli ultimi sistemi diagnostici attualmente in uso.

Indubbiamente esistono dei momenti della vita in cui la sofferenza psichica può essere una parte costitutiva fisiologica, "normale", come quando ci riferiamo ai momenti di crisi tipici dell'adolescenza e della vecchiaia o agli episodi di perdita e lutto. Diceva Antonin Artaud, scrittore, drammaturgo, internato in ospedale psichiatrico nel '700 a Parigi: "non si può guarire la vita".

La malattia mentale rappresenta invece una infelicità particolare e aggiuntiva.

Mentre Borges sosteneva "ho commesso il peggior peccato che si possa commettere: non sono stato felice", oggi la malattia (ma anche la salute) viene considerata in modo pressoché unanime come la conseguenza dell'interazione di fattori endogeni del soggetto con fattori esogeni dell'ambiente e della sua storia di vita.

L'intersezione tra arte, tra ogni genere di attività artistica da un lato e la psicopatologia e le funzioni terapeutiche dall'altro è documentata da evidenze antropologiche incontrovertibili (Petrella).

Affiancandosi alle terapie farmacologiche ed a quelle psicologiche, l'arte-terapia nasce nel XX secolo come strumento di un campo interdisciplinare in risposta alla crisi del modello custodialistico manicomiale. Viene a costituire un dispositivo complesso, che diventerà poi sia clinico che culturale, che ridefinisce i rapporti tra paziente, operatore, Istituzione curante.

A Hans Prinzhorn si attribuisce il ruolo di precursore nel determinare una nuova visione delle produzioni artistiche dei pazienti folli, considerate non più solo come espressione della malattia ma come opere con un potenziale valore artistico intrinseco, non solo significative dal punto di vista clinico. Prinzhorn unì quindi medicina e arte, sostenendo che la creatività può essere una risorsa anche delle persone malate.

La parola arteterapia (art therapy) compare negli scritti degli artisti che partecipano al movimento delle comunità terapeutiche a Londra nel 1945 come trattamento psicologico-riabilitativo.

L'arteterapia rappresenta quindi uno strumento di cura che affonda le sue radici nella storia della medicina e dell'arte. Gli atelier artistici, in ambito psichiatrico, rappresentano una importante pratica di supporto non solo alla riabilitazione psichiatrica ma anche ai diversi momenti del percorso di cura, dalla intercettazione precoce del disagio, in luoghi possibilmente non connotati dal punto di vista psichiatrico, all'umanizzazione degli spazi e della vita delle persone ricoverate nei reparti psichiatrici, finanche di quelle ri-

strette in carcere, costituendo sia un luogo di socializzazione che una tecnica psicologica e riabilitativa. L'arteterapia, intesa come processo personale, consente infatti di esprimere risorse relazionali e espressive che altrimenti rimarrebbero confinate nella malattia. Può essere uno strumento espressivo fondamentale per chi ha difficoltà comunicative e un mezzo di relazione con la realtà.

Richiede la conduzione di un tecnico arteterapeuta o artista terapeuta, come si definisce a seconda delle scuole di formazione, con una preparazione specifica, rigore etico, attenzione agli aspetti istituzionali. Oltre alla formazione artistica che comporta una competenza del mezzo espressivo, è essenziale una conoscenza dei fenomeni psichici e la predisposizione al lavoro di équipe. Il legame tra creatività e malattia mentale non è riducibile ad un semplice schema: in alcuni casi la sofferenza può limitare le capacità espressive, ma in altri casi può essere di stimolo alla produzione di modalità differenti di espressione (Arieti).

Come dimostra la nostra esperienza presso il reparto di psichiatria dell'Ospedale di Sondrio è essenziale individuare uno spazio sicuro che costituisca il setting dell'attività. In questo contesto ovviamente i pazienti incontrano temporaneamente l'attività e non è prevista la continuità dell'esperienza, ma è importante che in un ambito prettamente sanitario, in cui è prioritaria la terapia psicofarmacologica, possano sperimentare l'esperienza di mettere in gioco la propria individualità e creatività nell'incontro con gli altri, pazienti e operatori di diversa formazione professionale, senza consegne né aspettative particolari. Si tratta di un laboratorio con materiali a basso costo e ampi spazi per la libertà di movimento, sia durante l'attività, sia nel senso che è possibile uscire e rientrare nell'attività più volte, a seconda delle possibilità individuali di ciascuno.

Il lavoro di gruppo favorisce il confronto e la cooperazione e aiuta a capire il valore del rispetto delle regole, favorendo lo sviluppo delle capacità relazionali.

In questo ambito il discorso della continuità terapeutica, sempre fondamentale in ambito psichiatrico, riguarda non tanto il paziente, che si spera venga dimesso dopo un periodo di degenza appropriato, non troppo lungo, ma neanche troppo breve, ma è un aspetto che riveste importanza per la Struttura e il gruppo curante.

Per gli operatori, medici, infermieri, educatori, psicologi, che si alternano durante l'attività condotta dall'arteterapeuta e da un educatore che si sta formando all'arteterapia, il momento dell'attività può rappresentare un momento di coinvolgimento sia a livello terapeutico con i pazienti sia a livello personale come "gioco" con le proprie emozioni. Gioco inteso naturalmente come momento molto serio a livello psicologico e con potenzialità evolutive e di crescita personale.

In S.P.D.C. l'arteterapeuta partecipa alla riunione alle 14 degli operatori del reparto e del CPS sull'andamento dei pazienti ricoverati in modo da conoscerne alcune caratteristiche cliniche e se siano presenti problematiche particolari. Nel pomeriggio ai pazienti viene proposta la possibilità di partecipare all'attività, con la piena libertà di dedicarsi ad essa secondo i tempi, i modi ed i ritmi a loro più consoni. Certamente la persona che partecipa al laboratorio non può essere in una fase acuta in senso stretto della malattia in quanto è richiesta una certa aderenza all'esame di realtà per potersi impegnare e relazionare in modo adeguato con le altre persone presenti. L'attività di arteterapia, che si svolge in uno spazio del reparto di grandi dimensioni, di norma dedicato a sala delle attività, rappresenta uno spazio sicuro in cui i partecipanti possono esprimere vissuti ed emozioni attraverso il linguaggio non verbale dell'arte. È anche un momento in cui si possono ricostruire legami di fiducia tra persone così importanti per superare la demo-

realizzazione che il ricovero in genere reca con sé e che si aggiunge spesso alla sofferenza della malattia. L'attività di arteterapia permette una riorganizzazione, una riparazione dell'esperienza emotiva, creando una forma di comunicazione alternativa alla parola.

Il progetto "Spazio al colore" è stato realizzato nel 2024 presso il S.P.D.C. di Sondrio con l'obiettivo di dare colore, luce e leggerezza agli spazi chiusi del reparto. L'obiettivo iniziale è stato di accompagnare il paziente in una fase di pensiero volto alla progettazione corale, all'attenzione verso le proprie risorse creative, e alla propria capacità di acquisire competenze, stimolando la possibilità di uno sguardo positivo. Il laboratorio utilizza il colore e l'acquerello: sfruttando l'atmosfera che ogni cromia porta con sé, in particolare il Blu ed il Rosso magenta, colore creativo per eccellenza. La prima fase invitava i partecipanti a trovare la propria gestualità dipingendo, trasformando e giocando con il colore, attraverso l'apprendimento di alcune pratiche proprie dell'acquerello, la seconda fase era invece di selezione, scelta e composizione. Si sono prodotti gli elaborati finali, costruendo insieme quella che viene definita l'Opera Condivisa. L'Opera Condivisa è costituita da moduli creati da ogni persona prendente parte al percorso, per essere poi installata in modo permanente nei diversi spazi dell'Ospedale. A seconda degli obiettivi si può stabilire il rilievo da dare alle opere create: esposizione permanente negli spazi della Struttura, ricordo da lasciare ai pazienti artisti, archiviazione. La loro osservazione genera significati nuovi per chi ha partecipato alla loro creazione. La finalità ha determinato anche il formato delle opere. Certamente è ormai condiviso da tutti che quanto accade durante l'attività, la fase del processo dell'attività, è più importante del risultato estetico finale ma, come previsto alcuni prodotti sono utilizzati per l'arredamento degli spazi degli Ospedali di ASST. Un aspetto che riveste un posto essenziale per la continuità dell'attività è la realiz-

zazione di un archivio per conservare e catalogare le opere realizzate.

La modalità di monitoraggio del processo trasformativo è consistita inizialmente di un protocollo che riportava per ogni seduta le osservazioni dei pazienti e degli operatori. Per questi ultimi, impegnati in compiti assistenziali spesso indifferibili e nelle situazioni di urgenza che ovviamente in un reparto di psichiatria non sono programmabili, l'esperienza del laboratorio di arteterapia può contribuire a ridurre le tensioni del lavoro e a distogliere lo sguardo dagli aspetti difettuali del paziente e del contesto lavorativo, aumentando la capacità di guardare agli elementi positivi del proprio lavoro. Consente di sperimentare una riflessione sul senso del proprio lavoro, favorendo modelli di intervento personalizzati, diventando uno strumento di ascolto e relazione.

Le attività espressive impostate secondo questa concezione diventano adatte a essere utilizzate, sempre con la conduzione di un tecnico esperto esterno, quale strumento per ridurre lo stress, aumentare la coesione tra i membri dell'équipe, consentendo l'espressione degli elementi più problematici. Una esperienza positiva in questo ambito è stata effettuata qualche anno fa con il progetto rivolto agli operatori del CPS di Pavia "Le emozioni nella relazione di aiuto".

Certamente la risposta dei partecipanti è diversa quando l'attività viene svolta con incontri a frequenza regolare in Comunità, nei Centri Diurni oppure sul territorio in occasione di eventi pubblici aperti ai cittadini. Essa può diventare quindi un luogo in cui persone di tutte le età, ma soprattutto i giovani si possono, volontariamente o casualmente, avvicinare ad una attività del Dipartimento di Salute Mentale che non genera timori e anzi contribuisce a ridurre lo stigma e la distanza delle persone dai Servizi. L'attività di arteterapia diventa quindi soprattutto un'esperienza relazionale.

Al fine di evitare che l'arteterapia venga equiparata ad attività aspecifiche utilizzabili in svariati contesti un aspetto fondamentale è stato quello di poter valutare il percorso di cambiamento del paziente ponendo a disposizione uno strumento definito e condivisibile quale la Scheda di Monitoraggio del Percorso nelle Artiterapie (SMPA), costruito dai professionisti del Gruppo di Approfondimento Tecnico sulle Artiterapie DG Welfare Regione Lombardia, partendo da una scheda progettata dagli operatori delle Botteghe d'Arte della Asst GOM Niguarda (Melorio.).

Nel territorio della Asst Valtellina e Alto Lario, in cui sono attivi tre laboratori di arteterapia, nelle sedi di Bormio, Tirano, Sondrio e Morbegno-Chiavenna, condotti da tre arteterapeuti data la vastità del territorio, negli obiettivi futuri vi è l'allargamento dell'attività nelle diverse sedi del progetto itinerante del Centro Giovani, in luoghi non connotati dal punto di vista psichiatrico, come strumento non sanitario ma ugualmente efficace di intervento precoce. Le sedi del Centro Giovani, al di fuori degli spazi classici dei Servizi Psichiatrici consentiranno, pur preservando la specificità dell'attività di arteterapia, l'integrazione con le attività non sanitarie svolte dagli Enti del Terzo Settore.

BIBLIOGRAFIA

1. Petrella, F. Outsider Art, Contemporaneo Presente, Collezione Fabio e Leo Cei, Jaca Book 2015
2. Arieti, S. Creatività, la sintesi magica. Il pensiero scientifico editore, 1979
3. Melorio T., Vigano' C., Truzoli R., Casati L., Macellaro M., Grassi P., Nicotra E.F. Validation of the arts Therapies process monitoring scale in psychiatric settings. *Activitas Nervosa Superior Rediviva*, 2025,67 (2): 37-57

