

MASTER F.A.T.A. Formazione Avanzata in Tecniche di Arteterapia

“L’arte non riproduce ciò che è visibile, ma rende visibile ciò che non sempre lo è.”

Paul Klee

Dell’Arte e della cura

Gli Artisti moderni e contemporanei lo sanno, per loro esprimersi attraverso un linguaggio privilegiato, scelto, reclamato, è questione vitale. Essere Artisti, tra le altre cose, è non poter rifiutare la chiamata; è ascoltare la voce interiore che spinge verso la “rappresentazione” di ciò che muove l’animo, di ciò che reclama ascolto all’interno di sé.

[...] Ma soprattutto questo: chiedi a te stesso nelle ore più silenziose della notte: devo scrivere? Scava dentro di te per arrivare a una risposta profonda. E se questa dovesse essere affermativa, se tu puoi rispondere a questa onesta domanda con un forte e semplice “io devo”, allora costruisci a tua vita tenendo conto di questa necessità; la tua vita, persino nelle ore più indifferenti e meno importanti, deve essere un segno di questa urgenza e una sua testimonianza. [...] Un’opera d’arte è buona se è sprigionata dalla necessità. In questa natura della sua origine sta il verdetto: non ce n’è nessun altro (Rilke, 1903).¹

L’Arteterapia nasce da questa consapevolezza, che l’essere umano racchiude in sé una spinta naturale ad esprimersi, a lasciare una traccia del proprio passaggio esistenziale, dei propri sentimenti, una spinta a rendere visibili i moti dell’animo, siano essi di amore, odio, rabbia, paura. L’Arteterapia nasce dall’idea e dalla volontà di aiutare l’individuo a rendersi consapevole di tale spinta e di dare la possibilità di attualizzare questa necessità là dove non fosse sufficientemente accolta e percepita.

“Qualche volta ero persino indecisa su cosa diventare, se artista o scrittrice. Credo infatti che le due forme espressive si fondino sul medesimo principio, ovvero l’anelito alla scoperta di nuovi territori dell’anima” (Yayoi Kusama, 2013).²

Fare terapia attraverso l’Arte, la Creatività e la possibilità espressiva dell’essere umano, vuol dire assecondare e rendere reale quella necessità, in una società, quella attuale, che privilegia una modalità passiva di esistere come spettatori e consumatori, piuttosto che promotori e attivatori di cambiamento. Una tale opportunità rappresenta uno stimolo controcorrente che pone al centro la persona, nel senso rogersiano del termine, con le sue mille sfumature espressive.

“L’Arteterapia è una formulazione della cosiddetta esperienza interiore. Quella vita interiore che è impossibile raggiungere per mezzo del pensiero discorsivo, perché le sue forme sono incommensurabili con le strutture del linguaggio. In questo contesto la parola forma è essenziale. E’ l’ordine e la struttura con la quale l’espressione artistica concretizza le esperienze. Ci dà la possibilità di riconoscere, far emergere e padroneggiare l’esperienza interna” (Kramer 1971).³

¹Rilke R.M. *Lettere a un giovane poeta*, Milano: Adelphi, 1980

²Così racconta Yayoi Kusama nella sua intima autobiografia “Infinity Net” pubblicata in Italia nel 2013 da Johan & Levi, ma edito nella prima edizione in giapponese già all’inizio degli anni Duemila

³Kramer E., *Arte come terapia nell’infanzia*, Firenze: La nuova Italia Editrice, 1977

Da queste premesse, possiamo coniare una definizione dell'Arteterapia come un intervento di sostegno e aiuto alla persona attraverso l'utilizzo di strumenti e tecniche che facilitano la comunicazione non verbale e l'espressione, al fine di migliorare la consapevolezza di sé e promuovere la spinta al cambiamento, verso la soddisfazione dei propri bisogni emergenti.

Di seguito, la definizione presente nel sito dell'Associazione dell'Arteterapia Americana (AATA), una delle prime associazioni di professionisti dell'Arteterapia che ha festeggiato nel 2019, 50 anni di attività:

Art Therapy is an integrative mental health and human services profession that enriches the lives of individuals, families, and communities through active art-making, creative process, applied psychological theory, and human experience within a psychotherapeutic relationship. Art Therapy, facilitated by a professional art therapist, effectively supports personal and relational treatment goals as well as community concerns. Art Therapy is used to improve cognitive and sensory-motor functions, foster self-esteem and self-awareness, cultivate emotional resilience, promote insight, enhance social skills, reduce and resolve conflicts and distress, and advance societal and ecological change. (<https://arttherapy.org>)

Trad. L'Arteterapia è una professione integrativa di salute mentale e servizi umani che arricchisce la vita di individui, famiglie e comunità attraverso la creazione di arte attiva, il processo creativo, la teoria psicologica applicata e l'esperienza umana all'interno di una relazione psicoterapeutica. L'Art Therapy, facilitata da un terapeuta d'arte professionista, supporta efficacemente gli obiettivi di trattamento personale e relazionale nonché le preoccupazioni della comunità. La terapia artistica viene utilizzata per migliorare le funzioni cognitive e sensoriali-motorie, favorire l'autostima e l'autocoscienza, coltivare la resilienza emotiva, promuovere la comprensione, migliorare le abilità sociali, ridurre e risolvere conflitti e angoscia, e far progredire il cambiamento sociale ed ecologico. (<https://arttherapy.org>)

Orientamento teorico

La nostra proposta formativa **F.A.T.A.**, *Formazione Avanzata in Tecniche di Arteterapia*, si muove secondo tre linee direttive che si riferiscono ad altrettanti approcci di base umanistico/esistenziali secondo un'ottica integrata:

- L'approccio rogersiano centrato sulla persona, secondo il quale tutto ciò che viene prodotto dall'utente è posto al centro dell'attenzione e osservato, lasciando emergere contenuti e simbolizzazioni personali;
- L'approccio gestaltico che privilegia un'osservazione olistica dell'individuo centrata sull'integrazione delle parti (soma, psiche e logos) che si rende manifesta proprio attraverso il processo espressivo e la produzione artistica;
- L'approccio della dimensione ludica del fare e della relazione come forma di conoscenza del mondo e di costruzione del rapporto tra Sé e il Mondo.

[...] Il corollario di ciò, è che quando il gioco non è possibile, allora il lavoro svolto dal terapeuta ha come fine di portare il paziente da uno stato in cui non è capace di giocare a uno stato in cui ne è capace. (Winnicott, 1971)⁴.

⁴Winnicott D.W., *Gioco e realtà*, Roma: Armando, 1974

In un *atelier* di Arteterapia l'utente è messo nella condizione di poter fare, agire, comporre, scomporre, trasformare attraverso le mani e il corpo (soma), esteriorizzare i propri movimenti interiori (psiche), dare voce e ascolto al pensiero auto-riflessivo e auto-trasformativo (logos), per mezzo del sostegno e della guida di un professionista della relazione d'aiuto che facilita e conduce in un percorso espressivo mediante diverse tecniche artistiche.

“L'Arte è il gioco degli adulti” Maria Lai⁵

«L'uomo ha bisogno di mettere insieme il visibile e l'invisibile perciò elabora fiabe, miti, leggende, feste, canti, arte» Maria Lai

Il potere trasformativo dell'arte è sostenuto da un processo libero da modalità giudicanti, che pone la sua attenzione nel costante svolgersi del suo divenire e osserva il risultato nei termini di espressione di sé, lontano dalla necessità frustrante del raggiungimento di uno scopo “estetico”. Per far ciò, il professionista ha bisogno di sensibilizzare la propria osservazione, nella ricerca di una nuova dimensione estetica, non tanto del bello, dunque, quanto dell'espressione, della comunicazione e del significato. Accompagnare l'utente alla ricerca della propria sensibilità nell'estetica dell'espressione, vuol dire offrire uno spazio e un tempo in cui potersi permettere il fluire del processo, e ciò è possibile solo là dove siano presenti la fiducia, l'ascolto, l'attenzione e la speranza nel cambiamento e nella trasformazione.

Nell'Atelier espressivo gli oggetti si ri-scoprono con nuovi e originali significati, la metafora diventa personale forma comunicativa e l'utente scopre di poter ampliare il proprio potere trasformativo dell'esistenza in proporzione a quanto è in grado di ampliare il proprio orizzonte espressivo e immaginativo nell'Atelier, che diventa luogo reale di sperimentazione. L'esperienza trasformativa è vissuta prima di tutto nella relazione in essere tra cliente e operatore della relazione d'aiuto e prende successivamente forma e consistenza nell'oggetto creato, risultato e frutto del processo e della relazione empatica basata sulla fiducia nel cambiamento. L'oggetto creato diventa spazio transizionale di sperimentazione della relazione e del contatto, luogo di scambio, trasformazione ed esperienza. In questa prospettiva sono di fondamentale importanza altri riferimenti teorici della psicologia umanistica e dell'approccio psicoanalitico, da Margaret Namburg, all'arte psicopatologica e all'arte dei folli di Prinzhorn, fino ad Edith Kramer alla quale si deve la trasformazione del fare Arte come Terapia, passando per la visione trasformatrice di Marion Milner. Altra rilevanza assume tutta la riflessione junghiana sull'importanza dell'archetipo e del simbolo, passando per Hillmann e il suo “fare anima”. Infine la prospettiva gestaltica di Violet Oaklander applicata all'Età evolutiva e al gioco insieme a quella di Virginia Axline. Dal fronte dell'Arte i riferimenti culturali sono le sperimentazioni dell'Arte moderna e contemporanea, a cominciare dalle prime correnti delle avanguardie europee, insieme all'ArtBrut di Dubuffet, che spinge con forza verso la teorizzazione di un'arte aperta all'espressione libera dei folli e dei bambini. Le sollecitazioni e le sperimentazioni dell'Arte contemporanea in diversi e nuovi fronti espressivi, diventano anch'esse strumento esplorativo e di stimolo, facilitando sempre più una dimensione pluralistica dell'espressione.

⁵Maria Lai (1919-2013) è stata un'artista italiana. Con Legarsi alla montagna la Lai realizzò la prima opera di Arte relazionale a livello internazionale.

Metodologia didattica

La modalità di trasmissione dei contenuti è prevalentemente esperienziale. I contenuti teorici proposti sono mediati e supportati da laboratori, sperimentazioni pratiche di apprendimento e approfondimenti tecnici. La pratica diretta dei materiali, insieme a una formazione che privilegia il fare, è determinante quando si parla di Arteterapia. La supervisione degli apprendimenti accompagna l'intero percorso formativo. Il lavoro in gruppo e di gruppo svolge il ruolo di fulcro dell'insegnamento, permettendo una esplorazione delle dinamiche relazionali che il creare assieme determina e promuove, nonché facilitando e promuovendo una auto-consapevolezza e un'auto-esplorazione trasformativa, attraverso le proprie creazioni personali. Ogni allievo diventa, per il resto del gruppo, fonte di sollecitazioni e stimoli per ampliare la propria consapevolezza espressiva ed esistenziale, attraverso lo strumento didattico esplorativo del feedback fenomenologico. Il nostro metodo formativo è integrato, si ispira all'approccio rogersiano, privilegiando la dimensione empatica dell'espressione e dell'osservazione del prodotto artistico per un'**Arteterapia Centrata sul Cliente**, non ricercando un'interpretazione psicologica delle creazioni e dell'espressione corporea, favorendo, altresì, la **conoscenza delle radici interpretative simboliche** dell'espressione artistica nell'evoluzione dello spirito umano. La ricerca del senso delle creazioni personali viene favorita a partire dall'**immedesimazione gestaltica**, l'altra fonte di integrazione, basilare nel nostro approccio. A questa duplice matrice afferiscono, inoltre, i **contributi pluralistici** derivanti da altri approcci psicologici, culturali, filosofici, al fine di formulare risposte arte-terapeutiche costruite su misura dell'unicità della Persona.

Finalità della formazione

Il Master annuale è finalizzato all'acquisizione di competenze in tecniche di Arteterapia, applicabili in ambito preventivo, riabilitativo e di sostegno, permettendo all'operatore anche l'affiancamento o l'inserimento all'interno di un'équipe strutturata di riferimento. La scelta delle tecniche artistico/espressivo utilizzate e inserite in programma, segue anch'essa la visione dell'approccio integrato con l'obiettivo di stimolare una contaminazione e una sperimentazione dell'allievo a tutto tondo rispetto alle proprie possibilità comunicative. Crediamo nella dimensione olistica dell'essere umano e secondo questa ottica non è possibile immaginare un utilizzo del colore, ad esempio, o dell'espressione pittorica, che non sia supportata da una consapevolezza del gesto pittorico e dunque della portata trasformativa che questo gesto può avere nella dimensione corporea. Le competenze acquisite permetteranno ai diplomati di progettare ed attuare, all'interno di équipe multidisciplinari, interventi arte-terapeutici nelle relazioni di aiuto.

Obiettivi

- Approfondire la conoscenza storica dell'Arteterapia.
- Acquisire conoscenza delle tecniche espressive grafico/pittoriche, fotografiche e di uso delle immagini, di scrittura biografica e metaforica.
- Approfondire l'utilizzo del corpo e della voce per migliorare la consapevolezza espressiva e comunicativa e facilitare la dimensione del rilassamento, della meditazione corporea, dell'atteggiamento mentale e della mindfulness.

- Sviluppare delle competenze professionali per l'applicazione delle tecniche dell'Arteterapia nei diversi ambiti della relazione d'aiuto e del ciclo di vita.
- Sviluppare le capacità e le tecniche di progettazione e conduzione di un *atelier* espressivo individuale e di gruppo.

Descrizione del corso e delle modalità di partecipazione

Art. 1 Requisiti d'ammissione

La classe è a numero chiuso e si compone di un massimo di 15 allievi - in caso di esubero si verrà inseriti in una lista di attesa. La frequenza è rivolta a tutti coloro che siano in possesso di una laurea triennale in ambito psicologico, medico o sanitario o che abbiano un curriculum professionale nell'ambito della relazione di aiuto o educativa: *counselor*, psicologi, psicoterapeuti, educatori, insegnanti, operatori sanitari.

L'accesso al Master di **Formazione Avanzata in Tecniche di Arteterapia – F.A.T.A.** è subordinato a un colloquio individuale, in cui saranno valutati il complesso delle motivazioni, il livello di conoscenze di base e le risorse interne dell'allievo.

Tutti coloro che abbiano inviato per email (aspicperlascuola@gmail.com) il **modulo iscrizione** e abbiano i requisiti per poter accedere al corso, verranno avvertiti per stabilire la data del **colloquio preliminare** che avverrà in modalità online.

La compilazione e l'invio dei dati non comporta l'iscrizione immediata al Master. L'accesso al corso verrà confermato successivamente al colloquio e convalidato con il versamento dell'iscrizione e l'invio della documentazione richiesta.

Eventuali informazioni potranno essere richieste alla segreteria ASPIC per la Scuola Email: aspicperlascuola@gmail.com Tel. 06 51435434. Il Modulo per la candidatura al corso è presente online nel sito: www.aspicperlascuola.it

Art. 2 Struttura del Master

Il Master prevede **250 ore** di formazione totale, distribuite tra parti teoriche, esperienze pratiche di laboratorio espressivo e supervisione, gruppo di evoluzione e crescita basato su tecniche di Arteterapia, tirocinio supervisionato, stesura di un elaborato finale.

Art. 3 Articolazione della formazione (in presenza e a distanza)

Il Master è annuale ed è suddiviso in **10 week-end formativi di 15 ore**, (150 ore da Marzo a dicembre) che comprendono, lezioni teoriche, esperienze pratiche di laboratorio, gruppo e supervisione, così articolate:

Sabato

ore 10.30 -13.30: esplorazione esperienziale e crescita personale in gruppo, basato su Tecniche di Arteterapia

ore 14.30 -18.30: lezione e laboratorio di tecniche di Arteterapia

Domenica

ore 09.30 -13.30: laboratorio (apprendimento e sperimentazione pratica in simulata, supervisione)

ore 14.30 -18.30: laboratorio e feedback conclusivo delle giornate formative.

25 Lezioni teoriche di due ore ciascuna, proposte in Formazione a distanza asincrona e sincrona: 50 ore (fuori dal week end). (Le tematiche presentate nella formazione a distanza vengono riprese nei weekend formativi e collegate alle attività laboratoriali proposte.)

Art. 4 **Attestato**

Al termine della formazione e a completamento del tirocinio e della consegna dell'elaborato finale viene rilasciato l'attestato di: **Esperto in Tecniche di Arteterapia - Approccio Integrato**

Art. 5 **Modalità d'Iscrizione**

Una volta ricevuto il benestare per la frequenza, per assicurare la propria partecipazione è necessario effettuare l'iscrizione al Master - Aspic per la Scuola, attraverso le seguenti modalità:

- **Versare la quota d'iscrizione tramite bonifico bancario**
- Inviare i seguenti documenti:
 1. Fotocopia di un documento valido di riconoscimento;
 2. Copia del bonifico bancario, o CRO, comprovante il pagamento della quota d'iscrizione;
 3. Dichiarazione sostitutiva in autocertificazione del percorso di studi (diploma scuole superiori, laurea, master, ecc.) in carta semplice;
 4. Curriculum vitae.
 5. Possono essere allegati, inoltre, eventuali altri titoli quali: corsi post-lauream, altre lauree e pubblicazioni; esperienze lavorative congruenti e documentate (in carta semplice).

I documenti dovranno essere inviati scansionati, per posta elettronica all'indirizzo email: aspicperlascuola@gmail.com

Art. 6 **Costi e modalità di pagamento**

I pagamenti vanno effettuati tramite Bonifico Bancario:

Aspic per la Scuola

Unicredit banca Ag. 30652

IT 15 T02008 05179 000002990655

Causale: Master di Tecniche di Arteterapia

Il costo del Master - Formazione Avanzata in Tecniche di Arteterapia è di **€ 1.960** più IVA.

Il costo comprende l'assicurazione contro infortuni, il materiale didattico, il materiale espressivo.

- 1) **La quota da versare per iscriversi è di 500€+IVA.**
- 2) La parte restante dell'importo può essere versata in tre modalità:
 - a. per chi salda in **un'unica soluzione**, entro il 27 marzo, l'importo da versare a saldo è di 1.380,00€ + IVA (risparmio di 100€ circa).
 - b. per chi desidera saldare **in tre rate** da €470 + IVA, la prima da versare entro il 27 marzo, la seconda entro il 25 giugno e la terza entro il 10 settembre (risparmio di 60€ circa).
 - c. per chi desidera versare **mensilmente** la quota è di 225€ (IVA compresa) da corrispondere entro il 5 di ogni mese da aprile a dicembre (8 rate).
N.B. Le ricevute dei pagamenti effettuati vengono inviate tramite posta elettronica.

Programma del Master

Il Master prevede **250 ore di formazione totale**:

- teoria (**50 ore**: 30 in FAD asincrona e 20 in FAD sincrona, 25 moduli di 2 ore)
- esperienze pratiche di laboratorio espressivo e supervisione (**120 ore**: formazione in presenza - 30 laboratori di 4 ore)
- gruppo di evoluzione e crescita basato su tecniche di Arteterapia (**30 ore**: es in presenza)
- tirocinio (**30 ore**: presso strutture a scelta dell'allievo)
- elaborato finale (**20 ore**)

Teoria 50 ore: Formazione a distanza

Formazione a Distanza (asincrona: 15 moduli di due ore ciascuno, totale 30 ore)

1. Dalla Storia dell'Arte all'Arteterapia
2. L'evoluzione grafica infantile
3. Winnicott e il gioco che cura
4. Jung e il linguaggio simbolico
5. Le origini e le teorie sulla creatività: da Freud a Stern
6. Il ciclo di vita e le sue tappe (1): infanzia e adolescenza
7. La Gestalt espressiva
8. Violet Oaklander e la gestalt in età evolutiva
9. L'Arteterapia nei gruppi di bambini e adolescenti
10. Interventi di Arteterapia nei contesti familiari
11. Il ciclo di vita e le sue tappe (2): età adulta e senilità
12. L'Arteterapia nei gruppi: adulti e anziani
13. L'Arteterapia applicata alla transculturalità
14. Arteterapia e salute mentale
15. L'Arteterapia nella disabilità e nella riabilitazione psico-sociale

Formazione a Distanza (Sincrona: 10 moduli di due ore ciascuno, totale 20 ore)

1. Tecniche di Arteterapia: origine e modelli metodologici
2. Le tecniche espressive: caratteristiche, specificità e aspetti comuni
3. L'incontro empatico, centrato sul cliente e sulle sue potenzialità espressivo-creative
4. La costruzione e il mantenimento dell'alleanza nel processo relazionale attraverso le tecniche espressive
5. I gruppi di Arteterapia in contesti specifici (sanitario, scolastico, aziendale, ecc.) e le loro caratterizzazioni
6. Interventi con l'Arteterapia nei disturbi dell'alimentazione e del peso
7. Le tecniche di visualizzazione creativa
8. La gestione dei conflitti con le tecniche espressive
9. Costruzione di un progetto di intervento preventivo, psicoeducativo, riabilitativo con tecniche di Arteterapia
10. L'Atelier espressivo: dall'allestimento alla conduzione

Strumenti e Tecniche di Arteterapia: i laboratori espressivi

(formazione in presenza: 30 laboratori x 4 ore ciascuno =120 ore):

Laboratori espressivi:

- **Le tecniche grafico/pittoriche:**

1. Il colore
2. La tempera nella pittura spontanea
3. Il segno grafico e lo scarabocchio
4. L'acquarello
5. Il carboncino
6. I gessi colorati
7. La pittura sul corpo
8. La traccia del corpo
9. Digitopittura
10. Il mandala
11. Il fumetto: l'oggetto parlante

- **Le tecniche scultoree e di modellaggio**

12. La creta
13. La realizzazione scultorea con tecnica mista
14. Il collage materico tridimensionale
15. Lo spazio e l'oggetto: l'arte del riciclo

- **Le tecniche fotografiche**

16. La fotografia
17. L'autoritratto fotografico
18. Il collage
19. Il de-collage

- **Le tecniche di scrittura espressiva**

20. La scrittura autobiografica
21. La scrittura poetica
22. La scrittura metaforica: la fiaba e il sogno

- **Le tecniche corporee**

23. Il rilassamento
24. Il movimento danzato
25. I giochi corporei per la costruzione dell'alleanza relazionale nel cambiamento
26. La musica integrata al colore

- **Le tecniche drammatiche**

27. La voce come primo strumento di contatto con sé e con l'Altro
28. Il teatro e il rituale catartico
29. La drammatizzazione gestaltica
30. L'Improvvisazione teatrale

Ogni incontro esperienziale include la pratica applicata e la supervisione.