

Prefazione

Questo libro si presenta come una nuova e importante occasione di approfondimento sull'arteterapia, sulla psicoterapia e sulle loro possibili vie di integrazione, altresì delinea contenuti inediti e di grande rilevanza, frutto di ricerca personale e di un'esperienza professionale accurata e di lunga data.

Queste pagine propongono saperi e teorie aggiornate, profonde riflessioni e spunti didattici, ma la lettura coinvolge profondamente anche a livello emotivo perché qui incontriamo persone, individualità, storie di vita, immagini e colori, vissuti, emozioni. Ogni aspetto teorico viene sapientemente calzato su casi clinici e ciò favorisce nel lettore un efficace apprendimento emotivo. Anche le emozioni e i vissuti dell'autrice divengono oggetto di riflessione sincera, riportandoci ad una scrittura autentica che rivela spirito di ricerca, capacità di osservazione, di analisi e di autocritica.

Sono tante le linee significative su cui si focalizza il testo e non è possibile elencarle in ordine di importanza in quanto tutte ugualmente considerevoli.

Sicuramente uno dei nuclei fondamentali a cui l'autrice rivolge la propria attenzione è la formazione della coscienza emotiva e il progressivo sviluppo del sé autobiografico, soprattutto in relazione al fare arteterapia. Albertini tesse un'interessante e densa trama di riflessioni attorno alle emozioni e alla loro funzione nella vita dell'uomo e nella formazione della coscienza, partendo dagli autori contemporanei che hanno trattato questo tema nell'ambito delle neuroscienze, della neurofisiologia, della medicina e della psicoanalisi per arrivare a dimostrare, anche attraverso alcuni casi significativi tratti dalla propria esperienza professionale, come il fare arteterapia possa far emergere emozioni collegate a ricordi anche in persone inibite o psicologicamente bloccate, grazie alle sollecitazioni percettive dei materiali artistici e al coinvolgimento corporeo che caratterizza il processo creativo e che apre la via verso la dimensione inconscia.

Ampio spazio viene dato al trauma e a come interviene nel mondo emozionale individuale. Le emozioni, soprattutto se legate a situazioni traumatiche,

possono essere percepite come scollate dalla propria vita conscia e, per questo, essere vissute con dolore o distacco, ma, il loro graduale riconoscimento può permettere di riacquistare un senso nella realtà di vita della persona. Ciò favorisce l'ampliamento della coscienza emotiva e della memoria personale e, conseguentemente, del sé autobiografico, azione fondamentale per definire il personale modo di essere nel mondo.

L'autrice si addentra in queste riflessioni teoriche con autentico desiderio di scoperta, facendo sempre un efficace parallelo tra teoria ed esperienza, per entrare con onestà intellettuale nei meccanismi che rendono comprensibili i complessi processi che sottendono la formazione della coscienza emotiva e della memoria autobiografica. Quindi, meccanismi che si osservano solitamente in arteterapia e che si danno spesso per scontati, come l'emersione graduale dei ricordi, la narrazione personale, la rappresentazione di immagini, vengono qui analizzati accuratamente, portati alla luce e resi visibili e comprensibili, al fine di spiegare come le forze creative dell'arte riescano a fare in modo che un ricordo inconscio possa gradualmente diventare conscio ed essere preso in considerazione dalla persona.

Tali riflessioni costituiscono una significativa progressione nella consapevolezza di tutti quei processi di crescita innescati dall'arteterapia.

Un altro fondamentale contenuto è l'innovativo approccio delineato dall'autrice che può unire la psicoterapia e l'arteterapia, sfruttandone le differenti potenzialità. Se, *in primis*, le aree della psicoterapia e dell'arteterapia tendevano a confondersi per cui è stato importante creare dei confini e delle linee metodologiche chiare che ne differenziassero le tecniche di intervento, in un secondo momento i due ambiti sono stati a lungo separati da una certa incomunicabilità. Spesso ho incontrato professionisti sia dell'arteterapia sia della psicoterapia che usavano in modo separato i loro strumenti, sentendosi psicoterapeuti oppure arteterapeuti. Albertini, invece, mette a fuoco una metodologia che permette di unire le potenzialità dei due approcci, sfruttando le peculiarità di ogni tecnica terapeutica. Generosamente condivide riflessioni scaturite dalle proprie esperienze, descrive percorsi psicoterapeutici che si sono avvalsi delle tecniche dell'arteterapia, analizza le proprie modalità di conduzione, le risorse e le difficoltà incontrate, condivide gli strumenti utilizzati e che si sono rivelati efficaci, fa luce sull'organizzazione pratica degli interventi di arteterapia e su come possono sfociare in percorsi di psicoterapia o viceversa, e lo fa attraverso la descrizione efficace di alcuni casi clinici che ci permettono di comprendere come l'arteterapia possa "eludere le parole per addentrarsi nel luogo del rimosso, rendendolo maggiormente elaborabile ed evidenziando il nucleo psichico da trattare terapeuticamente", come lei stessa sostiene. Dalla lettura emergono

pertanto interessanti aspetti didattici che potrebbero creare un nuovo ruolo professionale, quello dello “psicoterapeuta espressivo”.

Ciò non significa che il testo debba essere riservato a psicoterapeuti che desiderano ampliare il loro approccio, in quanto gli arteterapeuti e quanti si nutrono di arte possono trovare un autentico arricchimento nelle riflessioni sul processo creativo, sull’elaborazione dell’immagine e sulla sua formidabile complessità che permette l’unione del molteplice, proprio come in un mosaico, come ci suggerisce Hillman.

Ma non solo. Questa lettura ci mette in profondo contatto con i materiali artistici, con le loro valenze psicologiche e le loro potenzialità, comprendiamo così il ruolo di rilievo che assumono sulla tavola dell’arteterapia e come divengano alleato prezioso dell’arteterapeuta.

Credo che questo testo contribuisca a rendere più solido l’approccio arteterapeutico in quanto crea attorno ad esso un dialogo significativo che comprende il confronto tra le scoperte e le ipotesi provenienti dalla storia dell’arte, dalle neuroscienze e dalla psicoanalisi, oltre che dalla pratica delle tecniche arteterapeutiche.

Infine, ciò che colpisce è il sentimento che, in modo trasversale, pervade ogni pagina e che caratterizza l’approccio terapeutico dell’autrice, cogliamo così la cura infinita rivolta alla relazione terapeutica, la sensibile empatia con cui cautamente si avvicina al mondo interno delle persone che incontra, la protezione del paziente tra gli obiettivi primari, il rispetto della persona e delle sue difese, nel tentativo di non oggettivare l’altro, cogliendone motivazioni, significati e autenticità espressiva.

Percepriamo nell’autrice la sincera passione per l’espressione artistica, la sensibilità artistica di chi ha le proprie mani nell’arte, la sorpresa che si rinnova nel sentirsi partecipe del processo creativo e di quella particolare emozione che connette il paziente con la storia della propria vita e infine la capacità di cogliere la bellezza nelle tracce espressive e nelle stesure di colore quando assumono sfumature intime, specchio dell’inconscio individuale.

Margherita Gandini