

ESSERE O NON ESSERE: identità e appartenenza attraverso la Danza Movimento Relazionale-Creativa© nel Counseling

di Fernando Battista
Counselor Trainer Supervisor Assocounseling
corpisensibili@tiscali.it

Pubblicato su
Rivista Italiana di Counseling vol.2
LE RELAZIONI CHE NUTRONO
Atti del VI Convegno Nazionale, Milano 2015

“ ... mi sento più decisa e disponibile con le persone che mi stanno intorno. Apprezzo anche molto di più quello che ho e prendo le cose con maggiore tranquillità. L'attività corporea mi ha aiutato ad essere più sciolta e disinvolta, cosa che prima riuscivo a fare con più difficoltà” Silvia e Martina 16 anni, partecipanti al gruppo integrato tra adolescenti e popolazione migrante.

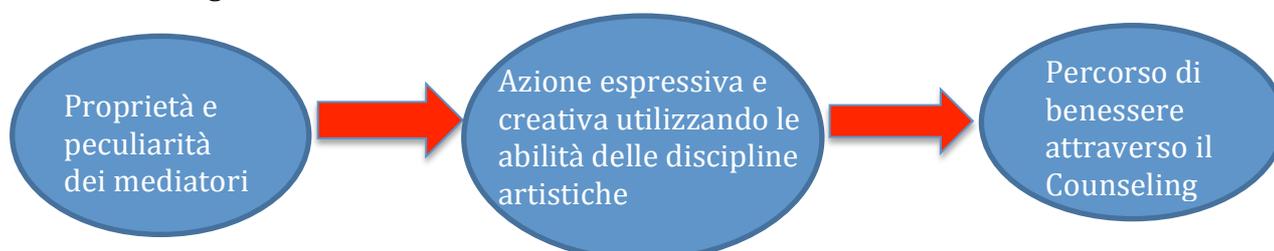
Quale identità professionale per le arti nel counseling?

Il tema dell'identità attraversa le persone in diversi stati e momenti della vita, attraversa i popoli, le religioni e qualsiasi collettività che riconosca caratteristiche simili di appartenenza. Il corpo è radice dell'identità del singolo; e cultura, tradizioni, territorio, legami e quant'altro creano appartenenza. Nel tempo presente la nostra ricerca di identità come professionisti si incontra/scontra con altre realtà professionali che perseguono obiettivi condivisi ma, evidentemente, con strade diverse. Quanto sia importante definire la nostra identità di Counselor non vuole essere oggetto del presente scritto, presentato al workshop in occasione del convegno Assocounseling dell'aprile 2015, piuttosto mi interessa soffermarmi su qualcosa che possa difendere l'identità di chi si occupa di arte e di espressione artistica e creativa nel nostro ambito per distinguerci da chi, come gli arteterapeuti (AT), i danzavimentoterapeuti (DMT), teatro e musicoterapeuti (MT), svolgono una professione affine ma con evidenti competenze e finalità diverse. Mi pongo il problema della differenza, inoltre, perché spesso si fa confusione e si usano le tecniche artistiche per affiancarle al Counseling e definirle *Art-Counseling* (o *Counseling Artistico*), o si propongono corsi di formazione in *Counseling e Arte-Terapia* mostrando scarsa chiarezza di distinzione tra le discipline e contribuendo ad alimentare confusione a danno della categoria e degli stessi utenti.

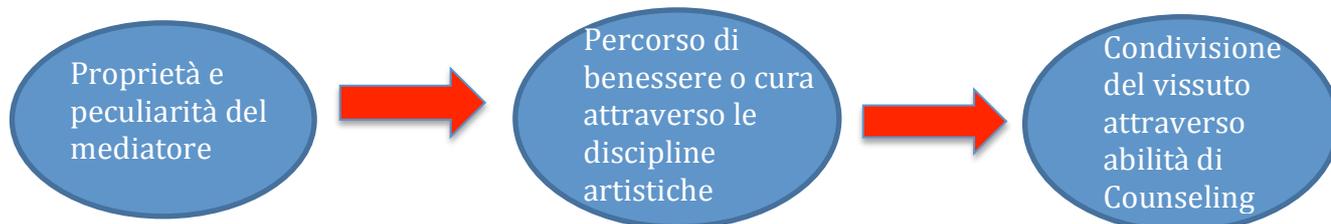
Tenterò di dare delle indicazioni di base che pongano il focus soprattutto sull'oggetto dello strumento artistico utilizzato piuttosto che soffermarmi sulle differenze ormai note tra Counseling e percorso terapeutico. Tale intervento non ha la pretesa di essere esaustivo, nello stesso tempo vuole chiarire alcuni aspetti e sollecitare una riflessione sul tema.

Fonte di ispirazione è la definizione che dà McLeod (2007)¹ presentando il Counseling come un insieme di abilità e competenze attraverso le quali è possibile stabilire con l'utenza una relazione d'aiuto e di accoglienza motivazionale. E' proprio sul tema delle abilità e competenze che voglio soffermarmi.

Le ArtiTerapie e il Counseling Artistico sono pratiche della relazione d'aiuto orientate al processo e ne condividono, in linea generale, gli obiettivi ed alcune abilità e competenze. Si differenziano nei tempi, nell'ambito applicativo, nelle modalità e negli *step* seguiti nel processo stesso. Nel Counseling a mediazione artistica, si utilizzano le proprietà e le peculiarità del mediatore artistico (ad esempio il corpo), l'azione espressiva e creativa usando abilità e competenze delle discipline artistiche che utilizzano tali mediatori, per poi servirsene per il percorso di crescita attraverso il Counseling.



Le ArtiTerapie utilizzano le proprietà e le peculiarità del mediatore artistico - danza, arte, teatro, video ecc.- , la specificità della dimensione di benessere e cura attraverso il corpo ed il movimento, l'azione teatrale e le arti in generale (che studiano ed approfondiscono nello specifico per tre anni) e utilizza le abilità di Counseling (laddove il professionista ne sia in possesso) per la condivisione del vissuto.



Il processo non è illustrato per fasi successive, in quanto, in particolare nel colloquio individuale, strumento artistico e Counseling tracciano la trama di un tessuto che, citando Rogers, è *centrato sulla persona*. La condivisione del vissuto attraverso il Counseling può avvenire in fase di avvio, dopo una proposta, o in fase finale del colloquio individuale o di gruppo.

La differenza è sostanziale e procedurale all'interno del percorso e si snoda oltre la differenza tra abilità e competenze, tenendo conto del fattore tempo. L'azione di Counseling, nell'Art-Counseling, trova largo spazio all'interno del colloquio e, nelle ArtiTerapie, viene utilizzata (dove lo strumento è conosciuto) nel momento di verbalizzazione in un tempo limitato. Di fatto, lo strumento rilevante e distintivo dal quale non si può prescindere, nelle mani dell'art-counselor, è proprio il Counseling nelle sue varie forme ed orientamenti, lo strumento artistico agevola l'espressione dell'individuo, lascia libertà alla sua parte creativa ecc., momenti che dovranno trovare necessariamente completamento o complementarietà nella verbalizzazione attraverso il Counseling. Ciò non significa per altro utilizzare delle tecniche artistiche unite al Counseling, ma necessario è l'approfondimento del mezzo espressivo, nella conoscenza e nelle peculiarità non solo come tecnica ma come apprendimento delle caratteristiche implicite ed esplicite del mezzo stesso, definendo una metodologia che non sia l'insieme di tecniche artistiche coniugate con quelle di Counseling, ma metodologie che ripercorrono modelli utilizzati nel Counseling in chiave artistica, considerando le caratteristiche proprie del mezzo espressivo. Tale aspetto ritengo sia fondamentale nella formazione, ad esempio, per ciò che attiene l'uso del ritmo nella danza in una seduta di Counseling è necessario che si conoscano le caratteristiche che il ritmo porta con sé in termini di individuazione-appartenenza, di pulsazione, unione separazione, è necessario che si sappia quando utilizzarlo, con quale tipologia di utenza, in quali contesti e con quali scopi (assertività, presenza, percezione di sé, ecc.).

E' necessario sapere come e perché iniziare o concludere una seduta con quella specificità del mezzo artistico, cosa comporta l'uso della stessa modalità con utenze diverse oppure in momenti diversi della seduta in relazione agli obiettivi stabiliti. Diventa, quindi, inevitabile poter approcciare agli elementi della psicologia, passando per la conoscenza degli strumenti legati all'oggetto di studio, nel caso della danza ad esempio, elementi dell'Expression Primitive (danza di natura antropologica) che hanno esplicito collegamento con la psicologia sociale, e così via. Le arti, in particolare la musica e la danza sono definite da D. Stern " esempi eccellenti dell'espressività degli affetti vitali"² cioè quei "caratteri inafferrabili"³ delle emozioni che il bambino in fase prenatale percepisce come "dimensione temporale dinamica all'esperienza e riflettono il sentimento sottostante sul quale è modellato"⁴. Il canto, il cullare, le melodie ritmiche, le oscillazioni ritmiche del capo, ecc. sono importanti fattori di crescita e dello sviluppo cognitivo ed affettivo⁵ e sono caratteri transculturali e transgenerazionali.

La conoscenza dello strumento - e delle sue peculiarità - lo rende funzionale all'obiettivo del colloquio di Counseling nella quale si potranno utilizzare gli stimoli offerti dall'azione creativa che, in tal modo, risultano integrati. Questo vale per gesti, segni grafici, colore, parole, azioni teatrali, suoni ecc. La conoscenza approssimativa di tali caratteristiche può risultare fuorviante e, alle volte, dannosa rispetto all'obiettivo. Importante, quindi, la definizione di una metodologia chiara che possa indicare un percorso integrato tra conoscenza dello strumento artistico e modalità di intervento di Counseling.

La DanzaMovimento Relazionale-Creativa© nel panorama dell'Art-Counseling

A tale scopo la DanzaMovimento Relazionale-Creativa©, così come concepita, è una metodologia che si colloca all'interno dell'intervento di Counseling integrandosi con questo al fine di sviluppare un percorso che miri al recupero e al potenziamento delle risorse espressive, creative e relazionali della persona, attraverso un ascolto del corpo e ad una esplorazione delle risorse stesse tramite il Counseling.

La DMRel-Cre© è una disciplina che opera nell'ambito della salutogenesi, in ambito non clinico quindi e che si avvale dello strumento del Counseling per vedere, riconoscere e attivare le risorse necessarie alla soluzione del problema presentato. Si differenzia, pertanto, per questo (e non solo) in modo netto da altre pratiche che utilizzano la dimensione corporea come strumento privilegiato quale la DanzaMovimentoTerapia (cui fa riferimento per alcuni approcci metodologici e teorici).

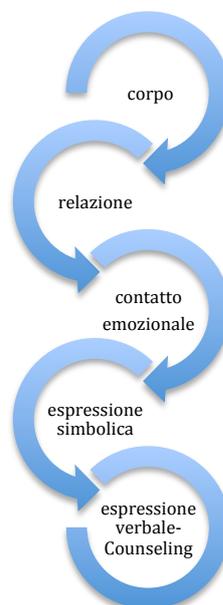
I principi fondanti della DMRel-Cre© sono di ispirazione Rogersiana e partono dall'idea che ogni persona possa essere artefice della propria evoluzione come essere umano. L'uso della danza porta l'attenzione all'arte e all'espressione creativa come elemento che permette di accedere direttamente ai propri vissuti emotivi. Danza, quindi, intesa come espressione artistica, elemento del "sociale", come modalità di incontro e sviluppo attraverso il fare creativo, il gioco, l'uso di oggetti, immagini, parole, l'esplorazione sensoriale, per poter incontrare l'altro, gli altri in uno spazio di relazione condivisa.

Tramite la DM Rel-Cre© possiamo mettere in connessione il corpo con l'atto espressivo che, attraverso la relazione con sé e con l'altro, accede ad una dimensione emotiva e, quindi, all'espressione simbolica attraverso il fare e l'atto artistico creativo, per poi esplicitarsi in forma verbale attraverso il Counseling.

La DM Rel-Cre© assume diversi modelli di riferimento che tengono presente: la visione antropologica dell'uomo rifacendosi a principi della Expression Primitive; la cura della persona, come il Counseling Umanistico Rogesiano integrato e la Gestalt; principi della DMT di Marian Chace, che pone il gruppo e la relazione grupppale al centro del fare danza, e quella di J. Adler che ci riporta alla visione di un corpo collettivo; riferimenti dell'arte e della danza contemporanea; la visione dell'uomo come essere vivente seguendo spunti che arrivano dalla BodyMindCentering e dalla Danza Sensibile.

Attraverso l'utilizzo della DM Rel-Cre© è possibile di sostenere il processo di crescita dell'individuo e supportare la trasformazione permettendo all'individuo stesso di poter accedere attraverso i singoli elementi ad un processo evolutivo che tenga conto dei seguenti step.

ELEMENTI DEL PROCESSO EVOLUTIVO



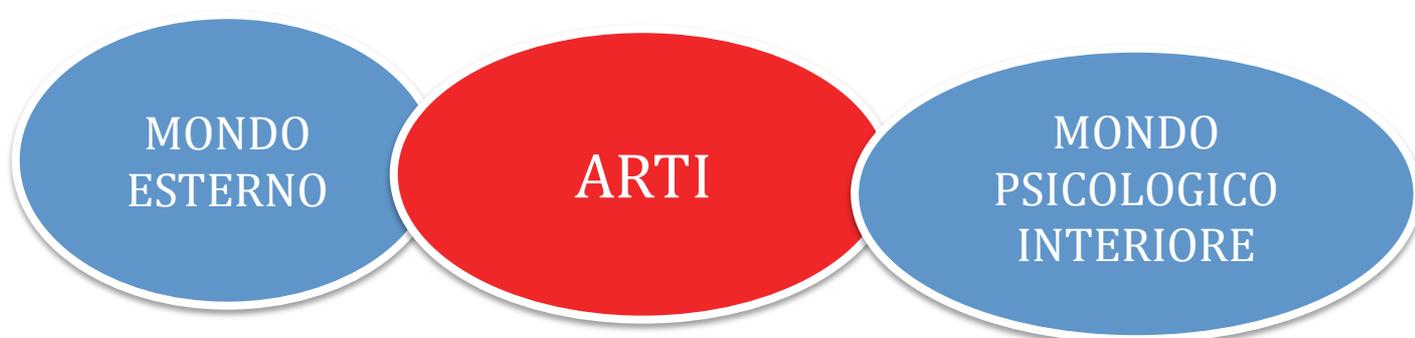
Essere o non essere ... alla ricerca dell'identità perduta

Nel laboratorio svolto nel 2014 a Roma presso La città dell'Utopia in collaborazione con una associazione romana di cui faccio parte, Laboratorio 53, che da diversi anni si occupa da un punto di vista legale e psicologico di rifugiati politici e vittime di tortura, e con l'ITT L. Bottardi di Roma, istituto presso il quale insegno, adolescenti e migranti hanno svolto insieme un laboratorio che ho condotto utilizzando la DM Rel-Cre© ed il Counseling integrato. Popolazione migrante ed adolescenti hanno caratteristiche simili che andremo ad elencare e l'uso dello strumento artistico, tanto più in un contesto multilinguistico, è stato elemento essenziale per il lavoro svolto.

Perché l'arte in tale contesto?

Arte come elemento per il miglioramento delle relazioni tra i gruppi in conflitto di identità proposta all'interno delle collettività per ricostruire o riconfigurare le relazioni tra parti in opposizione. In situazioni di post-conflitto, quello che resta è una profonda frattura tra il mondo interiore ed il mondo esterno. Paura, rifiuto, rabbia, frustrazione, smarrimento, perdita, possono essere alcune delle sensazioni ed emozioni in tale condizione.

Lumsden⁶ indica l'Arte come mezzo di transizione tra questi due territori, capace di integrare il vissuto interiore con il mondo esterno



Il rituale, momento fondamentale del laboratorio, è parte della cultura sociale, dell'identità di un popolo.

I riti occidentali hanno la caratteristica della "libertà", l'unità tra le persone, i gruppi, le nazioni si ottengono attraverso performance artistiche, gare sportive, concerti, teatro, danza...

Queste interazioni tra arti, saperi, pratiche e stili di vita sono il segno di un grande sommovimento culturale in atto nel mondo e l'indicazione di un metodo interculturale per costruire pacificamente e in modo non violento rapporti tra religioni, comunità e persone diverse. Il laboratorio ha intessuto elementi relazionali attraverso l'esplorazione ed il gioco e si è concluso con la realizzazione di un video che ha raccontato in forma performativa, il percorso compiuto.

La performance è considerata come presentazione di sé nella vita quotidiana, forma di affermazione del proprio essere e della propria identità all'interno di un contesto creativo nel nostro caso espresso dal corpo, dalla scrittura e dal colore.

Schechner⁷ definisce la performance come futuro rituale definendo in essa quattro grandi sfere strettamente correlate:

- Intrattenimento
- Terapia
- Formazione
- Ritualità

La Danza Movimento Relazionale-Creativa © come danza del sociale, fa riferimento all'etica antropologica avendo come riferimento «la costruzione sociale della persona, la dinamica delle relazioni interpersonali e le comprensioni intersoggettive, la struttura delle comunità e delle forme sociali di piccola scala» (Tambiah S.J.)⁸

Il corpo quindi diventa luogo culturale, memoria della storia dell'individuo e delle rappresentazioni collettive dove la danza, presente in tutte le strutturazioni sociali, è stata

mezzo di condivisione dei vissuti e modalità partecipata di riutilizzazione del fare collettivo, dell'evento significativo che attraversa la vita sociale. Senza una corporeità non si hanno neppure sensazioni né emozioni, non si hanno relazioni, non si ha una propria identità.

Il corpo per il rifugiato, l'esiliato, il migrante, come in adolescenza è alla base della costruzione di una coscienza di sé perché ci accompagna nel tempo. Unico mezzo per riprendere possesso di sé. Merleau-Ponty, parla di corpo vissuto, percepito dagli altri e corpo sentito a livello fisico che non è necessariamente corpo percepito dalla persona.

Nella strutturazione del Laboratorio e nel workshop presentato in occasione del convegno, è stata in parte utilizzata l'Expression Primitive (come applicazione dei principi nella DMRel-Cre©) attraverso una presentazione strutturata ed attivazione ritmica segmentaria semistrutturata che, ispirandosi alle danze primitive e promuovendo contenuti culturali archetipici, assume un valore transculturale che favorisce strutturazioni transpersonali sostenendo la trasformazione individuale. In seguito, il gioco dei "calchi" ha permesso di entrare nel vissuto simbolico di coppia condiviso poi tra i partecipanti.

Nell'applicazione con i rifugiati ed adolescenti il lavoro corporeo, essendo transculturale e transgenerazionale, ha favorito uno scambio che supera le differenze linguistiche. L'azione di Counseling successiva ha permesso di mettere a fuoco i vissuti emersi durante il lavoro corporeo e ha favorito lo scambio verbale tra i partecipanti, scambio che è stato fatto utilizzando lingue straniere condivise, l'italiano ma anche il francese o l'inglese e in alcuni casi avvalendosi di un interprete di lingua hurdu.



In conclusione, possiamo tracciare delle comunanze tra popolazione migrante ed età adolescenziale che ha permesso di unire queste due tipologie di popolazione e poter lavorare sulla ricerca di una identità, perduta in un caso, e da strutturare, nell'altro al fine della individuazione della persona nella sua integrità attraverso la relazione.

La relazione in un contesto sociale impone la visione dell'individuo in quanto non singolo, ma persona facente parte di una collettività, di un gruppo sociale in cui la relazione individuo-contesto è parte del vissuto del singolo (Battista 2010) ⁹. Il corpo, facendo riferimento a Mead

e alla psicologia sociale, è anche costruzione sociale, culturale, che non sfugge ai condizionamenti della società in termini estetici, mediatici, delle tradizioni ecc.

L'identità affonda la sua natura nella relazione con l'altro ed evolve in modo incessante con il mondo legandosi al concetto del mutamento sociale e culturale. In termini Gestaltici la percezione del corpo è riferita alla percezione della forma e dello sfondo nel quale è collocato, è in tale ottica che il corpo del migrante ha una identità da ridefinire, in quanto cambia la forma del corpo, a causa di un vissuto spesso pesante, e cambia altresì lo sfondo sociale e culturale nel quale si colloca.

F. Basaglia scrive: "non si può parlare di uomo senza essere rimandato alla sua corporeità, né si può avvicinare il fatto corporeo senza implicare l'intero complesso dell'uomo nel suo essere umano. Il nostro ingresso al mondo si attua infatti nel momento del nostro apparire come corpo.....è proprio il corpo che mi dà la possibilità di agire, di tendere verso la realizzazione del mio possibile." (Basaglia 2007) ¹⁰.

E proprio di questo si tratta, mettere queste persone nella condizione di "Tendere alla realizzazione del mio possibile".

Grande entusiasmo e partecipazione dei colleghi intervenuti hanno accompagnato il workshop presentato e nella condivisione finale sono state partecipate parole quali: commozione, energia, ritmo, amore, leggerezza, libertà, identità, che hanno segnato la conclusione di un magnifico week-end di marzo.

1 McLeod J. (2007) Counselling skill, McGraw Hill, Maidenhead, UK

2 Stern D. (1987) Il mondo interpersonale del bambino Bollati Boringhieri

3 Stern D. Op Cit.

4 Stern D. (2004) Il Momento Presente Raffaello Cortina

5 Battista F. (2010) Il corpo emozionato nella relazione n.9 Nuove Artiterapie

6 Lumsden, Malvern. (1999) "Breaking the Cycle of Violence: Three Zones of Social Reconstruction." In Ho Won Jeong, ed. The New Agenda for Peace Research. Brookfield, Vermont: Ashgate.

7 Schechner, Richard (1985) Between Theater and Anthropology. Philadelphia: University of Pennsylvania Press.

8 S. J.Tambiah, Culture, Thought, and Social Action. An Anthropological Perspective, Cambridge [Mass.], Harvard University Press, 1985, tr. it. Rituali e cultura, Bologna, Il Mulino, 1995, p. 397.

9 F. Battista Op. Cit.

10 Basaglia F., (2007) L'utopia della realtà, Einaudi, Torino