

# Il disagio mentale non lo si emancipa mai dai fantasmi quotidiani

Sabato a Mendrisio si parlerà di terapie creative rivolte a chi soffre di psicosi e autismo  
L'esperienza di Sara ed Elvis - «Il teatro permette di uscire dalla rabbia e dall'angoscia»

Non tutto si risolve con la razionalità e la logica, come dice Elvis (leggi sotto). A volte servono approcci creativi e slanci coraggiosi per affrontare i problemi e il dolore, anche quello più nero. Ne sanno qualcosa i partecipanti a «Il dono», un particolare corso di teatro organizzato al Don Orione di Lopagno. Ce lo raccontano degli esperti che saranno a Mendrisio sabato, al Teatro della Clinica psichiatrica cantonale, per il simposio di psichiatria dedicato alle applicazioni terapeutiche innovative - in particolare arteterapia e terapia drammatica - rivolte a chi soffre di psicosi e disturbi dello spettro autistico (leggi inverte a pagina 3 in basso). Metodologie che si stanno rivelando molto efficaci nel portare benessere a persone con gravi difficoltà, in preda a una solitudine tremenda. Cominciamo col dare la parola proprio a loro.

FASINO DI  
ROMINA BORLA

«L'arte, la danza e il teatro sono cerce-  
te Feuilleter. C'è un suo essere. Il  
permettono di uscire dal guscio, dalle  
tensioni e dalla rabbia. Di allontanarsi  
da quell'angoscia che ti impedisce di  
vivere. E di creare uno spazio dentro di  
te per poi entrare in relazione con l'al-  
tro. L'arte, infatti, apre delle porte e ci  
riunisce, come ad una fratellanza. Ci  
aiuta a non aggredirci, ad amarci gli  
un gli altri. In ad accettare emozioni  
troppo forti e cose che non ci piaccio-  
no». A parlare è Sara, una ragazza di 37  
anni che soffre di autismo. La incon-  
triamo alla Casa Don Orione di Lopagno  
dopo una lezione di teatro-danza  
(si tratta appunto del progetto «Il do-  
no» termine che - come dice la giova-  
ne - rimanda a qualcosa di bello che  
arricchisce, oltre a chi lo riceve, anche  
chi fa e che celebra l'unione), insie-  
me alla madre Patrizia Berger, presi-  
dente di Autismo Svizzera italiana  
(ASI), associazione che «nasce nel  
1989 per volontà di un gruppo di geniti-  
ori con lo scopo di aiutarci reciproca-  
mente ad affrontare le difficoltà dei fi-  
gli» ([www.autismo.ch](http://www.autismo.ch)). «Quando è  
nata mia figlia si parlava poco di disturbi  
dello spettro autistico, era un campo  
difficile capire cosa non funzionava,  
perché non riuscivano a relazionarsi con  
noi. I suoi problemi comunque so-  
no emersi subito i nostri rischi, all'in-  
cipiente 8 mesi. Invece di progredire,  
infatti, Sara accumulava sempre più  
ritardo rispetto ai coetanei (nell'emo-  
zionale, nei movimenti, nel linguaggio).  
E soprattutto notavamo che si ripiega-  
va su se stessa. I curanti dicevano:  
aspettiamo, magari recupera. La dia-  
gnosi insomma non arrivava. «Abbiamo  
iniziato con la psicoterapia, la logope-  
dia e l'ergoterapia. Però i comporta-  
menti ripetitivi dei tic, che mi nel  
frattempo aveva concluso la scuola  
dell'infanzia e frequentava le Elementari,  
diventavano sempre più evidenti. Un  
giorno Sara non andò a scuola e l'ho  
trovata sotto il banco. Mentre i  
compagni la definivano strana e cattive-  
lla». Intanto lo spazamento e la dis-  
perazione dei genitori si ingigantiva,  
non, non capendo i comportamenti del  
bambino e credendo di aver fatto  
qualcosa di sbagliato. «Parallelamente  
mia e Sara si era creato un rapporto  
quasi simbolico - continua Patrizia -  
perché, non riuscendo ad esprimersi a  
parole fino ai 5 anni, si appoggiava a  
me, la sua interprete davanti al mon-  
do». Nemmeno la notte le due si stacca-  
vano e i mesi passavano. «Si susse-  
guivano scempi pazzeschi, lei aveva  
reazioni fortissime che ci spazzavano.  
Ad esempio se le mettevo nel piatto  
due cibi diversi lei andava in crisi e  
buttava in aria il piatto. Cerchi colorati  
non andavano né certe canzoni. Ma  
la mamma non si è mai arresa. Stua-  
diava il modo di prendere la figlia,  
quasi elementari, e capivamo, e che  
tempo interpellava una serie di specia-  
listi anche fuori cantone finché è final-  
mente arrivata la diagnosi. «È stata in  
una qualche modo un sollievo», dice la  
nostra interlocutrice. «Non era colpa

DA SAPERE

IL CONVEGNO

Sabato 27 gennaio, dalle 9 alle  
13.30, presso il Teatro della Clinica  
psichiatrica cantonale di Mendrisio  
si terrà l'annuale simposio scientifi-  
co di psichiatria organizzato dalla  
Fondazione S.I.B. italiana di benefi-  
cenza - Fondazione Benedetto di St.  
Moritz. Applicazioni terapeutiche  
innovative nel trattamento delle psi-  
cosi e dell'autismo ispirate dal pen-  
siero teorico di Gaetano Benedetti. Al  
centro della riflessione vi saranno  
appunto le applicazioni terapeutiche  
innovative (tra le altre la terapia am-  
brosica e l'arte terapia) per i distur-  
bi psicosi e autismo ispirate a Gaeta-  
no Benedetti (1900-2013), pschia-  
tra, psicoterapeuta e psicoanalista  
di origini cecche, gli docente all'uni-  
versità di Basilea. Tra i relatori pre-  
senti a Mendrisio ci saranno anche  
lo psichiatra Maurizio Pecchia e l'ar-  
teterapeuta Simone Berger. La par-  
tecipazione al simposio è aperta a  
tutti gli interessati. Su [www.fondazionebenedetti.ch](http://www.fondazionebenedetti.ch) si può trovare  
il formulario di iscrizione (nella rubrica  
«contatti»).

RIPiegato su se stesso

Il termine autismo, si legge sul sito  
[www.autismo.ch](http://www.autismo.ch), viene dal greco e  
significa ripiegato su se stesso. «Ci  
sono persone chiuse, solitarie che  
mostrano di avere interessi ben pre-  
cisi e limitati, che non sanno im-  
medesimarsi negli altri, che non sanno  
comunicare adeguatamente e che  
evitano i contatti con coloro che li  
circondano. Se queste caratteristi-  
che sono tali da impedire che il bam-  
bino si relazioni normalmente, allora  
si parla di autismo, un disturbo per-  
vasivo dello sviluppo». All'autismo si  
legge anomalie principalmente in  
tre differenti ambiti: 1) linguaggio e  
comunicazione, ad es. il bambino  
non impara a parlare o inizia con  
grande ritardo o perde un linguaggio  
già acquisito; 2) interazione sociale, ad  
es. non cerca il contatto con gli  
occhi, usa mimica e gestualità in modo  
strano, non si interessa agli altri,  
non capisce le dinamiche di gruppo; 3) Giochi, interessi, attività, ad  
es. il suo gioco consiste nel far  
girare continuamente le ruote delle  
macchine o nell'allineare gli ogget-  
ti, i movimenti del corpo sono stere-  
otipati e a interesse ossessivo per  
argomenti, oggetti. «Le persone  
con un disturbo autistico raramente  
cercano il contatto visivo con chi sta  
loro di fronte e non sono in grado di  
capire le emozioni altrui dalla mimica  
facciale. Manifestano iper- o  
iposensibilità alla luce e ai rumori».



VARIETÀ Il disegno, la pittura, la scultura, la danza, la musica e il teatro consentono di raggiungere pazienti che rimarrebbero isolati. In basso, a destra: bambini che sperimentano la piattaforma pul'Interaction. (Foto Cdf/Donato)

mia e non si trattava di capricci. Ci tro-  
vavamo confrontati con un funziona-  
mento diverso dagli altri bimbi. Da  
quel momento abbiamo iniziato un  
percorso di sostegno ancora più mirato.  
Un percorso costellato di pas-  
segiate nella natura a contatto con gli  
animali e momenti artistici. «In par-  
colare disegno, pittura, danza e musica  
altavano moltissimo Sara che grazie a  
foto riusciva a superare i suoi limiti. Di  
trovare serenità ed entrare in contatto  
con altre persone che dovevano com-  
partire i suoi stessi fantasmi».

Di fianco alle due donne siede Cristina,  
una signora che partecipa a «Il dono»  
per piacere, ed Elvis, un 31 enne con la  
sindrome di Asperger, «un grave distur-  
bo dello sviluppo caratterizzato dalla  
presenza di difficoltà importanti nell'  
interazione sociale, da schemi inus-  
uali e limitati di interessi, di comporta-  
mento (tratto da [www.fondazioneas-  
perger.com](http://www.fondazioneas-<br/>perger.com)) che prende la parola. «Il teatro  
può aiutare», osserva. «Ma per vivere  
hanno bisogno di utilizzare qualche fac-  
cetta di questo po' quello, ecc. Seguono cioè dei  
punti fermi per non andare in panico.  
Razionalizzano l'esistenza. C'è solo un

problema: non considerano gli impres-  
sioni. Il mondo, infatti, è un grosso pal-  
coscenico dove può succedere qualun-  
que cosa. In certi momenti la logica non  
serve e tu affoghi. Per questo devi  
saper improvvisare. Fare teatro ti insegna  
proprio ad improvvisare. Ti spinge a  
mettere nei panni dell'altro, a relazio-  
narsi con l'altro. Il teatro, l'arte in gene-  
rale, è aiuto a costruire relazioni ed  
esternare quello che hai dentro. Tenerti  
dentro fa male, troppo male. La  
solitudine e la malinconia sono tremen-  
de».

A quel punto intervengono Emanuel  
Rosemberg e Laura Cantù della com-  
pagnia Teatro DanzAbile - promotrice,  
insieme ad ASI, la Fondazione San  
Gottardo e Procap Ticino, del progetto  
che si svolge al Don Orione - la qua-  
le ha lo scopo di integrare realtà diverse,  
quelle di persone portatrici di handi-  
cap fisico o di altri generi con persone  
senz'handicap ([vedi www.teatrodan-  
zabile.ch](http://www.teatrodan-<br/>zabile.ch)). Entrambi sono entusiasti de-  
«Il dono». «Il teatro è il luogo dove non  
esistono etichette», afferma lei. «Qui le  
diversità - che fanno bello il mondo -  
vengono accettate e rispettate». «L'arte

è una condensazione della vita», ag-  
giunge lui. «È un luogo protetto dove  
ci si può esporre, si può sperimentare  
senza preoccupazioni. È un'isola allo  
stato puro. La cosa importante - per  
noi ma anche in altri contesti - è trova-  
re un canale di comunicazione: non  
solo parole ma anche suoni, gesti,  
espressioni, ecc. Il teatro è uno spazio  
dove si sospende il tempo, non c'è logi-  
ca ma scoperta. Il teatro ci avvicina ai  
bambini. Loro giocano, fanno finta. Il  
teatro è proprio questo. È essere, per-  
mettersi senza urtare il prossimo (le  
regole restano quelle della società). È il  
luogo più normale che esista, il più  
tollerante e inclusivo. Un posto dove  
puoi elaborare e sbloccare le tue emo-  
zioni e non sei solo. È la forma più vera  
di condivisione e di catarsi. Sul palcosce-  
nico puoi creare e liberarti. È que-  
sto che facciamo qui, tutti insieme».

## «NELL'ACQUA CI SI SENTE ACCOLTI, PROTETTI E AMATI»



PERDITA D'IDENTITÀ La psicosi comporta un carico di sofferenza interiore particolarmente intenso mascherato da espressioni eclatanti. (Foto Archivio Cdf)

Il disagio e le sofferenze, anche le più  
profonde, si possono affrontare - magari  
per un istante addirittura dimenticare -  
in acqua. Chi soffre di psicosi può infatti  
sperimentare una terapia di gruppo che  
si svolge appunto in una piscina riscal-  
data: la terapia acquatica. Ne parliamo  
con uno dei relatori del simposio che si  
terrà sabato a Mendrisio, Maurizio Pe-  
cchia, docente di psicologia dinamica  
all'Università di Perugia e direttore  
scientifico dell'Istituto di psicoterapia  
psicoanalitica esistenziale (Gaetano Be-  
nedetti). «Chi presenta un disturbo psi-  
cologico - spiega il nostro interlocutore -  
appare come una persona che comunica a  
fatica, proprio perché in maniera  
poco o per niente congruente, e che  
intende a tirarsi un mondo proprio.  
Una persona con una visione della realtà  
che gli altri non condividono, che può  
vedere cose e sentire voci che gli altri non  
percepiscono, mostrare comportamenti

## L'INTERVISTA ■ SIMONE DONNARI\*

# «In modo di esternare e di entrare in relazione»

### Si possono sfruttare anche le nuove tecnologie

■ L'arte non guarisce ma può diventare, come ci hanno raccontato Sara ed Elvira nella pagina accanto, uno strumento per ritrovare un certo benessere e per entrare in relazione con l'altro. «L'arteterapia nasce nel secondo dopoguerra negli Stati Uniti e in Inghilterra», esordisce **Simone Donnari**, presidente dell'Associazione nazionale italiana arteterapeuti, responsabile del Centro Atlas ([www.atlascentro.eu](http://www.atlascentro.eu)) e fondatore dell'Istituto Gaetano Benedetti di Perugia. «In particolare allora si è cominciato a chiedere ai pazienti, si trattava di reduci di guerra, di esprimere con disegni eventi traumatici altrimenti indicibili a parole. In seguito si è sviluppato e istituzionalizzato un metodo, sono nate le prime scuole che in Italia sono arrivate nei primi anni Ottanta. Centrale nell'arteterapia è il potere delle immagini, sottolinea il nostro interlocutore. Attraverso il linguaggio simbolico si possono rivangare stati d'animo, traumi e situazioni esistenziali difficilmente verbalizzabili. «Ad esempio per una persona può essere estremamente arduo affermare: "Una parte di me è morta, è caduta nella disperazione più buia". Mentre a volte è più facile disegnare un sole nero oppure un albero bruciato, per esprimere il dolore. Le immagini sono infatti simboli che proteggono chi la disegna perché dicono e nello stesso tempo non dicono. A metà sembra scottato a prendere contatto con le proprie emozioni ma spesso queste ultime sono talmente forti da sfuggire al controllo. Così vengono nascoste nel profondo. In secondo luogo, continua Donnari, nell'arteterapia è essenziale che l'immagine possa diventare anche uno strumento di relazione. «Si sviluppa tutta una serie di metodologie che permettono di dialogare per immagini con il paziente. E questo segna la differenza tra un laboratorio d'arteterapia e un atelier artistico, il secondo è uno spazio deputato a dipingere, creare sculture - che già di per sé possono diventare modalità di espressione catartiche - e il fine è realizzare un bel prodotto mentre non viene contemplata la dimensione relazionale. In arteterapia bello significa invece esprimere un'emozione e iniziare un dialogo con una persona, il terapeuta, che sta accanto a tutta quella sofferenza». Il terapeuta spesso risponde all'immagine del paziente con un'altra immagine. Ad esempio vicino al suo sole nero mette un altro sole

#### LA STORIA DI LUCA

##### UN MONDO TUTTO SUO

Luca ha tre anni, abita nel Sottocenero ed è autistico. «Per lui è difficile stare fermo e concentrarsi», dice la madre **Elisabetta**. «È impensabile, percepisce gli stimoli in maniera intensa, i rumori, le luci forti e le superfici ruvide possono infastidirlo moltissimo». Viveva in un mondo suo, distante dagli altri. Un luogo silenzioso - infatti non proferiva parola - sconnesso dalla realtà. Ma poi ha scoperto l'arteterapia. «Abbiamo sperimentato i benefici di questo approccio terapeutico l'estate scorsa, durante una colonia estiva organizzata da Autismo Svizzera Italiana», racconta la madre. «In particolare partecipando alle attività sensoriali dedicate ai più piccoli proposte da Livia Rivin, una musicista/terapeuta». Per Luca è stata una scoperta meravigliosa. Quest'approccio creativo lo ha aiutato a superare le difficoltà, avvicinando a cose che inizialmente lo disturbavano. Pensò ad esempio al fatto di sporcarsi le mani con la pittura oppure alla musica, che prima ignorava o rifiutava coprendosi le orecchie». Piano piano il piccolo ha cominciato a toccare i colori, coi pennelli e con la dita. A battere il tempo con le mani, a muoversi insieme alla melodia.

##### SERENO E CONCENTRATO

«Sorrideva sempre durante le attività», continua la signora. «Forse proprio perché aveva finalmente trovato un canale di espressione divertente». L'arteterapia lo ha aiutato a raggiungere una certa serenità, concentrarsi su un'attività, accettare suoni o colori di lui, connettersi prima con Luca e poi con gli altri bambini. Luca continua ad incontrare la terapeuta tre volte la settimana e ha fatto dei progressi enormi. «Intolera anche quando siamo solo io e sento cantare o lo osservo ballare. E spesso mi parla anche: "Mamma, guarda". Per me è la felicità più totale».



## ATI COME NEL GREMIO MATERNO»

inusuali. Questo, almeno, è quello che si vede dall'esterno. D'altro canto la psicosi comporta un carico di sofferenza interiore particolarmente intenso e invisibile: le poche mascherate da espressioni esaltanti che portano gli altri ad etichettare il soggetto come diverso e di conseguenza ad emarginarlo». Continua l'esperto, pochi, come Gaetano Benedetti, sono riusciti a mostrare l'umanità e la tragedia esistenziale nascosta dietro sintomatismi bizzarri della psicosi. «Ad esempio mettendo in luce il fatto che alla base di queste manifestazioni si nasconde il dolore di non sentirsi esistere, quello che il grande psichiatra catanese definiva il paradosso di essere nella sua identità e di soggetto perde la sua identità - emerge nel momento in cui inizia l'adolescenza. Il picco di incidenza di questo tipo di patologia, precisa Pecchia, si ri-

scontra infatti tra i 17 e i 25 anni. «Le cause delle psicosi sono molteplici e comprendono sia fattori strutturali genetici sia fattori ambientali, ad esempio un accudimento parentale deficitario o non sentito a sufficienza dal bambino. Quello che ci interessa, comunque, è comprendere che, mentre le cose che queste persone vivono e sentono (complicati, voci, ecc.) paiono irreali, la loro sofferenza è vera e drammatica. Penultimo a un ragazzo di 17 anni che ha vissuto le stesse difficoltà dei suoi compagni, all'improvviso comincia a non riconoscere più sé stesso né gli altri e la sua vita perde totalmente senso e direzione...»

#### Le memorie corporee

Come si possono aiutare queste persone? Ci sono vari tipi di intervento possibile, spiega l'interlocutore: «Si va dalle terapie individuali a quelle familiari, dall'intervento farmacologico agli inter-

venti sociali (ospedali nei momenti di crisi, case famiglia, comunità terapeutiche)». Senza dimenticare le terapie basate sulla creatività e le terapie corporee, che tendono a ricostruire l'ambiente di accudimento primario che il bambino non ha sentito o che la famiglia non è stata in grado di fornire. La terapia analogica si situa tra queste ultime due. Si avvale, come detto, nell'acqua a 35 gradi, di un particolare tipo di argilla che consente di entrare in contatto con le memorie corporee della fase di vita intrauterina grazie al gruppo mobile e «morbido», che svolge una funzione analoga al grembo materno e soprattutto grazie all'acqua calda che come il liquido amniotico lo avvolge. Il contatto con le acque corporee della fase amniotica aiuta a nuove risorse e capacità per fronteggiare ed elaborare positivamente tensioni, conflitti e frustrazioni che si sviluppano nelle relazioni interperso-

nali. «Nella terapia amniotica si creano le condizioni per elaborare sia l'esperienza di essere sostenuto e contenuto che l'esperienza di sostenere e contenere (nell'acqua si pesa meno). I pazienti non devono fare niente di particolare per essere accettati dagli altri, sono accolti in quanto presenza che porta felicità al gruppo. Questo punto è importante perché i soggetti si sentono spesso inadeguati a chiedere aiuto. In quanto a ciò che immaginano la società abbia nei loro confronti. Grazie a tali pratiche - prendere in braccio, muovere, cullare - possono sperimentare un momento di vicinanza non invasiva, distansa, unione e separazione...»

Durante la prima fase della terapia di solito non si usano le parole, osserva l'interlocutore, facilitando chi ha problemi con il linguaggio. In una seconda fase vengono mostrate delle fotografie delle interazioni che si sono stabilite in acqua.

nero come a dire: «In questo accanto non tuo dolore, l'ho visto, lo comprendo e lo capisco». «L'interlocutore. Ma quanto è diffuso questo approccio? «Attività laboratoriali espressive sono praticamente sempre presenti nei vari istituti e centri diurni», spiega l'interlocutore. «Il problema, come detto, è la differenza tra attività occupazionali artistiche - che pur hanno un grande valore - e spazi di espressione (dialogo tra paziente e arteterapeuta (laboratorio di arteterapia). Anche questi ultimi, comunque, sono fortunatamente sempre più diffusi».

Ora passiamo ai benefici che l'arte può portare ai pazienti. «Vi sono parecchie patologie gravi, come l'autismo e la psicosi, che si manifestano anche con disturbi del linguaggio, a volte l'impossibilità di poter parlare. In questi casi è dunque necessario adottare strategie di comunicazione non verbali. Quindi il disegno, la pittura, la scultura ma anche la danza, la musica, il teatro consentono di raggiungere pazienti che altrimenti rimarrebbero isolati e di mettersi in sintonia con loro (leggi la testimonianza di Luca nella pagina accanto). Ma l'arteterapia può anche puntare sulle nuove tecnologie, come successo al centro di Luca di Perugia che accoglie bambini e ragazzi con autismo e altre forme di disagio. «Gli utenti fatiano con le modalità espressive di comunicazione hanno una grande passione per il mondo digitale», spiega Donnari. Nasce così la piattaforma platform/tecnica, un sistema di comunicazione stata che permette di trasformare suoni e movimenti in input visivi integrati su uno schermo, offrendo un'esperienza di relazione e interazione sensoriale; permettendo anche a soggetti con scarsa coordinazione occhio-motricità di disegnare o suonare con il corpo. Un'altra possibilità è quella di entrare nelle immagini create dagli utenti - quindi nel loro mondo fantastico - e tempo per tempo essere detto piano molto alle nuove generazioni che recuperano senso e si ricollegano con una realtà intrinseca per loro difficilmente accessibile. È insolito un esempio di come si possono usare i nuovi media - spesso demonizzati - perché portano all'isolamento e all'alienazione - in maniera creativa, a favore dell'espressione e della relazione. Crediamo insomma che le nuove tecnologie abbiano un uso che se ne fa e fa la differenza».

\* Esperto di autismo