

Arte e Bambini: un ponte verso il loro mondo interiore

L'arte, nelle sue diverse forme (disegno, pittura, scultura, musica, ecc.), rappresenta un ponte diretto verso il mondo interiore del bambino, offrendo numerosi benefici per la crescita emotiva e psicologica. L'arte, infatti, è molto più di un semplice passatempo. Parla direttamente all'inconscio attraverso un linguaggio universale, è un mezzo potente per esprimere emozioni, pensieri e sensazioni che spesso le parole non riescono a catturare.

In questa intervista, con la Dott.ssa Adelia Lucattini, Psichiatra e Psicoanalista, Ordinario della Società Psicoanalitica Italiana, scopriamo tutti i benefici che essa offre ai piccoli: dallo sviluppo dell'autostima, all'espressione delle emozioni, all'estensione e rappresentazione della creatività, allo sviluppo delle capacità intellettive, mnesiche, di collegamento ed emotive”.

Dott.ssa Lucattini, ci sono studi che dimostrano l'importanza delle attività artistiche nel favorire l'autostima del bambino?

“L'autostima è considerata vitale per il benessere emotivo dei bambini, per il loro sviluppo intellettuale e delle abilità sociali. In uno studio dello United Kingdom Millennium Cohort Study è stata valutata in ben 6209 bambini fino all'età di 11 anni, l'associazione tra l'impegno artistico dei bambini, (ascoltare o suonare musica, disegnare, dipingere o creare oggetti, leggere per divertimento) e la loro autostima. Tutte queste attività si sono dimostrate associate a livelli più alti di autostima, soprattutto sei bambini si impegnavano regolarmente in queste attività con i genitori”;

In che modo, l'espressione artistica stimola lo sviluppo psicologico e la conoscenza della realtà nei bambini?

“I bambini attraverso la manipolazione di paste modellanti, l'uso di strumenti musicali e libri, l'ascolto della musica, il vedere e toccare opere d'arte, sviluppano un insieme complesso di capacità, in cui, la capacità motoria fine gioca un ruolo fondamentale. Le mani e le dita sono di fondamentale importanza nella maturazione psicomotoria, infatti, i bambini conoscono la realtà e la esplorano attraverso tutti i sensi, gusto, vista, olfatto, udito e soprattutto il tatto, nella prima infanzia. Attraverso la sensorialità interagiscono con se stessi e con il mondo esterno. Nel primo anno di vita, imparano a conoscere la realtà attraverso il corpo della madre e poi autonomamente, l'ambiente che li circonda, fino a sviluppare un sistema complesso di conoscenze ricco, complesso e articolato”;

E come influisce sullo sviluppo della loro creatività?

“La creatività è la capacità di generare nuove idee, concetti o soluzioni. L'arte stimola la creatività, ne è uno strumento privilegiato, poiché attraverso la sensorialità comunica direttamente con l'inconscio. La creatività implica il pensare al di fuori dei confini convenzionali e sviluppare prospettive uniche. L'arte appartiene a tutti, non solo agli artisti, per i quali la passione diviene una professione. Anche i bambini possono usare l'arte per fare nuove esperienze e cimentarsi in attività specifiche, che non appartengono alla vita quotidiana comunemente intesa. L'attività artistica stimola la fantasia, consente di reimmaginare la realtà e di creare qualcosa di completamente nuovo, arricchendoli. È un circolo virtuoso che si autoalimenta, portandoli sempre più in alto”;

L'arte può aiutare i bambini a esprimere le loro emozioni, gestire lo stress e sviluppare l'empatia?

“Sì, certamente. L'arte può essere un potente strumento per aiutare i bambini a esprimersi al meglio. È noto che l'arte può avere un effetto calmante per il modo stesso in cui se ne fruisce (i 5 sensi) o la si esprime dall'interno di noi stessi. Inoltre, tutte le attività artistiche possono aiutare i bambini a rilassarsi attraverso la concentrazione e il piacere di fare, costruire, dare vita a qualcosa, che è frutto della propria mente ed è espressione di se stessi. Oltre a ciò, fornisce un modo per canalizzare le proprie

