

Arteterapia, uno strumento terapeutico efficace nei bambini e negli adolescenti con BES e DSA

Arteterapia: uno strumento terapeutico efficace nei bambini e negli adolescenti con BES (Bisogni Educativi Speciali) e DSA (Specifici dell'Apprendimento). Intervista ad Adelia Lucattini, psicoanalista Ordinario della Società Psicoanalitica Italiana

L'arteterapia è una disciplina che utilizza il linguaggio artistico come mezzo per favorire l'espressione emotiva, la comunicazione non verbale e la crescita intellettuale e personale. Negli ultimi anni, si è dimostrata particolarmente efficace nell'affrontare i Bisogni Educativi Speciali (BES) e come strumento complementare nei DSA (Disturbi Specifici dell'Apprendimento), offrendo a bambini e ragazzi strumenti alternativi e integrativi per esprimere se stessi e superare con fiducia le difficoltà. Ne parliamo, in questa intervista, con Adelia Lucattini, Psichiatra e Psicoanalista, Ordinario della Società Psicoanalitica Italiana.

Dott.ssa Lucattini, può spiegare perché l'arteterapia è utile per i bambini e gli adolescenti con BES? Quali sono i principali benefici?

“L'arteterapia è una disciplina terapeutica e riabilitativa, che utilizza una forma o più forme d'arte (arti visive, disegno, pittura, scultura, musica, danza, teatro, ecc.) con lo scopo di favorire l'espressione di emozioni, pensieri, desideri e farne esperienza. Non è richiesta alcuna abilità artistica particolare, perché il suo scopo è favorire il processo di esplorazione della realtà, sia come mezzo di cura, che per la crescita personale.

I benefici dell'arteterapia possono essere profondi e spesso operano a livello inconscio. Riguardano anche lo sviluppo della coordinazione motoria, nello specifico quella neuro-oculo-motoria spesso implicata nei Disturbi specifici dell'apprendimento”;

In che modo, l'arteterapia può aiutare a migliorare, la percezione visiva e spaziale, e a sviluppare nuove strategie di apprendimento?

“Migliorando la motricità fine che passa attraverso la destrezza delle dita e delle mani, fondamentali per scrivere, tagliare o manipolare oggetti piccoli. Queste attività richiedono sincronia tra ciò che la mente immagina e desidera realizzare (la rappresentazione nella mente degli oggetti) e tra quello che gli occhi percepiscono (non semplicemente che vedono, ma che osservano e memorizzano) e infine con ciò che si realizza utilizzando dita e mani. È un unico processo che vede coinvolti insieme la mente come pensiero e creatività, la vista, il tatto, l'olfatto (i materiali hanno un loro odore o profumo) e la mobilità delle dita. L'arteterapia promuove questa sincronicità, agendo dal centro alla periferia, cioè dal cervello ai polpastrelli delle dita e viceversa. Infatti, lo stesso movimento delle mani e la loro stimolazione attraverso i materiali (creta, matite, gessetti, strumento musicale, etc.) agisce sull'emozione, intesa come psiche, e a livello neuronale. L'arte attiva sempre un circolo virtuoso”;

Permette di superare le difficoltà emotive e rafforzare l'autostima nei bambini e negli adolescenti con BES?

“Certamente. L'arteterapia aiuta a gestire e dare un significato alle emozioni negative come rabbia, paura o tristezza, inoltre, rilassa, e canalizzando le emozioni in un'attività guidata dal pensiero, riduce l'ansia. Anche creare qualcosa “con le proprie mani” ha un effetto gratificante e stupisce positivamente. Col tempo, promuove la fiducia in se stessi e l'autostima. È il ripetersi delle attività che consolida un sentimento positivo di se stessi. L'arteterapia richiede continuità e costanza, tempo e dedizione, non può essere mai una tantum. Un ruolo particolare va attribuito alla recitazione, poiché permette le espressioni delle proprie emozioni, confrontandosi con un gruppo e con un insegnante. Di particolare efficacia è il mimo, in cui è possibile esprimere i propri pensieri e gli affetti attraverso il movimento del

