



Arteterapia e Counseling a mediazione artistica

Paola Plocco Arteterapeuta Counselor supervisore



What the «bleep» do we know?



Origini

Le arti terapie si sono sviluppate, circa sessanta anni fa, come **strumento di sostegno nelle cure psichiatriche**;

La persona che ha difficoltà a comunicare si esprime meglio con il corpo, con i gesti, modellando la creta, ballando, raffigurando nei disegni le proprie angosce.



Vincent Van Gogh Campo di grano con corvi 1890

Origini

Freud sostiene
che Leonardo ha
avuto due madri

Jung sostiene che
il motivo della
doppia madre è
archetipico



Leonardo
La Vergine il bambino e Sant'Anna 1501

L'Art-Counseling è una professione che integra il linguaggio verbale (colloquio di Counseling) con il linguaggio artistico tipico delle arti terapie.

L'Art-counselor è un counselor che entra in relazione con il cliente attraverso l'uso del mezzo artistico.



Il Cliente legge il suo elaborato

Il Counselor non lo interpreta

Origini



Orgosolo

L'artista è, in ogni tempo, lo **strumento rivelatore** dello spirito della propria epoca;

Consciamente o inconsciamente l'artista dà forma ai caratteri e ai valori tipici del suo tempo e resta, a sua volta, condizionato e formato da questi.

Origini



Arte Degenerata, in tour per le città tedesche nel 1937

Origini

A Monaco Di Baviera, in un appartamento grande, sono usciti allo scoperto mille e cinquecento opere appartenenti alla collezione di Adolf Hitler, di cui circa 300 considerate "degenerate", e confiscate al suolo della Germania durante l'ascesa del Führer.

Ad acquistarle in blocco fu il gallerista Hildebrand Gurlitt, che le passò in eredità al figlio Cornelius, deceduto nel 2014, che ha tenuto nascosti i quadri nell'appartamento, utilizzando per vivere il ricavato dalla vendita di alcune opere d'arte senza essere mai scoperto.

Nel 2010 su un Intercity tra Zurigo e Monaco la polizia ferma Gurlitt (allora ottantenne) per un normale controllo, e trova nelle mani del vecchietto un mazzetto di banconote da 500 euro, per un totale di 9mila. Che fa con questa somma? Cornelius Gurlitt non lo spiega esattamente.

Da qui, ha inizio una delle "cacce al tesoro" più incredibili degli ultimi decenni in Germania.

Origini

E in un appartamento, gli agenti scoprono nel 2011 un caveau domestico dove tra sacchi della spazzatura, al buio e all'umido sono stipati i tesori dell'umanità spazzolati via da gallerie e musei dai Nazisti, in una delle tante attività delittuose dell'epoca dove Gurlitt senior fu uno degli esperti d'arte incaricati da Goebbels di raccogliere l'arte "malata" che era esposta nel Paese.

Quello che lascia decisamente a bocca aperta, però, appare la vita contemporanea completamente al buio di Cornelius: completamente sconosciuto alle autorità non possedeva alcun codice fiscale, non pagava le tasse e nemmeno la mutua. Le rare volte che usciva dall'appartamento partiva in taxi e tornava in taxi.

Un homeless, in senso metaforico, che aveva come compagni di stanza Beckmann, Chagall, Dix, Klee, Kokoschka, Liebermann, Kirchner, Marc, Matisse, Nolde, Picasso e molti altri, per oltre un miliardo di euro.

http://www.ilmessaggero.it/primopiano/esteri/monaco_tesoro_hitler_ritrovato_pablo_picasso_renoir_henri_matisse_and_marc_chagall/notizie/349583.shtml?fb_action_ids=10202604389255599&fb_action_types=og.recommends

Processo: i requisiti

Cliente: nessun requisito

Counselor: passione per le arti

Processo

L'Art Counseling
coniuga il
linguaggio Artistico
con il linguaggio
emotivo

Cliente

Art-counselor

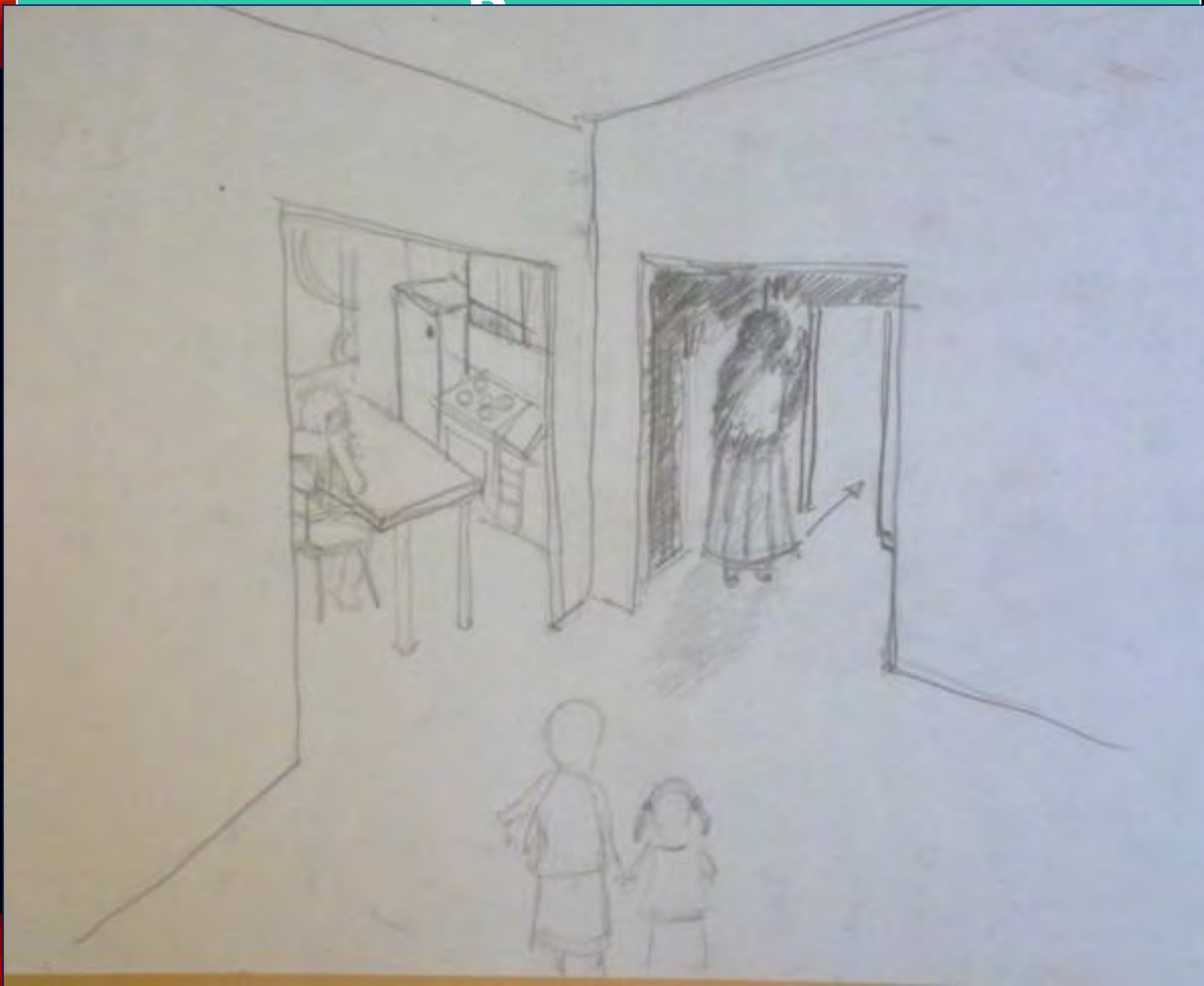
Forme d'arte

- Arte pittorica
- Arte plastica
- Collage e de-collage
- Scrittura
- Poesia
- Foto
- Video
- Teatro
- Musica
- Danza



Sempre caro mi
 E questa siepe, che da
 Di l'ultimo orizzonte
 Ma sedendo e mirando,
 spazio di là da quella
 silenziosi, e profondissima
 lo nel pensiero mi fingo,
 Il cor non si spaventa.
 Odo stormir tra questi
 infinito silenzio a questa voce
 No comparando: e mi sovviene l'eterno,
 E la morte stagione, e la presente
 E viva, e l'buon di lei. Con' tra questa
 infinita immensità s'annega il pensiero mio:
 E l' naufragar m'è dolce in questo mare.





BISOGNI NON SODDISFATTI



Processo

Cliente

Inizio colloqui



Fine colloqui

**n
et**

Forme d'arte

Arte pittorica



Rappresenta una modalità con cui il cliente esprime la sua vita interiore, le sue emozioni, i suoi ricordi, ... attraverso le immagini procede verso l'autoconoscenza

F

Matite colorate

Colori a dita

carboncini

Matite nere

pennarelli

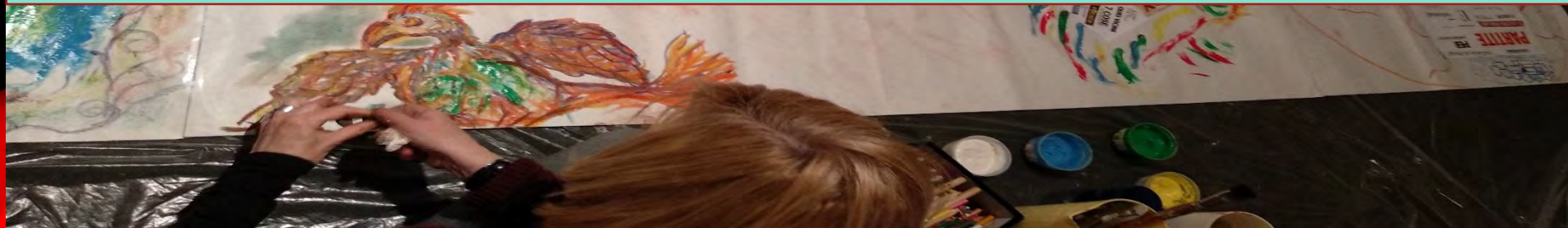
tempere

gessetti

Forme d'arte

Arte pittorica

Può essere realizzato con varie tecniche. I pennarelli ad esempio, sono semplici da usare e quindi rassicuranti mentre i colori a cera, i gessi e le tempere favoriscono un contatto più intimo.



Forme d'arte

Arte pittorica

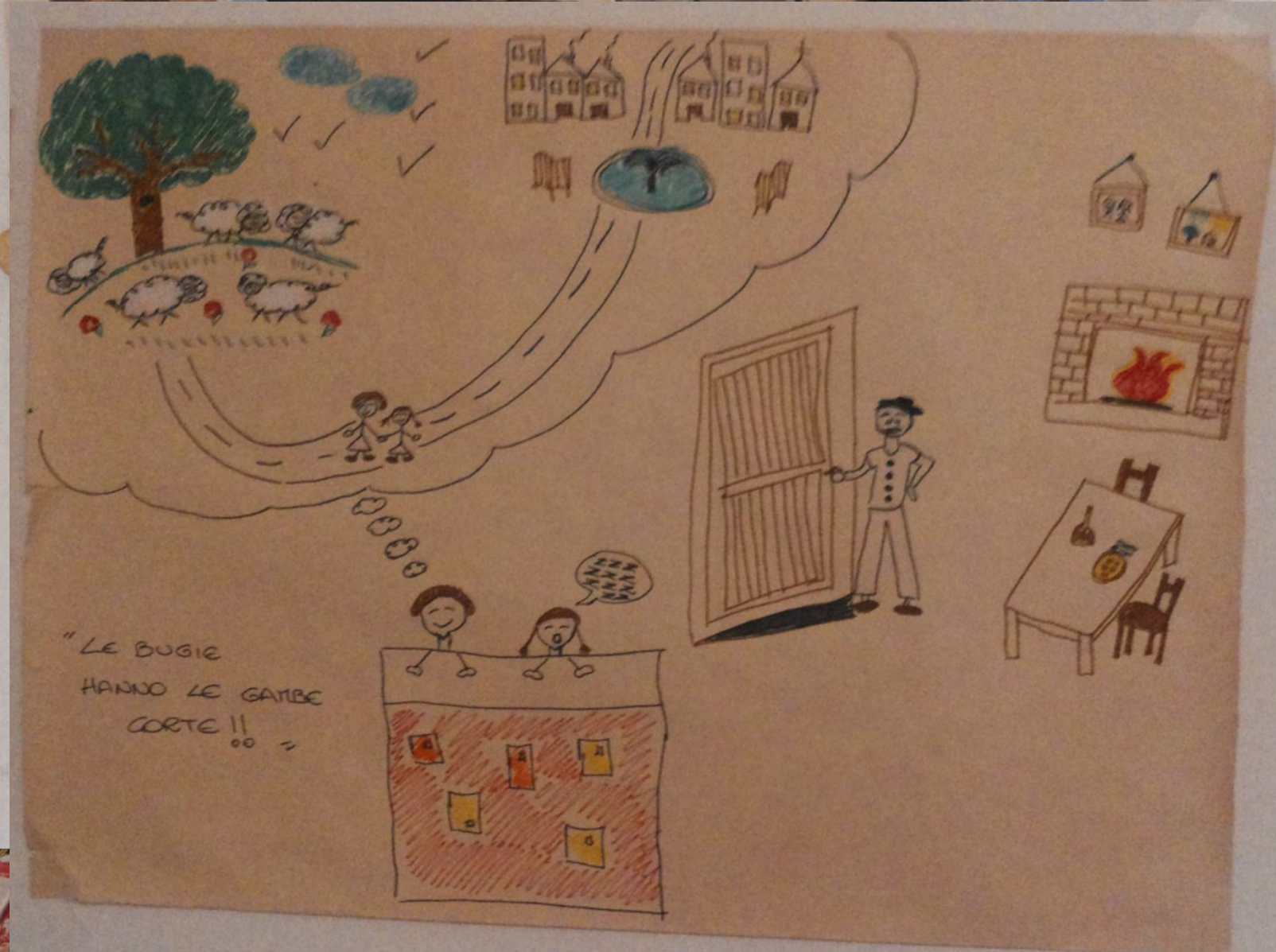
Esplorazione sull'immagine di sè



Forme d'arte

Arte pittorica

Raccontarsi



Forme d'arte

Arte pittorica

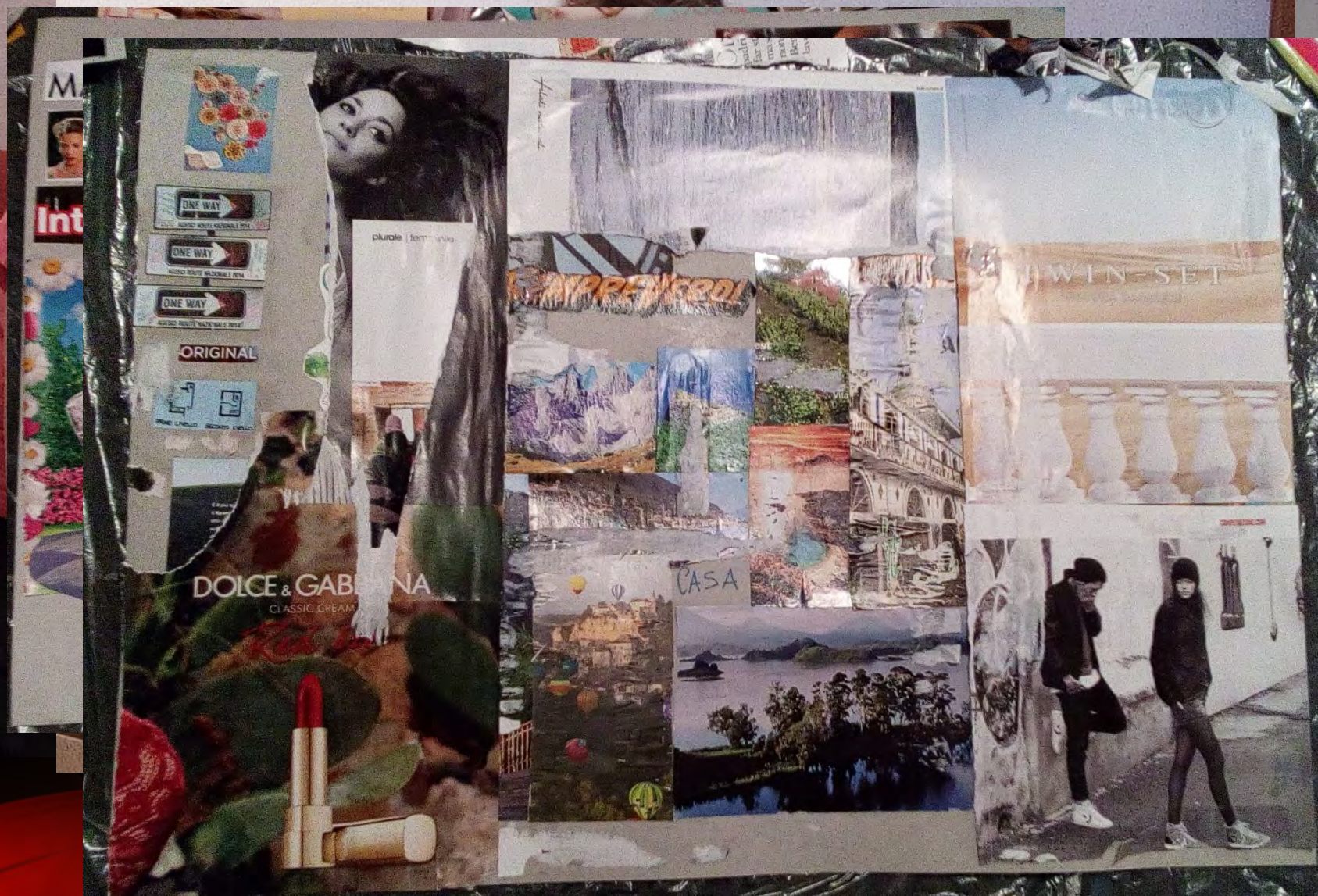
Il sogno

I mezzi espressivi

Collage e de-collage



Il Collage: può agevolare l'espressività ed essere di rinforzo all'autostima. Se vengono utilizzati i tessuti questi ancora di più della carta favoriscono il contatto con il proprio sé grazie alla stimolazione del tatto.



Imoz



I mezzi espressivi

Arte plastica

I mezzi espressivi

Arte plastica

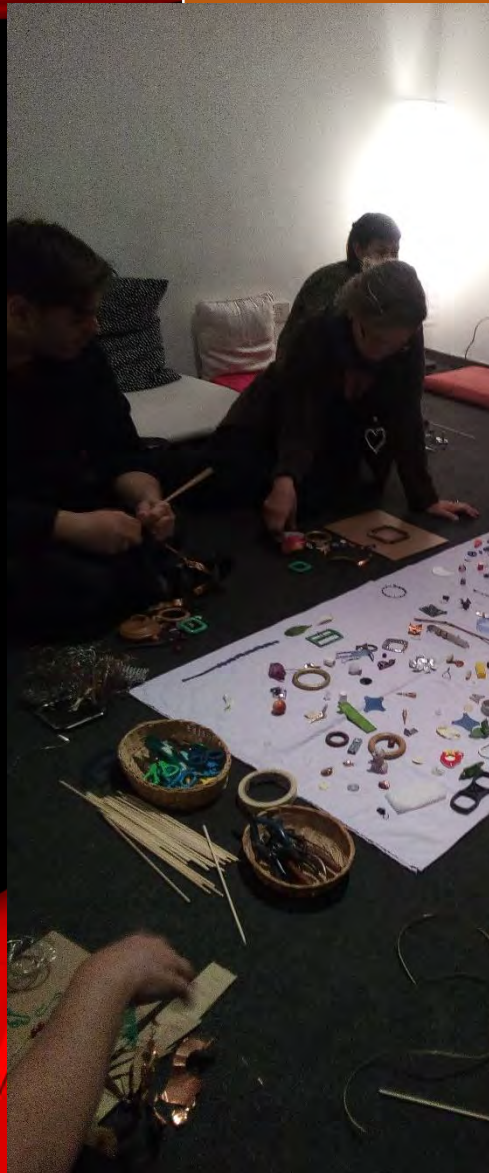


**Lavoro metaforico:
tramite per
comunicare attraverso
le immagini che
vanno prendendo
forma nella
tridimensionalità.**



I mezzi espressivi

plastica



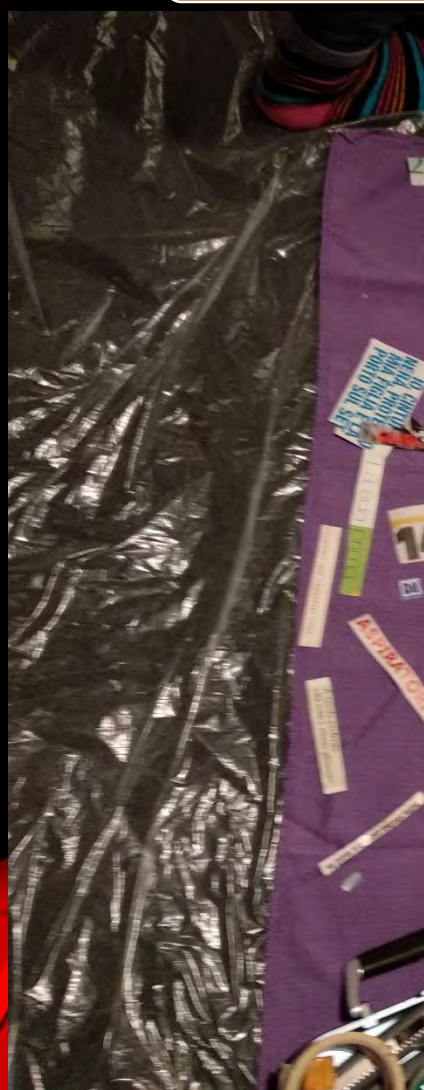
Forme d'arte

Scrittura

E' un campo dove dialogano armoniosamente tutti e due gli emisferi cerebrali, mondo razionale e mondo fantastico, attitudine creativa e attività cognitiva;

- Com'è occupare graficamente lo spazio ?
- Com'è variare la pressione esercitata sul foglio?
- Come mi rapporto al foglio bianco (l'ambiente)?





Forme d'arte

Poesia

- Evoca sentimenti
- Cattura un ricordo
- Stimola l'immaginazione
- Stimola il pensiero
- Favorisce la comunicazione

*Sempre caro mi fu quest'ermo colle,
E questa siepe, che da tanta parte
De l'ultimo orizzonte il guardo esclude.
Ma sedendo e mirando, interminati
Spazio di là da quella, e sovrumani
Silenzii, e profondissima quiete
Io nel pensier mi fingo, ove per poco
M'or non si spaura... E come il vento
Odo stormir tra queste piante, io quello
Infinito silenzio a questa voce
Vo comparando: e mi sovvien l'eterno,
E la morte stagioni, e la presente
E viva, e il suon di lei. Così tra questa
~~infinita~~^{infinita} ~~immensità~~ s'annega il pensier mio:
E il naufragar m'è dolce in questo mare.*

Forme d'arte

Foto



La fotografia: ha una particolare capacità evocativa, si possono usare foto scattate dal cliente, foto di famiglia, di amici, ecc

Form



Forme d'arte

Video

Un'ora sola ti vorrei

Viewers of Earthday Films

Forme d'arte

Un'ora sola ti vorrei

Frammenti di una storia privata, lacerante, ricostruita attraverso filmini familiari in super8. Alina Marazzi riprende alcune immagini d'archivio girate dal nonno, l'editore milanese Ulrico Hoepli e da lì ricostruisce la storia della sua famiglia a partire dai nonni

Forme d'arte

Video

- E' un'opera che brucia di passione e di dolore
- Al centro la figura della madre, Luisa, detta Liseli, morta suicida a 33 anni quando Alina aveva 7 anni.
- Prima le immagini di feste, matrimoni, nascite, vacanze, poi i diari, le lettere, le diagnosi per narrare il disagio di una malattia mentale

Forme d'arte

Video

- Poi il desiderio di poter stare accanto alla madre almeno un'ora, tempo della durata del filmato.
- Per riappropriarsi della voce della madre dai 12 anni fino alla sua morte rivivendo quegli istanti con una fisicità impressionante.

Forme d'arte

Video

- E' una tecnica che permette **un'auto-esplorazione sulla propria immagine.**
 - È un mezzo potente, da usare con delicatezza.
 - La percezione che si ha è di contattare “parti di sé” in modo irripetibile, rispetto ad un video registrato che è possibile rivedere in seguito.
- L'impermanenza del prodotto è rassicurante e rende l'esperienza unica e legata al qui ed ora.**



American beauty

Forme d'arte

Il teatro

Lavora sull'immaginazione dell'attore e sulla scoperta delle emozioni che vengono richiamate in superficie al fine di rappresentare il personaggio; il cliente è:



Forme d'arte

La musica

Migliora la capacità di relazione e comunicazione dell'individuo utilizzando i suoni del corpo, dell'ambiente e



Forme d'arte

La danza

Attraverso il movimento la persona acquisisce una maggiore consapevolezza e padronanza di sé; promuove l'integrazione psichica e la conoscenza del proprio corpo; il movimento è un mezzo di espressione e di studio.



La comunicazione in arteterapia



Oltre alla comunicazione diretta tra counselor e cliente si agisce una comunicazione indiretta e non verbale attraverso un «**terzo oggetto**» rappresentato dall'immagine - **partner silenzioso**

ESTERNALITA'

Spazio e Tempo (processo)



Le 3 dimensioni della comunicazione in arteterapia:

Le 3 dimensioni della comunicazione in arteterapia:



Espressivo-creativa. Si basa sulla comunicazione intra psichica tra cliente e immagine

Ruolo counselor: Testimone e facilitatore

Le 3 dimensioni della comunicazione in arteterapia:



Simbolico-cognitiva. Si basa sulla comunicazione tra counselor e cliente attraverso l'immagine

Ruolo counselor: Alleato

Le 3 dimensioni della comunicazione in arteterapia:



Interattivo-analitica. Si basa sulla comunicazione verbale tra counselor e cliente

Ruolo counselor: Rapporto interpersonale



L'Arteterapia ha un metodo?

O si basa sulla creatività del professionista?

L'arteterapia ha un metodo specifico che ha al centro il lavoro simbolico. (Paola Caboara Luzzatto)

Decalogo dell'arteterapia: Le 10 C

Decalogo dell'arteterapia: Le 10 C

Rigoroso ma non rigido:

- 1. Gli strumenti non vanno usati in senso cronologico**
- 2. Ciascuno ha vari livelli di profondità**
- 3. Sono distinti ma contemporaneamente si intrecciano**
- 4. Sono in continuo movimento dall'uno all'altro**
- 5. In ogni intervento si possono variamente combinare**

Si dividono in 2 gruppi:

- Metodologia dell'espressione**
- Metodologia dell'elaborazione**

Metodologia dell'espressione

- 1. Concentrazione**
- 2. Comunicazione concreta**
- 3. Catarsi protetta**
- 4. Creatività**
- 5. Comunicazione simbolica**

Metodologia dell'elaborazione

- 1. Contenimento**
- 2. Contatto dinamico**
- 3. Connessioni**
- 4. Cambiamenti**
- 5. Consapevolezza**

Concentrazione:

Stato mentale di calma e benessere, Silenzio, Materiali artistici, Sguardo su di sè

- 1. Lasciare sullo sfondo le preoccupazioni quotidiane e il ruminio**
- 2. Focalizzare l'attenzione sul respiro e sul corpo**
- 3. Entrare in contatto con il proprio spazio interiore**
- 4. Visualizzare un centro come fonte di creatività**
- 5. Riportare l'attenzione al mondo esterno senza perdere il contatto con se stessi**



METODOLOGIA DELL'ESPRESSIONE

Comunicazione concreta: **Rispettare l'immagine concreta non simbolica.**

Es: Il foglio bianco



Catarsi protetta:

**Esternare il proprio vissuto in una modalità
NON verbale, liberatoria e protetta**

**Simbolica: una lacrima sta rappresentando un
pianto silenzioso**

Creatività:

Stimolare l'esperienza creativa con l'uso dei materiali.

Spontaneità

Energia

Materiale inconscio

Nuovi significati



METODOLOGIA DELL'ESPRESSIONE

Comunicazione simbolica:

Facilitare l'emersione di immagini interne

**Facilitare il passaggio dalle immagini concrete
a quelle simboliche**



METODOLOGIA DELL'ELABORAZIONE

Contenimento:



Mantenere l'empatia tramite le immagini, il setting, l'attenzione

1° livello: lo spazio dell'immagine

2° livello: il setting protetto

3° livello: la mente del counselor

METODOLOGIA DELL'ELABORAZIONE

Contatto dinamico:



Facilitare il cliente sia ad entrare in contatto con le sue immagini che a distanziarsene rafforzando la meta-osservazione.

Distanziamento fisico dall'immagine

Feedback fenomenologico

Connessioni:

- Livello estetico
- Livello immaginativo
- Livello narrativo
- Livello esistenziale





Cambiamenti:

- **Modifica dell'immagine**
- **Elaborazione di immagini alternative**
- **Traduzione in linguaggi diversi**

Consapevolezza:

Seguire il processo per promuovere la consapevolezza:

- Rapporti intrapsichici
- Presente e passato
- Fantasia e realtà



Forme d'arte

Il teatro

Polarità

esperienziale

Colori

I COLORI



Il colore influenza la nostra percezione

Fenomeno legato a poteri magici

Programmazione culturale

Colori

**Università di Rochester (2015):
Lo stato emotivo influisce sulla percezione dei colori**

I ricercatori hanno condotto due studi separati, prima manipolando lo stato emotivo dei partecipanti e successivamente testando le loro capacità di distinguere i colori.

Colori

Primo esperimento:

129 soggetti appartenenti alla popolazione generale sono stati assegnati in modo casuale a due gruppi:

1. alla metà dei partecipanti è stato mostrato un filmato divertente
2. all'altra metà un filmato triste

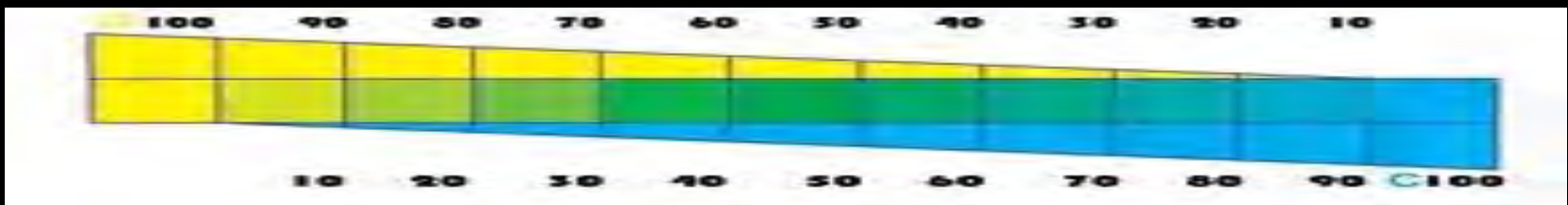
Tutti i soggetti hanno compilato un questionario sullo stato emotivo evocato dal filmato.

In seguito sono stati mostrati 48 campioni di colore consecutivi con la richiesta di identificare il rosso, il giallo, il verde o il blu

Colori

Risultati:

I soggetti che avevano visionato il filmato triste riportavano punteggi significativamente peggiori nel compito di riconoscimento di colori per quanto riguarda l'asse cromatico blu-giallo rispetto a quelli che avevano visionato il filmato divertente.



Colori

Secondo esperimento:

I ricercatori hanno eliminato il filmato divertente e inserito una condizione di controllo, in cui i soggetti prima del compito di riconoscimento cromatico guardavano una sorta di salvaschermo senza connotazione emotiva.

I risultati hanno replicato quanto emerso nel primo studio, confermando così una maggiore difficoltà a identificare i colori nell'asse blu-giallo per i soggetti che erano stati sottoposti alla visione del filmato triste.

Colori

ROSSO

- Simbolo di potenza, dignità, ricchezza
- Associato all'idea della guerra, dell'azione eroica, del sangue versato, del fuoco, dell'energia
- Il rosso indica pericolo, semaforo rosso
- Film 300 domina il rosso dei mantelli, aggressività
- Stimola a prendere decisioni rapide
“Clicca qui”



Colori

Varianti

Rosa - romanticismo amore passività

Rosso chiaro - gioia sessualità passione

**Rosso scuro - vigore volontà rabbia
coraggio**

Marrone - terra stabilità famiglia



Colori

ARANCIONE

- **Simbolo di entusiasmo, felicità, creatività, successo**
- **Associato all'idea di calore, stimola l'attività mentale e l'appetito perché associato al concetto di cibo commestibile**
- **Non è aggressivo come il rosso**
- **Ha un'alta visibilità e viene usato per attirare l'attenzione**
- **In pubblicità è usato per promuovere prodotti alimentari e giocattoli**



Colori

Varianti

Arancio scuro - inganno diffidenza

Arancio tendente al rosso – desiderio
passione sessuale dominazione
aggressione sete di azione

Arancio dorato - prestigio illuminazione
sapienza ricchezza sacralità



Colori

GIALLO

- **E' il colore del sole**
- **Associato alla gioia alla felicità all'intelletto all'energia**
- **Luminoso**
- **Indica movimento necessità di uscire**
- **Evoca sentimenti piacevoli allegri**
- **Attira l'attenzione**
- **Gli uomini lo percepiscono come infantile**
- **Se abusato può disturbare**



Colori

Varianti

Giallo opaco – malattia gelosia avarizia

Giallo chiaro – intelletto freschezza gioia



Colori

VERDE

- E' il colore della natura
- Simboleggia crescita armonia freschezza fertilità
- Viene usato per rappresentare il mondo virtuale – Matrix –
- Colore riposante potere di risanamento
- Suggerisce stabilità resistenza sicurezza
- Pubblicizza medicinali e prodotti naturali



Colori

Varianti

Verde scuro – ambizione avidità gelosia

Verde giallastro – malattia discordia

Verde acqua – risanamento emotivo
protezione



Colori

BLU

- **E' il colore del cielo e del mare**
- **Simboleggia fiducia lealtà saggezza fedeltà contemplazione verità**
- **Benefico per la mente e il corpo**
- **Produce un effetto calmante**
- **E' un colore maschio accettato dagli uomini**
- **Pubblicizza detersivi viaggi per mare acqua linee aeree**
- **Non è adatto per promuovere cibi sopprime l'appetito**



Colori

Varianti

Celeste – comprensione
morbidezza cura

Blu scuro - conoscenza potere
integrità



Colori

VIOLA

- E' il colore della regalità
- Simboleggia potere nobiltà lussuria ambizione
- Conferisce devozione religiosa ricchezza stravaganza
- E' associato a saggezza dignità sobrietà umiltà indipendenza creatività mistero magia
- Secondo alcuni sondaggi il 75% degli adolescenti preferisce il viola a tutti gli altri colori



Colori

Varianti

Il viola chiaro – romantico
nostalgico

Il viola scuro – dolore lutto
penitenza vecchiaia tristezza
nostalgia



Colori

BIANCO

- **Contiene tutti i colori**
- **Segnala i passaggi di stato vestito da sposa abito funerario nelle culture orientali**
- **Matrix stanza di equipaggiamento accesso ad una nuova realtà**
- **E' associato a luce bontà innocenza purezza verginità sicurezza**
- **Insieme al nero dualità opposti**
- **E' il colore della perfezione**



Colori

Varianti

Il bianco luminoso – luna verginità
principio femminile



Colori

NERO

- E' il colore del caos
- Simboleggia potere eleganza formalità morte mistero cattiveria
- E' un colore misterioso
- Paura vuoto vergogna tenebre distruzione corruzione rinuncia
- Solennità
- Prospettiva di profondità
- Un vestito nero snellisce
- Con il rosso o l'arancio conferisce aggressività



Colori

Varianti

Il grigio – neutro lutto depressione
ceneri penitenza uniformità noia
banalità stasi – eleganza sobria e
raffinata



Forme d'arte

Casi

Il cliente che porta un sogno:

Invito a raccontare il sogno o un ricordo disegnandolo.

Scelta del mezzo artistico -> mi oriento

Il disegno è fatto di immagini, segni, parole, colori, macchie, ecc e non c'è giudizio.

Invito STARE esprimendo ciò che si prova guardando

Si fanno parlare le parti del disegno (GESTALT)

Vedere FUORI ciò che è DENTRO è rassicurante

Possibilità di MODIFICARE -> accesso alle risorse

Forme d'arte

Casi

Il cliente che va «tutto bene»:

Invito a disegnare un'immagine che «va tutto bene».

Scelta del mezzo artistico -> mi oriento

Invito a verbalizzare mentre disegna/dipinge/ecc

Domande per stimolare l'introspezione:

1. Come è per te questo disegno? I colori? Le dimensioni? Gli spazi pieni e vuoti?
2. Cosa provi nel guardarlo?
3. Ti ricorda qualche situazione? Quando? Cosa emerge?
4. Quando lo guardi cosa provi?

Forme d'arte

Casi

Il cliente che vuole lavorare su un disagio: perdere peso, cambiare lavoro, scelta di vita, ecc

Invito a fare un'analisi dei bisogni con il collage.

Metto a disposizione 2 fogli grandi e riviste:

- BISOGNI SODDISFATTI
- BISOGNI NON SODDISFATTI

Obiettivo -> consapevolezza delle gestalt aperte

Invito ad osservare il lavoro dal punto di vista grafico:

Spazi pieni e vuoti, immagini scelte, dimensioni del lavoro, ecc

Forme d'arte

Casi

Il cliente stressato:

Invito il cliente a lavorare sul suo ZAINO

Disegno dello zaino, possibilità di riempire le varie sacche con ciò che lo appesantisce.

Osservazione di dove sono collocati i pesi, il colore, lo spazio occupato

Domande: cosa vuoi lasciare andare? Di cosa ti puoi liberare?

Offro l'opportunità di modificare il lavoro, questo gesto metaforicamente corrisponde al cambiamento reale, una sorta di allenamento e di ricerca della risorsa.

Forme d'arte

Casi

Il cliente giovane:

Invito il cliente a lavorare sul fumetto.

Quale personaggio ti affascina?

Con quale ti identifichi?

Ti va di disegnare?

Rappresentazione di un fumetto collocato in una storia.

Invito a fare parlare i personaggi

Quello che emerge rappresenta parti di sé che hanno l'opportunità di dialogare e di integrarsi (Gestalt).

Possibili domande:

Cosa hai in comune con?

Cosa farebbe lui al tuo posto? In questo momento come ti senti?

Forme d'arte

Casi

Il cliente che non vede le sue risorse

Invito il cliente a disegnare la valigia degli oggetti preziosi.
Se dovessi partire per un viaggio cosa metteresti in valigia?
Cosa porteresti con te?
A cosa ti potrà essere utile questo oggetto?
Quanto ti è stato prezioso in passato? In che occasione?
C'è ancora spazio in valigia?
Cosa puoi mettere ancora?

Bibliografia

- Cathy A. Malchiodi – ARTETERAPIA – ed. Giunti
- Claudio Widmann – Il simbolismo dei colori – Ed. Magi
- Carl Gustav Jung – L'uomo e i suoi simboli – Ed. Tea
- Nicole Boille – Il gesto grafico Il gesto creativo – ed Borla
- O. Albanese M. Peserico – Educare alle emozioni con le arti terapie o le tecniche espressive
- Marc Muret – Arteterapia
- Petruska Clarkson – Gestalt counseling
- Paola Caboara Luzzatto – Arte Terapia
- <https://www.psicologia24.it/2015/09/tristezza-modifica-percezione-colori/>
- <http://www.stateofmind.it/2015/09/tristezza-percezione-colori/>