

## Adolescenti e smartphone in un laboratorio di arteterapia

Barbara Cipolla

### Abstract

Nel presente articolo si riferisce di una esperienza di psicoterapia di gruppo con adolescenti in un contesto particolare che è quello di un laboratorio di arteterapia, per raccontare le nuove frontiere del setting con l'adolescente e di come si possano creativamente inserire elementi quali l'uso del cosiddetto "smartphone" in una relazione terapeutica esattamente come è possibile utilizzare il disegno o il modellaggio della creta come protosimboli in una comunicazione che voglia aspirare a divenire trasformativa.

**Parole chiave:** adolescenza, terapia di gruppo, arteterapia, smartphone, creatività

Chi lavora con gli adolescenti si accorge presto che tutto ciò che li riguarda, a partire dal funzionamento mentale, necessita di essere risignificato.

Alex (13 anni e mezzo), in seduta, elabora la seguente storia che trascrivo fedelmente:

*"C'era una volta un ragazzo che voleva entrare in una casa segreta sopra l'arcobaleno, disabitata da tanti anni. Un giorno decide di entrare in quella casa con un amico, ma a prima vista non vedono entrate. Alla fine vedono una botola ed entrano.*

*La casa è bella, senza polvere, sembra una casa normale. Decidono di accamparsi lì e di trasformarla in un rifugio segreto.*

*La prima notte che rimangono anche a dormire, sentono rumori provenire dal sotterraneo. Vanno a controllare ma non vedono nessuno. Il rumore sparisce. Ma... tornati sopra, trovano la casa sottosopra, tutto rotto, e macchie di sangue per terra. Si preoccupano molto e scappano. Ma la botola è sparita! Non c'è più una via di fuga.*

*Provano a telefonare alla polizia col cellulare ma non c'è campo, cercano delle armi lì intorno ma non le trovano. Presi dal panico, cominciano ad urlare. Quando i rumori si fermano, uno zombie entra in casa con una motosega in mano. Taglia la testa all'amico in un attimo.*

*Il ragazzo comincia a correre disperato e alla fine trova un'uscita che porta su un albero. Ma correndo rimane impigliato a una corda e si impicca senza volerlo.*

*La Morte decide di dargli un'altra possibilità e lo fa tornare in vita.*

*Lui rientra in casa e trova l'amico ancora vivo ma stordito. Incontra anche lo zombie a cui dice che la Morte gli ha dato un'altra possibilità. Lo zombie allora decide di diventare loro amico.*

*Rimettono a posto la casa e scrivono un cartello: -PERICOLO DI MORTE. NON ENTRARE.-*

*Tornano a casa e trovano i genitori sconvolti per la loro scomparsa. Non possono dire la verità e inventano una scusa per la loro lunga assenza.*

*Intanto i ragazzi sono diventati più adulti e i loro genitori più vecchi. Essendo grandi decidono così di andare a vivere fuori città ma in realtà vanno a vivere nel rifugio segreto.*

*Vogliono evitare che altri muoiano come loro per la curiosità di entrare.*

*Loro non invecchiano mai e rimangono in quella casa per sempre come guardiani.”*

Alex intitola questa storia “*I ragazzi scomparsi nel nulla*”. Il disegno da cui la storia trae ispirazione è un disegno a pastelli fatto in seduta che rappresentava una casa su una collina, un arcobaleno e due ragazzi in bicicletta.

Gli elementi di interesse sono senz’altro molti in questo scritto ma lo riporto in questo contesto perché ricordo di aver annotato subito questa storia dopo la seduta (che risale ormai a cinque anni fa), sebbene non fosse una mia abitudine, perché era la prima volta che in una storia immaginaria di un mio giovane paziente compariva tra i protagonisti un cellulare e che l’ “avere campo”, essere in rete col resto del mondo, cominciava ad avere una connotazione importante in quanto l’oggetto telefonino non era “usato” in seduta ma impiegato per descrivere uno stato interiore.

Alex a quell’epoca non riusciva più ad andare a scuola da diverse settimane (frequentava la terza media), la mattina stava male, vomitava, aveva forti mal di pancia. Un ragazzo alto, bello, coi capelli lunghi, vestito in modo curato e alla moda, coi pantaloni calati, che dimostrava molto più della sua età. Il cellulare con lui sempre in mano o in evidenza davanti a noi.

Lo ricordo come fosse ora: le parole gli escono a fatica, sembra quasi una violenza fargli una domanda. Chiuso in un corpo bello e prestante si nasconde un animo di bambino che gioca tutto il giorno con i suoi cani sentendosi al riparo da ogni stimolo ansiogeno. Disegniamo insieme, stando fianco a fianco in piedi davanti un tavolo molto grande. Lunghi silenzi carichi di angoscia. Qualcosa cambia quando Alex decide di sua iniziativa di farmi vedere una foto dei suoi cani sul suo cellulare. Sembra aprirsi una distesa davanti a noi dove qualcosa è possibile prenda forma. Mi stupisco di come sia diverso e tranquillo rispetto a poco prima ripiegato su se stesso. Dentro di me sorrido pensando a come è strana questa situazione. Chi lo avrebbe mai detto che il cellulare sarebbe diventato il medium della nostra comunicabilità! Il nostro spazio di conversazione si apre sui suoi quattro cani. Come mangiano, come giocano, che rapporti hanno tra loro e con le persone estranee e non, come fanno cuccioli e come li allevano... finalmente mi sento alleata.

Da qui in poi diventa più facile lavorare con i colori, le forme, si sviluppa un lavoro sulle immagini, le parole possibili e gli scenari delle storie; scopro insieme a lui che di fronte alla produzione realizzata con tempere, gessetti, acquerelli, creta... sorgono una molteplicità di immagini mentali e di movimenti, che non sono neanche lontanamente possibili quando ci incontriamo in uno spazio che contempla descrizioni di immagini della realtà e la conversazione gira attorno al suo quotidiano. Le parole che associamo liberamente, prima insieme in una sorta di sfida, poi da solo, entrano in collisione col silenzio assordante riempito dall’ansia di qualche tempo prima. All’inizio titubante nel fare uscire parole, poi sempre più divertito, cominciamo ad associare piccole storie partendo dalle percezioni iconiche.

Chiaramente la parola e il disegno in questa fase del lavoro sono ancora un coagulo di una esperienza emergente che dal corpo tende verso la dicibilità, ma è ancora lontana dalla rappresentazione di sé.

Racconto di questo paziente perché più che con tutti quelli che ricordi, il cellulare e la rete hanno rappresentato dei punti di ancoraggio forti per tessere una trama e ricucire dei ponti interni con immagini forti e angoscianti che non riuscivano a venire fuori in altro modo da uno stato di paralisi della mente. Alex narra le sue storie usando le sue immagini interne (parole referenti di cose trattenute in memoria) miste ad emozioni. Prima di utilizzare il supporto della “memoria esterna” sul cellulare sembrava però non riuscire ad appigliarsi a nulla.

Dato che per attitudine personale tendo a voler ripensare costantemente i concetti teorici alla luce della loro applicazione clinica, e che per scelta lavoro da circa diciassette anni sia con bambini che con adolescenti oltre che con adulti, vorrei chiarire, prima di addentrarmi nella descrizione del mio lavoro clinico in un laboratorio di arteterapia, che non credo nella formazione “specialistica” di uno psicoterapeuta destinata ad un tipo particolare di utenza, che sia differenziata per età (analista dei bambini, adolescenti o adulti) o per tipologia diagnostica (disturbi alimentari, psicotici, sessuali ecc.). In questa sede mi preme discutere dell’efficacia dello strumento, o meglio, degli strumenti analitici, applicati in un momento della vita in cui l’apparato psichico ha esigenze diverse rispetto a quello che la tradizione psicoanalitica considera come elementi cruciali di una terapia quali il superamento della rimozione, il transfert, la regressione, le libere associazioni.

Se devo definire il mio ambito di lavoro preferisco parlare di psicoterapia psicoanalitica e utilizzare come strumento trasversale di lettura della relazione analitica l’ipotesi dell’Oggetto Originario Concreto (Ferrari, 1992) (1).

L’incontro analitico, quando avviene, trasforma l’adolescente in un interlocutore, un analizzando, un soggetto che, al di là della generalizzazione antropologica, possiede caratteristiche uniche ed irripetibili.

Uno schema è necessario affinché vari ricercatori si comprendano vicendevolmente e anche perché un ricercatore rifletta sulle proprie esperienze. Per questo cercherò di spiegare brevemente il mio setting di lavoro prima di passare a descrivere uno stralcio di esperienza fatta con gli adolescenti e i loro inseparabili smartphone.

### **Perché creare un laboratorio di arteterapia**

La parsimonia degli scritti sull’arteterapia con adolescenti non significa che questa pratica sia marginale. L’arteterapia è vittima del suo stesso successo: è divenuta una specie di contenitore pieno di chiavi che aprono serrature polisemiche in continua trasformazione, procurando una serie di malintesi su una realtà in cui ognuno persegue un’ottica diversa, sbandierandola come unica verità.

Occorre uno sfoltoimento sinottico per avere un lessico comune per tutti. Come tutte le cose complesse (il Croce ha preferito spiegare l’arte attraverso la precisazione di ciò che non lo è) più che dire cos’è l’arteterapia, sarà utile dire cosa non è.

Analizzando la composizione della parola, parto dal sottolineare che intanto 'Arteterapia' non è Arte, o meglio, non necessariamente, non sempre, anzi, quasi mai. L'arte presuppone un pubblico a cui si rivolge; presuppone la reintegrazione dell'opera creata nella realtà socioculturale. Ebbene, questo non è un obiettivo dell'arteterapia che, comunque, si colloca nell'ambito della cura.

L'arte implica conoscenza di tecniche, di metodi e processi per perseguire uno scopo, un ideale di bellezza, attraverso il tempo e le culture.

L'adolescente in arteterapia non va oltre l'abbozzo, l'effimero, l'inesperienza artistica. Al ragazzo non si chiede di essere artista. L'opera d'arte nasce in solitudine; in arteterapia la produzione nasce dalla relazione con un terzo (il terapeuta) e/o con un gruppo di co-autori. Le dinamiche transferali relegano il fattore estetico all'ultimo posto, contrariamente all'arte vera e propria. Insomma l'arteterapia non è arte, perché non lo è... ancora.

Non è un insegnamento artistico, sebbene i consigli e l'insegnamento di tecniche si rendano necessari per comunicare. Tra educazione artistica e arteterapia passa la differenza di obiettivi, sostenuta da una pedagogia di norme, tecniche e mezzi diversi. Non è neanche arte psicopatologica. Dubuffet ironizzava dicendo "non esiste arte dei folli, come non esiste un'arte dei dispeptici o di chi soffre di dolore alle ginocchia".

Testimone e testimonianza al tempo stesso, la produzione plastica non è nient'altro.

Volerle attribuire un significato tramite un sistema di inferenze rientra nell'ambito dell'interpretazione. Solo un clinico esperto, di fronte a colori, temi, stili e comportamenti motori rintraccerà la componente patologica, ma egli sarà tanto più perspicace quanto più conoscerà la storia del creatore dell'opera.

Non è ergoterapia. Malgrado i loro legami, ergoterapia e arteterapia sono pratiche diverse. In ergoterapia il risultato materiale, l'abilità, l'aspetto estetico, nonché il piacere immediato, scandiscono la creazione artigianale in un'ottica socio-terapeutica. Nell'arteterapia, invece, la produzione consiste in una proiezione libera che esclude (o per lo meno, non la persegue necessariamente) la ricerca estetica, il risultato, l'aspettativa di guadagno.

Quando le due pratiche coesistono nella stessa Istituzione, le acquisizioni ergoterapeutiche si traducono direttamente in un'estensione della gamma della abilità in arteterapia. Il comune denominatore è il corpo. E anche se molti sostengono che alla base di ogni attività arteterapeutica ha un ruolo importante la psicomotricità, questo non vuol dire che sia una rieducazione psicomotoria.

Dipingere, scolpire, disegnare, sono atti motori e percettivi implicanti l'attività del corpo ma il passaggio dalla gestualità direttiva dell'ergoterapia all'espressione creativa dell'arteterapia avviene in una relazione significativa per la presenza di un terapeuta pronto ad accogliere la messa in forma di pensieri non ancora pensati.

L'attività plastico-pittorica, attivando la memoria motoria e cognitivo-affettiva, restituisce all'adolescente una certa osmosi col suo "essere corpo" fino a quel momento poco esplorato. Purtroppo non sono rare le iniziative di arteterapia che, occupandosi di riabilitazione, si limitano solo a una reintegrazione di funzioni motorie. Ribadisco questo perché l'arteterapia non è neanche terapia corporea, pur

essendo il corpo il denominatore comune di tutte le altre discipline rientranti nel dominio delle artiterapie (danza, musica, teatro).

Nessuno dubita del fatto che l'arteterapia non sia una terapia verbale, sebbene la parola in ogni terapia occupi un piano privilegiato.

La produzione plastica è più diretta e meno diretta della terapia verbale: viene preservata la difesa e il prodotto veicola un narcisismo riparatore di un lavoro terapeutico "nel" e "del" profondo.

Il gioco e il disegno sono presenti d'altra parte nelle pratiche psicoanalitiche già dagli anni '40 (ricordiamo la Tecnica dell'arte di Anna Freud, la tecnica del Gioco di Melanie Klein e lo Squiggle Game di D. Winnicott) in quanto strumenti di comunicazione e valutazione efficaci per lo psicanalista che lavora con i bambini.

Dunque, per tornare all'oggetto del discorso, vediamo che l'arteterapia è più o meno tutto quello che non è.

Non è in qualche modo un epifenomeno della civiltà?

Il fatto che sia l'arte sia la somatoterapia rivendichino uno spazio nell'ambito dell'arteterapia fa sì che questa si collochi ad un punto di incontro che le consente di fregiarsi del plurale: arti terapie (o arteterapie), che si declinano spesso in funzione della formazione di chi la pratica. Intorno al termine 'arteterapia' si è creata una babele, tanto da far preferire a molti una denominazione diversa. Chi parla di psicoterapia con espressione plastica, chi di terapie con l'arte, altri di terapie tramite l'arte e così via. Dalle inflazioni concettuali, le ultime nate sembrano essere 'l'arteterapia espressiva' e 'l'arteterapia creativa'. La prima si basa, però, su un lavoro di espressione mediata (poesia, pittura, scultura..) e consiste nell'analizzare ciò che viene prodotto in un contesto transferale. Anche l'arteterapia creativa sollecita la dimensione espressiva, ma il trattamento è molto diverso. Non si tratta di decifrare ciò che si vede, ma di accompagnare con discrezione il soggetto dentro le sue opere, evitando di toccare eventuali tabù, sintomi, difese, resistenze irrinunciabili. Occorre mettere l'adolescente in una posizione di attore, accompagnarlo nelle sue elaborazioni, nei suoi passaggi all'azione, moderare l'espressione dei suoi sintomi.

L'arteterapia funziona grazie ad un processo psichico in cui l'ignoto e la creazione rappresentano la chiave di qualsiasi cambiamento, attraverso insights intersoggettivi in cui assiomi o equazioni non trovano posto. Costatare che molti adolescenti si siano avvantaggiati dell'arteterapia non risolve il problema delle indicazioni. Le indicazioni, dunque, si collocano ancora e sempre in una plasticità processuale che apre un ventaglio ampio di possibilità. Solo questa a mio avviso è la forza (ma anche la debolezza) dell'arteterapia. Un'indicazione per me esiste: propongo l'arteterapia a coloro che non utilizzano facilmente e volentieri il linguaggio verbale e/o a coloro che hanno conseguito scarsi risultati con altre terapie; anche a coloro che mostrano predisposizione verso una dimensione estetica e familiarità con l'espressione artistica. L'utenza privilegiata riguarda bambini e adolescenti. E' anche vero che i risultati dipendono abbondantemente dal terapeuta e dalla sua formazione. Molti autori individuano controindicazioni nei casi di anoressia mentale, di persone con particolare predisposizione all'acting, di iconoclasti e sabotatori di relazioni di gruppo.

La mia opinione è che le controindicazioni non riguardino particolari categorie, quanto la capacità di analizzare la relazione terapeuta-paziente e di stabilire se questa funzioni così come si dovrebbe fare per intraprendere qualunque altro tipo di terapia. Un terapeuta che intenda lavorare su “modo e forma”, più che sui contenuti, potrà avvalersi ugualmente di un disegno, di una scultura, di una poesia o utilizzare il ‘pennello delle parole’ per stabilire una comunicazione infraverbale col paziente.

Il mio interesse di psicoterapeuta e arteterapeuta, utilizzando varie modalità comunicative con i pazienti, da quelle verbali a quelle iconiche a quelle corporee, si è molto centrato sull’efficacia e le funzioni del linguaggio verbale e del linguaggio iconico sia come mezzi per esprimere e comunicare i pensieri che come strumenti di una relazione analitica trasformativa.

Lo psicoanalista francese André Green (2002a), profondamente interessato alla capacità di tradurre in termini linguistici il funzionamento (e la natura) di un apparato psichico (un inconscio “*che non parla*”) che non è fondato di per sé su elementi linguistici, ci descrive un processo complesso in cui il significato (un elemento terzo) si costituisce retrospettivamente solo quando le tracce mnestiche incontrano le richieste del corpo.

In arteterapia siamo di fronte alla produzione di un oggetto visibile, sensoriale, inscritto in una dinamica processuale. Vi ritroviamo tracce mnestiche che, spesso, non sono elaborabili psichicamente, non possono essere colte e riconosciute se non in una esperienza che metta in gioco il corpo.

Questo incontro tra l’essere e il fare avviene nel superamento della regola dell’astinenza vigente nelle terapie verbali. Per gli adolescenti, che dell’agire sono i portabandiera, è facile intuire quanto possa essere d’aiuto.

Dipingere, scolpire, disegnare, sono la concretizzazione di atti motori e percettivi implicanti l’attività del corpo riconosciuta dall’altro. Basta osservare un adolescente dipingere per cogliere la “danza” del suo “essere corpo” come componente primordiale del gioco espressivo. Green (2002b) concepisce a tal proposito la categoria dei “processi terziari” intendendo quei processi che mettono in relazione i processi primari ed i processi secondari in modo tale che i processi primari limitino la saturazione dei processi secondari ed i processi secondari quella dei processi primari, ossia la costituzione di uno spazio potenziale in cui la questione della realtà o non-realtà di quanto è in gioco non sia posta ed in cui si costituisca il campo dell’illusione – del “come se” - come spazio analitico specifico del transfert.

La simbolizzazione, intesa proprio come collegamento tra processo primario e processo secondario, è sempre più fallimentare nei bambini e nei ragazzi di queste ultime generazioni che rimangono sempre più ancorati a modalità arcaiche di comunicazione e vincolati alla concretezza del pensiero. Alex e la sua storia ne sono un ottimo esempio. Se utilizziamo i postulati di Bion (1967), il pensiero nasce dalla mancanza dell’oggetto originario e dalla necessità di doverne prendere atto, quindi l’uso di oggetti del mondo esterno è consentito dall’uso del simbolo come equivalente, risparmiando cioè l’oggetto concreto fonte originaria di esperienza. Se utilizziamo l’ipotesi dell’Oggetto Originario Concreto (Ferrari, 1992), l’oggetto da considerare è

il corpo, da cui nasce il pensiero che, sotto la spinta dell'esperienza emotiva, cresce e si organizza; ne consegue che sia la *presenza* delle sensazioni a mettere in moto il pensiero (e non una assenza), e che quando sensazioni ed emozioni saturano la mente non ci sia più possibilità di pensiero.

Da numerose esperienze, fatte soprattutto con adolescenti, ho potuto approdare alla convinzione che spesso le modalità di intervento basate soltanto sull'uso della parola possono risultare inefficaci, finché non si promuove un cambiamento che inizi dal corpo per poi gradualmente arrivare all'uso del simbolo per eccellenza, la parola.

Possiamo considerare le esperienze corporee consapevoli e integrate dalla persona, comprese quelle derivate da esperienze plastico-pittoriche in arteterapia, dei proto-simboli, intendendo con questo un passaggio intermedio tra la sensazione non ancora percepita e la simbolizzazione attraverso il pensiero cosciente che può essere verbalizzato, riconosciuto e assunto responsabilmente dal soggetto. Il disegno, l'opera, l'oggetto creato in arteterapia consentono una prima messa in forma dell'esperienza che può essere guardata e portata dentro in un processo di appropriazione che rende l'emozione digeribile e dicibile.

L'ipotesi teorica che mi guida nel lavoro clinico è quella dell'Oggetto Originario Concreto (Ferrari, 1992) che sostiene che in ognuno di noi esista la necessità di dare una forma, di rendere dicibili gli accadimenti e le vicissitudini dello svolgersi del complesso rapporto tra la propria corporeità (che Ferrari chiama l'Uno) e la propria psichicità (che Ferrari chiama Bino, funzione cardine tra la corporeità e la cultura in cui viviamo) (1).

In quest'ottica sono costantemente in gioco mente e corpo in un processo bidirezionale, top-down che inizia nella corteccia e coinvolge il pensiero al fine di modulare e regolare i livelli inferiori, e bottom-up che inizia dalle sensazioni fisiche per arrivare alle emozioni (Nanetti, 2015) e salire allo statuto di dicibilità e quindi di assunzione di responsabilità sulle proprie azioni.

A volte sentiamo nei pazienti adolescenti (e in noi stessi) la dimensione della fisicità come qualcosa di inquietante, un nucleo non raggiungibile e mai pienamente dicibile. "Sappiamo però che da questo nucleo emanano continuamente sensazioni capaci di raggiungere la percezione e di generare emozioni, dando origine a quell'insieme complesso di funzioni che chiamiamo corporeità ed è dalla corporeità che va progressivamente emergendo quel complesso insieme di funzioni che chiamiamo psichicità, che ha il compito di proteggerne il funzionamento attraverso l'attenuarne l'intensità sensoriale" (Romano, 2013).

Il lavoro quindi può avvenire sia attraverso il corpo, perturbando ciò che abitualmente accade in esso (ad esempio cambiando postura, alzando il volume della voce o utilizzando in modo differente i cinque sensi), sia attraverso la sperimentazione dell'inusuale, a livello verbale, con il dialogo e la creazione di metafore che possano dare nuovi significati all'esperienza vissuta. In qualunque direzione si proceda, il terapeuta è chiamato ad un atto "creativo" e generativo insieme al paziente.

## **Gli adolescenti e l'espressione corporea come proto-simbolo**

Io penso che sollecitare il potenziale creativo dell'adolescente attraverso un mezzo espressivo, in un'ottica terapeutica, abbia in sé qualcosa di sovversivo esattamente come è nella tendenza maturativa dei ragazzi di questa età.

Anzieu offre un prezioso contributo per la comprensione della dinamica del processo creativo, aspetto transitorio ed effimero della creatività adolescenziale (Chabert, 2000).

La clinica quotidiana non cessa di segnalarci che il linguaggio verbale non costituisce affatto un canale d'elezione, contrariamente al linguaggio mediatizzato e non verbale che, invece, si iscrive nella cultura e nel dinamismo dell'adolescente. Le conversazioni tra ragazzi sono fatte per lo più di emoticon e di foto o vignette tratte da internet e dai social network. Molti studi sulla comunicazione dagli anni '80 in poi si sono soffermati sui graffiti, sui tatuaggi e sul rap come forme espressive peculiari dell'adolescenza ma oggi qualcosa di importante sta avvenendo e i nativi digitali si riconoscono in nuove forme espressive che includono foto, video, Mii, Avatar (2), profili ecc..

Il bisogno di esprimersi creativamente attende solo un contesto propizio per emergere e in ogni tempo l'adolescente trova forme nuove per distinguersi.

Gaetano Benedetti, che ha ideato la tecnica del disegno speculare progressivo nella terapia con pazienti psicotici, indica con protosimbolo il delirio, l'allucinazione, che non può ancora essere simbolo ma può essere un germe del simbolo nel lavoro di trasformazione terapeutica. Scrive: *“Se noi riusciamo a modificare il protosimbolo nel discorso verbale col paziente, in modo tale che la nuova edizione del protosimbolo sia una nuova immagine ampliata rispetto a quella patologica, allora avremo fatto una proposta terapeutica”* (A.S.P., 2006).

Proporre una terapia a mediazione plastico-pittorica ad un ragazzo in difficoltà è un modo per porsi in ascolto della dinamica bio-psico-socio-culturale che lo anima, una via per condurre la corporeità a creare immagini da usare come protosimboli.

Nella scelta di quali strumenti usare dovrebbe esserci di volta in volta la capacità del terapeuta di analizzare la relazione in corso e di stabilire se questa stia funzionando o meno e quali canali siano attivi e funzionali rispetto all'angoscia del paziente. Nell'adolescenza, più che in altre età della vita, il soggetto ha bisogno di lasciare tracce in oggetti mediatori e in situazioni mediate, che assumano la funzione di contenitori formali e metabolizzatori.

Come ci ricorda la Vacheret (2008), parlando della tecnica del Photolangage, l'immagine è mediazione tra conscio e inconscio: *“le immagini sono mediazioni tra la realtà esterna e la realtà psichica, permettono di fare dei collegamenti nella realtà intrapsichica del soggetto perché sono l'oggetto di scambi inter-soggettivi”* (Vacheret, 2004).

Per molti adolescenti l'oggetto esterno (colori, pennelli...) costituisce un eccellente supporto per *‘pensare i pensieri’*, mentre per altri questo ruolo di mediazione è svolto dal corpo e/o dal terapeuta (Grignoli, 2008). In pratica con gli adolescenti bisogna riconoscere qual è la mediazione più opportuna: può essere la mediazione con materiale plastico (arteterapia), può essere una mediazione corporea (terapia corporea), può essere una mediazione verbale (terapie verbali).



E' importante con pazienti adolescenti che la 'musica' non venga suonata sempre con lo stesso strumento, ovvero che la terapia non si avvalga di un'unica mediazione.

Lo psicoanalista francese Soudres (Soudres, 1998) segnala nel lavoro con gli adolescenti il rischio di negligenza, ovvero la difficoltà del terapeuta di cogliere la costruzione psichica in cui si condensano i fenomeni corporei, iconici, linguistici, simbolici del ragazzo e il rischio di rigidità ossia la mancanza di flessibilità del terapeuta a passare opportunamente da una mediazione all'altra, da plastica a corporea, a verbale. La terapia mediata dall'arte autorizza una trasgressione permanente perché autorizza l'impensabile a divenire. L'adolescente è un habitué del trasgressivo, dell'impensabile, che divengono pensabili e verbalizzabili grazie a quello che Pierre Fédida (1976) chiama 'oggioco', ossia ciò che può nascere tra le parole e gli oggetti. Il gioco con colori e materiali rende visibile ciò che è invisibile, rende presente ciò che è assente. Sul versante terapeutico dell'esperienza possiamo rilevare che con gli adolescenti non è opportuno fare tuffi nel passato se non per quegli aspetti che agiscono nell'immediato presente; che molte esplorazioni avvengono da sole durante l'adattamento che richiede l'espressione creativa; che avviene una continua oscillazione tra posizione disgiuntiva (separare i fatti) e posizione congiuntiva (collegare i fatti); che i cambiamenti si manifestano sia sul piano psichico che sul piano comportamentale; che non è necessaria la comprensione del processo da parte dell'adolescente se si verifica ugualmente un miglioramento di qualità della vita.

### **L'Artelieu e il gruppo di adolescenti dotati di smartphone**

L'adolescente, si sa, è un grande consumatore di spazi. E' lui il frequentatore di bar, pub, discoteche, sale giochi. Spesso è lui stesso a creare gli spazi. Non è molto difficile per me coinvolgere i ragazzi nel contesto terapeutico che abbiamo denominato Artelieu (luogo dell'arte in un calembour italo-francese) (3). Lo spazio laboratoriale, in una penombra discreta e nell'informalità del suo setting (pareti attrezzate per dipingere in piedi, tavoli da lavoro, attrezzi a vista e scaffali con materiali artistici di vario genere) fornisce all'adolescente una sorta di moratoria in cui può reintrodurre, secondo il proprio ritmo, una dimensione temporale che può rendere l'esperienza della relazione più tollerabile e coinvolgente. L'esperienza del gruppo si svolge a cadenza settimanale per un'ora e mezza ed ha una durata prestabilita di qualche mese; il gruppo di cui vi racconto era composto da sei adolescenti tra i 12 e i 14 anni, tre ragazze e tre ragazzi, tutti con problemi di ansia, disturbi di somatizzazione e difficoltà relazionali con i coetanei. Narro un piccolo stralcio significativo che non racchiude tutta la storia del gruppo ma è utile a mostrare un uso creativo dei mediatori comunicativi in terapia.

Il dettaglio che mi incuriosisce fin dai primi incontri (perché nei precedenti gruppi non era ancora mai accaduto) è che due ragazze hanno il cellulare sempre con loro, non lo lasciano nelle giacche o nelle borse come gli altri, anche se esso sembra divenire invisibile in certi momenti, quasi incorporato. Qualsiasi esperienza con materiali anche molto impegnativi e coinvolgenti (la creta, la schiuma da barba, la

sabbia, ecc.) non distoglie le due ragazze dal ricercare di tanto in tanto il loro cellulare.

Mi è chiaro da subito che, a differenza di altre situazioni, qui non sia il caso di stabilire una regola rigida sull'uso del cellulare. Non viene usato durante la seduta ma semplicemente tenuto di tanto in tanto in mano, cercato quasi come un automatismo.

Per noi adulti il cellulare è più che altro un attrezzo di scambio e di comunicazione, per loro mi accorgo che è molto di più: diventa la palestra sociale, uno spazio di costruzione identitaria. In adolescenza tutto cambia difatti improvvisamente e velocemente: il corpo, le emozioni, gli interessi. A tal punto che l'identità, costretta ad adattarsi continuamente a questi molteplici sconvolgimenti, è particolarmente fragile. L'insieme dei documenti intimi che l'adolescente stocca nel suo telefono serve ad assicurare la stabilità che gli fa difetto nella sua soggettività. Di colpo, il cellulare diventa l'attrezzo privilegiato con cui si proietta non solo in un altro spazio al di là di quello della famiglia, ma anche in un altro tempo, quello di un mondo interconnesso continuamente in cui anticipa il periodo dove presto sarà impegnato. Un mondo in cui non è la prossimità fisica che determina l'intensità e l'autenticità della relazione, ma la forza dei centri di interesse condivisi. Aggiungiamo a ciò che l'utilizzazione eccessiva del telefonino è spesso il modo di esorcizzare la paura della solitudine e del vuoto, insostenibili in questa fase di vita, ed essere interconnessi è tanto importante quanto più è forte il senso di esclusione.

Togliere il telefonino ad un adolescente è come strappargli una parte di sé, vuol dire privarlo dell'interconnessione con i suoi pari e degli scambi sui social, vuol dire cioè metterlo in situazione di essere sottomesso all'unica influenza diretta degli adulti che lo circondano.

E' diventato abituale, parlando di adolescenti in rapporto con il loro smartphone, di sentire assimilare l'uso che gli adolescenti fanno del loro telefonino a quello di un "orsacchiotto di peluche". Questo paragone a mio parere è fuorviante ed offensivo dell'intelligenza e del desiderio di emancipazione che i ragazzi hanno ed esprimono di volta in volta, di generazione in generazione, in modo differente.

La grande maggioranza degli adolescenti non è incollata al telefonino più degli adulti che l'utilizzano in riunione o al ristorante. Ma soprattutto, la parola "orsacchiotto" o oggetto transizionale che dir si voglia, nasconde l'essenziale: il telefonino non è un oggetto destinato a sostituirsi alla "mamma" in una regressione verso modalità di relazione infantili al mondo. Esso è al contrario un buon medium per avere notizie e un mezzo di espressione per sfuggire al controllo dei rappresentanti istituzionali adulti, a cominciare dai genitori. Insomma il cellulare nella maggioranza delle situazioni non solo non è l'orsetto consolatorio ma è il dispositivo per staccarsi più in fretta dai genitori, è una via più comoda per la separazione.

Lo smartphone fa da supporto allo scambio in tempo reale di notizie e idee, ma fa da supporto anche all'espressione dell'identità.

Di qui il mio interesse a inserire nel gruppo di arteterapia un dispositivo nuovo: decido in una seduta di utilizzare il cellulare come strumento di lavoro.

Non preparo nulla, né fogli né colori, e chiedo loro di tirar fuori il loro smartphone (di cui sapevo erano tutti dotati) per lavorare sulla loro capacità di guardarsi intorno e fare fotografie con un semplice cellulare.

D'altronde con lo smartphone si creano immagini, si riprende la realtà da punti di vista soggettivi. Insomma vediamo come l'adolescente 'guarda' il mondo: il mondo visto fuori in fondo riflette il mondo che abbiamo dentro.

Propongo così delle consegne precise: -scattare una foto di un dettaglio della stanza a cui non hanno mai prestato attenzione prima, dopo essersi guardati un po' intorno, - fotografare un oggetto da un punto di vista inusuale da cui nessuno lo guarda, - scegliere un oggetto e coprirlo con un velo e fotografarlo con questo effetto vedo/non vedo, - fotografare un oggetto contro luce utilizzando la lampada, la luce solare o la luce di una candela, - farsi un selfie di una parte del corpo che per loro è molto familiare ma da cui gli altri non potrebbero riconoscerli, - costruire una scena artificialmente e fotografarla.

La regola è che possono fare tanti scatti ma alla fine dovranno scegliere un solo scatto per ogni consegna, da stampare poi insieme su carta fotografica (avevo allestito una postazione ad hoc per l'occasione). I ragazzi sono sorpresi ed euforici dopo questa proposta, utilizzano il telefono con abilità e sicurezza e si divertono moltissimo in questa veste di fotografi provetti. La difficoltà arriva quando devono scegliere uno scatto tra tanti, e fanno fatica a rinunciare a tutto quel ben di dio che la tecnologia offre loro e al senso di onnipotenza che lo spazio virtualmente infinito propone come inganno. Lasciar andare le cose in fondo vuol dire affrontare il senso di finitezza dell'essere e l'irreversibilità del tempo. Traguardi di non poco conto.

I ragazzi sono abituati a riempire la memoria Ram del telefono e appesantirla senza scegliere o dare priorità agli elementi che possono esser loro d'aiuto in seguito, in un processo di rimozione continua di esperienze apparentemente conservate. Il telefonino sta diventando la protesi della memoria delle nuove generazioni. E' per questo che li invito a selezionare con cura le foto appena scattate per stamparle, guardarle su un nuovo supporto e poi trasformarle in un'altra composizione, dove le mani (senza smartphone che le impegni questa volta) tornano gli utensili a disposizione del corpo.

Questo della scelta è stato il momento più critico di tutta la seduta: non mi stupisce che a questa età i ragazzi non abbiano ancora dei criteri personali di scelta mancando ancora la consapevolezza di sé come soggetti. La curiosità e la meraviglia di avere in mano le stampe dei loro scatti ci aiutano però a procedere senza entrare in stallo: per qualcuno infatti si tratta di una esperienza nuovissima mai vissuta. E qui arriva il bello.

Dopo aver goduto dell'illusione della perfezione e della definizione di un momento "catturato" e fissato per sempre, chiedo loro di tagliare tutte le immagini che hanno ripreso e creare ex-novo una nuova immagine unica e diversa che contenga le vecchie ma in modo del tutto originale e non riconoscibile; lavoriamo in qualche modo sulla trasposizione di immagini, sulla costruzione di una metafora visiva, concreta. Dalla semplice richiesta di scattare una foto entriamo gradualmente dentro un processo creativo soggettivo più complesso.

Sconcerto, panico, resistenza sono le reazioni iniziali, che lasciano il posto gradualmente alla voglia di sfidarsi in un lavoro davvero complesso e che in fin dei conti li incuriosisce dopo aver testato il piacere di altre proposte artistiche. Emergono vissuti forti ed importanti: cominciano ad emergere l'ansia di doversi definire senza punti di riferimento stabiliti a priori, la paura di non essere all'altezza, di non essere apprezzati, di uscirne delusi, frammentati, in un disordine molto angosciante e che può non essere compreso dagli altri. La possibilità di fare tutto questo in uno spazio di "gioco" condiviso, in cui il terapeuta accoglie ed accompagna, crea nessi tra oggetti e pensieri, e facilita i legami tra i ragazzi perché possano sentirsi meno soli nella ricerca faticosa di una nuova identità, facilita molto il loro compito. La peculiarità di questo tipo di intervento è la possibilità di sperimentare nuove possibilità di azione sulla soglia del "come se", del gioco, di uno spazio virtuale (4) d'azione che rimanda alla frenesia dei ragazzi per i video-giochi e le realtà virtuali, ma pone il corpo con i suoi vissuti in situazioni umanamente complesse e significative in cui il terapeuta e gli altri membri del gruppo sono attori co-protagonisti (5).

Questa breve testimonianza vuole contribuire ad aprire la discussione sull'uso creativo dei mediatori comunicativi in terapia, che proprio il lavoro con gli adolescenti ci pone come sfida. Ogni proposta che voglia attivare funzioni psichiche in questo ambito clinico segue sempre e comunque un percorso circolare dai sensi al simbolo, dal simbolo ai sensi. In questa esperienza specifica dal "virtuale" ai sensi, dai sensi all'arte, dall'arte alla parola.

## Note

(1) L'ipotesi dell'Oggetto Originario Concreto, spiegata nel libro "L'eclissi del corpo" (Ferrari, 1992) propone un concetto nuovo per la psicoanalisi circa le caratteristiche dell'oggetto: egli propone l'esistenza di un Oggetto Originario Concreto, il corpo, che si pone come realtà fenomenica della mente (e quindi oggetto), ma è anche soggetto perché costituisce la base del proprio essere. Il sistema psichico quindi esiste come raffinata differenziazione dello sviluppo biologico del corpo umano. Per approfondire questa ipotesi si può consultare un altro articolo su questo stesso numero della rivista (cfr. Romano F.).

(2) Mii ed Avatar sono personaggi virtuali costruiti per fare giochi di ruolo in rete, con cui bambini e ragazzi rappresentano se stessi, i propri amici e familiari con caratteristiche fisiche, età e genere sessuale a proprio piacimento; possono essere di numero infinito e vengono utilizzati per costruire storie, vite alternative all'interno di mondi virtuali, e utilizzare personaggi come alleati o nemici durante il gioco.

(3) La denominazione intera è Artelieu Associazione Italiana Studi sulle Psicopatologie dell'espressione e Arteterapia, con sede a Pescara, fondata dall'autrice nel 2003 insieme ad altri colleghi.

(4) Usiamo qui il termine "virtuale" nel senso di potenziale, possibile.

(5) Si fa qui riferimento al modello di “apparato psichico gruppale” di René Kaës (2007), che mi limito a riportare in bibliografia e non ho ritenuto opportuno ampliare per lasciare spazio all’esperienza clinica legata alle nuove tecnologie.

## **Bibliografia**

Associazione Studi Psicoanalitici (a cura di) (2006), *La parola come cura. La psicoterapia della psicosi nell’incontro con Gaetano Benedetti*, Milano: Franco Angeli.

Benedetti G., Ferlini G.M. (1997), *La psicoterapia come sfida esistenziale*. Milano: Raffaello Cortina.

Bion W. R. (1967), Una teoria del pensiero, in *Analisi degli schizofrenici e metodo psicoanalitico*, Roma: Armando 1970.

Bion, W. R. (1984), *Discussioni con Bion 1976-1977*. Torino: Tr. It. Loescher, 1984.

Carignani P., Romano F. (2006), Intervista ad Armando B. Ferrari, in Carignani P., Romano F. (a cura di), *Prendere corpo* (pp.273-286). Milano: Franco Angeli.

Chabert C. (2000), *Didier Anzieu*, Roma: Armando.

Fédida P (1976), *L’”objeu”*. *Objet, jeu et enfance. L’espace psychotérapeutique*. In Fédida (1978), *L’Absence*. Paris: Gallimard.

Fédida P., Galiani R. (a cura di), 2012, *Aprire la parola. Scritti 1968-2002*. Roma: Borla.

Ferrari A.B. (1992), *L’eclissi del corpo*. Roma: Borla.

Ferrari, A. B. (1994). *Adolescenza. La seconda sfida*. Roma: Borla.

Green A. (2002a). *La Pensée clinique*. Paris: Odile Jacob.

Green A. (2002b). *Idées directrices pour une psychanalyse contemporaine: meconnaissance et reconnaissance de l’inconscient*. Paris: PUF

Grignoli L. (2008), *Percorsi trasformativi in arteterapia*. Milano: Franco Angeli.

Kaës, R. (2007), *Un singulier pluriel. La psychanalyse à l’épreuve du groupe*. Paris: Dunod. Trad. it. *Un singolare plurale. Quali aspetti dell’approccio psicoanalitico dei gruppi riguardano gli psicoanalisti?* Roma: Borla, 2007.

Nanetti F.(2015), *Riti psichici*. Bologna: Pendragon.

Romano F. (2013), *La parola nel linguaggio analitico*, in Bergerone, Radano, Tauriello (a cura di), *Instabili equilibri*. Venezia: Cafoscarina.

Soudres J.L (1998), *L’adolescent en art-thérapie*. Paris: Dunod. Trad.it. Roma: Magi, 2000.

Vacheret C, (2004), *Immagine, mediazione nel gruppo*, Funzione Gamma n.1 Sogno e gruppo, Roma: [www.funzionegamma.it](http://www.funzionegamma.it), 2004.

Vacheret, C. (2008), *Foto, gruppo e cura psichica. Il fotolinguaggio come metodo psicodinamico di mediazione nei gruppi*, Napoli: Liguori Editore.

Nota sull’autore

**Barbara Cipolla:** psicologa psicoterapeuta, ha studiato e iniziato la sua professione di psicologa a Roma ma vive e lavora a Pescara dal 2001. Parallelamente svolge la professione di docente di psicologia nelle scuole secondarie di II grado. Si è formata presso l'Università "Sapienza", l'I.R.P.I.R. di Roma, l'Istituto di Formazione e Ricerca A. Ferrari; nella sua ricerca professionale coltiva lo studio dei medium espressivi verbali e non verbali in psicoterapia. Co-fondatrice dell'associazione Artelieu. Ha scritto di recente un libro dal titolo "*Giocoso-fare*" con la Franco Angeli (2016).

E- mail: [barbaracipolla@artelieu.it](mailto:barbaracipolla@artelieu.it)