

---

# Il coraggio di sopravvivere

## Quale contributo può dare l'arte terapia nel trattamento dei traumi vissuti dai civili nel corso di una guerra?<sup>1</sup>

### Tuzla, Bosnia-Herzegovina. Agosto 2002

---

di

*Cristina Scaramella*

#### **Tuzla, Bosnia-Herzegovina, August 2002. "The courage to survive" How can art therapy contribute to the treatment of war traumas experienced by civilians?**

In August 2002 I worked in Tuzla, a city in Bosnia-Herzegovina, to implement a project for the treatment of war traumas with art therapy techniques, dedicated to teachers and their pupils. The purpose of the project was to train teachers in the use of the modalities and the techniques of expressive therapies with children and adolescents from the city schools through an intensive two-week course. Art therapy is an established mental health profession that uses the creative process of art to improve and enhance the physical, mental and emotional wellbeing of individuals of all ages. For war survivors, the opportunity to draw, paint, and construct with an art therapist can help them to communicate difficult issues, reduce stress, and reconcile feelings. This story narrates the deep wounds of the civil victims of a war, but it also testifies the rebirth of creative energies and of hope. It tells about the need to offer a possibility to adults and children who have lived through a war to express themselves, and to give them listening and sympathy.

#### **Il progetto**

Nell'agosto 2002 ho lavorato a Tuzla, una città della Bosnia-Herzegovina, alla realizzazione di un progetto per il trattamento dei traumi di guerra con le tecniche dell'arte terapia rivolto agli insegnanti e ai loro alunni. Sono un'arte terapeuta e lavoro da 12 anni in Italia, privatamente e in istituzioni pubbliche (centri di riabilitazione per il disagio psichico, scuole e altro), con adulti, bambini e adolescenti. Il trauma è sempre stato il tema centrale del mio lavoro, i disagi di cui mi sono occupata come terapeuta nel mio percorso professionale, nascevano quasi sempre da un evento traumatico.

Il progetto, alla cui realizzazione ho partecipato, è stato promosso da Art Reach ([www.artreachfoundation.org](http://www.artreachfoundation.org)), un'organizzazione di volontariato americana, ed ha coinvolto 87 insegnanti e 135 bambini, rappresentanti di 22 scuole situate nel comune di Tuzla. Il nostro gruppo di lavoro era composto da 4 arte terapeute, una musicista terapeuta, 3 drammatiste terapeute, da uno psicoanalista supervisore, dalla presidente dell'organizzazione e da 12 interpreti, tutti originari da paesi della ex Jugoslavia. La finalità dell'intervento è stata quella di formare insegnanti, con un

---

<sup>1</sup> Questo saggio è una versione più ampia e approfondita di un mio contributo dal titolo: *Arte terapia e traumi di guerra*, pubblicato in "Rivista di Psicopsicologia Terapeutica", VI, 12, 2005.

corso intensivo di 15 giorni, all'uso delle modalità e le tecniche delle terapie espressive con i bambini e gli adolescenti delle scuole della città.

### **L'arte terapia nel trattamento dei traumi**

L'evento traumatico è caratterizzato dall'irrompere nella vita, in maniera improvvisa e violenta, di qualcosa di minaccioso e incontrollabile, che travolge e spezza la continuità del nostro abituale senso di sicurezza psicofisico. L'esperienza traumatica trasforma la percezione di sé e del mondo esterno e determina spesso reazioni come ansia, confusione mentale, senso di colpa, panico, comportamenti asociali ecc., reazioni che possono stabilizzarsi e perdurare per molto tempo.

Spesso i bambini vittime di traumi non sono in grado di esprimere le proprie paure, la propria rabbia e il proprio senso di insicurezza. Se non viene fornita loro la possibilità di entrare in contatto con la propria esperienza traumatica ed elaborarla, difficilmente potranno evitare seri disturbi emotivi nell'età adulta. Il dolore e il senso di insicurezza caratterizzeranno la vita di queste persone e con molta probabilità essi continueranno il ciclo delle violenze subite.

Quando le parole sono inadeguate o le memorie dei traumi troppo dolorose per essere verbalizzate, l'arte offre uno strumento di comunicazione adeguato all'espressione di sentimenti ed emozioni forti e, allo stesso tempo, attiva i processi necessari alla risoluzione dei problemi che emergono.

“L'emozione del dolore cessa di essere sofferenza non appena abbiamo una chiara e precisa immagine di essa” scriveva Victor Frankl. L'esperienza creativa, utilizzata in un *setting* terapeutico, risponde alle necessità di dare forma e significato ai vissuti rendendoli condivisibili, al bisogno di esprimerli affinché acquistino senso e comprensibilità, dando inizio a un processo di elaborazione ed integrazione dell'esperienza traumatica.

### **L'esperienza del gruppo di insegnanti**

L'intervento da noi proposto partiva dal presupposto che gli insegnanti, ai quali era rivolto il corso di formazione, avessero vissuto in prima persona vicende traumatiche durante la guerra e che, per primi, avessero bisogno di uno spazio in cui potersi prendere cura di sé e delle proprie ferite. D'altronde non c'è modo migliore di apprendere delle tecniche di quello di sperimentarle prima su se stessi. Quindi, nella prima settimana, gli 87 insegnanti sono stati divisi in 4 gruppi i quali hanno lavorato separatamente, la mattina utilizzando l'arte terapia e il pomeriggio il dramma e la musica terapia.

Il gruppo con il quale ho lavorato era composto da 17 insegnanti di scuole elementari, medie e dei primi due anni del liceo, nel complesso tre uomini e 15 donne, di età tra i 25 e i 50 anni. Alcuni di loro erano ancora profughi e non potevano rientrare nelle proprie case perchè distrutte o occupate da estranei. I profughi avevano perso tutto: tutto ciò che nello spazio protetto delle nostre abitazioni costituisce il nostro mondo quotidiano e ciò che possediamo di più intimo, come gli oggetti più cari, le foto di famiglia, i libri, gli abiti. Alcuni tra gli insegnanti erano passati attraverso esperienze terribili, come la morte dei propri

cari, alla quale spesso avevano dovuto assistere impotenti, l'essere sopravvissuti a massacri, la fuga dalle proprie case assediate dietro la minaccia di morte.

La maggioranza degli insegnanti era originaria di Tuzla, città che durante la guerra è stata per 4 anni sotto il tiro delle granate. Credo sia molto difficile immaginare cosa significhi vivere per anni in una città assediata, presa quotidianamente di mira dalle granate, in costante stato di pericolo, privi per mesi o anni di luce, acqua e alimenti. Questo era il vissuto comune a tutti gli insegnanti: che fossero originari di Tuzla o meno, poiché in Bosnia, nel corso della guerra, tra il 1992 e il 1995 tutte le città e i villaggi sono rimasti in balia delle milizie assedianti, milizie che talvolta facevano irruzione tra le abitazioni uccidendo, massacrando e rapinando, esperienze che alcuni tra i profughi del gruppo avevano vissuto in prima persona. In ogni caso, anche per coloro che non avevano subito violenze o la morte dei propri cari, quegli anni di anni di terrore, di follia e di caos, hanno provocato una profonda frattura del senso di sicurezza interiori e nella relazione con il mondo esterno. Frattura che rappresentava da sola un vissuto traumatico e come tale esige di essere espressa ed elaborata perchè la persona potesse recuperare fiducia, il senso di continuità e sicurezza nella propria vita.

La prima necessità nel nostro lavoro di terapeuti, e questo soprattutto quando si crea un gruppo che ha il compito di affrontare temi così delicati e profondi, è quella di creare un ambiente protetto, sicuro, di ascolto e non giudicante. Seduti in cerchio abbiamo iniziato insieme, gli insegnanti ed io, con l'indispensabile aiuto dell'interprete, un processo di creazione di un rapporto e di un calore umano molto particolari, fatti di profondo rispetto reciproco, di ascolto e di sostegno. Ho chiesto agli insegnanti di dare ognuno una forma ed un colore ad una gamma di sentimenti, che andavano dalla gioia alla paura, alla rabbia, senza preoccuparsi del risultato estetico, ma esclusivamente di quello espressivo.

L'esperienza fatta dal gruppo degli insegnanti di Tuzla è stata abbastanza emblematica dal punto di vista dell'uso del *setting* e del mezzo espressivo in relazione al tema del trauma.

Nelle immagini prodotte il primo giorno dal gruppo, sul tema della rappresentazione dei sentimenti opposti tra loro, erano leggibili gli aspetti emotivi e psichici che abitualmente contraddistinguono le situazioni post-traumatiche. Nonostante ce ne fossero a disposizione di diverse misure, i fogli usati dagli insegnanti erano tutti di una misura *standard* (A4), le immagini, quasi tutte astratte, erano composte da forme e colori leggeri e occupavano poco spazio nel foglio; il bianco della carta e il vuoto dominavano sulle forme e i colori. Leggerezza, frammentarietà e mancanza di solidità, sia nella consistenza del colore che nell'organizzazione delle forme nello spazio, erano gli elementi dominanti in questi primi lavori prodotti dal gruppo. Queste prime immagini mostravano il senso di vuoto e la fragilità che caratterizzano la realtà interiore dopo un'esperienza traumatica. Nei colori, nelle forme e nell'organizzazione di questi nello spazio emergevano i sentimenti più profondi, inconsci e indicibili come la paura e la rabbia rimosse, dominavano l'insicurezza e la solitudine e mostravano esperienze interiori di deprivazione, di perdita di fiducia in se stessi e nel mondo esterno.

Nel produrre questa prima immagine gli insegnanti hanno dedicato uno spazio di tempo molto breve all'uso dei materiali e all'esperienza creativa, mentre i

preparativi alla creazione di uno spazio personale in cui lavorare e alla scelta dei materiali, sono stati molto accurati e precisi. Durante tutta questa prima fase di lavoro nella stanza regnava un'atmosfera di raccoglimento e concentrazione, i movimenti erano lenti, silenziosi; insieme allo spazio fisico che le persone andavano occupando sui tavoli per il lavoro con i materiali artistici, ognuno stava creando il proprio spazio personale e l'intimità necessaria ad entrare in contatto con se stessi. In questo modo le persone hanno iniziato a raccontare, con i colori e le forme, le sfumature del proprio sentire, dando forma alla propria personale, unica ed irripetibile, modalità di essere e percepire il mondo.

Disegnando quella prima immagine, gli insegnanti hanno potuto, per la prima volta dopo tanto tempo, rivolgere l'attenzione a se stessi, iniziare a riordinare l'alfabeto delle proprie emozioni, prendersene cura e raccontarsi a se stessi e agli altri attraverso uno strumento che permetteva loro di non esporsi in modo diretto e di esprimere il senso di vuoto e la fragilità potendoli controllare e contenere all'interno del foglio.

I racconti verbali che sono nati da quelle immagini, al contrario, sono stati ricchi, lunghi e pieni di particolari. Le realtà concrete e drammatiche che avevano condizionato la vita di queste persone per molti anni avevano bisogno di uno spazio altrettanto concreto. Prendersi cura delle proprie ferite richiedeva una narrazione che le riattualizzasse in un contesto diverso da quello in cui erano state prodotte. Le immagini raccontavano il vuoto e la fragilità, l'impoverimento e l'isolamento interiori e, accompagnandole ai racconti, è stato possibile creare una connessione tra i sentimenti e le vicende personali e collegare le diverse esperienze le une alle altre, creando una trama in cui i singoli vissuti potevano essere condivisi e ricomposti in una storia collettiva e in cui le singole sfumature delle storie e delle emozioni contribuivano a rendere significative quelle di tutti gli altri.

Il mio ruolo è stato quello di accompagnare e sostenere il processo interno del gruppo andando incontro ai bisogni che emergevano. Le mie funzioni comprendevano l'ascolto, la condivisione, il contenere con la mente e il corpo mantenendo un'attenzione sempre desta e concentrata; rispettare il dolore in silenzio e contemporaneamente accoglierlo e, successivamente, nutrire il processo di elaborazione sostenendo il lavoro creativo riconoscendo e rispettando le diverse fasi e il percorso del gruppo.

In quanto esterna alle vicende della guerra ero vissuta dagli insegnanti come "integra", e come tale in grado di sopportare il peso delle loro tragedie; ma contemporaneamente contenitori e testimoni diventavano loro stessi nei confronti dei vissuti del resto del gruppo: ognuno poteva consegnare agli altri il proprio dramma e sentirlo tollerato e sopportabile, mentre portava e sopportava quello degli altri. Le immagini esprimevano l'incomunicabilità e il silenzio in cui ognuno viveva il proprio dolore e accompagnarle ai racconti ha significato riscattare quel silenzio. Le rappresentazioni esprimevano un sentire profondo e per lo più inconscio, ed è stato necessario raccontare di fronte a dei testimoni gli eventi e le esperienze che avevano generato quei sentimenti, perché fondamentale era poter rompere la cortina di indifferenza da parte del mondo esterno che ognuno aveva vissuto, fondamentale era essere ascoltati in modo che l'orrore, la paura, la rabbia fossero guardati in faccia e raccolti fino in fondo da altri. Gli insegnanti hanno

parlato uno alla volta, a lungo (alcuni anche per un'ora), guardando per tutto il tempo negli occhi gli interlocutori, anche raccontando i momenti più drammatici gli occhi erano sempre aperti, diretti, presenti. In quel contesto protetto e sicuro potevano essere rese visibili e condivisibili le perdite delle persone più care, la paura, l'umiliazione, l'orrore della morte sotto i propri occhi, tutte tragedie che si erano consumate in solitudine.

### **Il terapeuta come testimone**

La funzione del "testimone" è una delle più importanti nel lavoro con i traumi. Testimoni sono coloro che ascoltano con empatia i sentimenti legati all'esperienza traumatica che la persona esprime, e vi resistono. Da questa condivisione nasce anche nella vittima del trauma la possibilità che una parte di sé veda e ascolti, restando ad una certa distanza dai vissuti: il testimone crea la possibilità di contenere e sopportare ciò che fino a poco prima veniva sentito come inumano, inspiegabile e distruttivo.

L'intero popolo bosniaco durante la guerra si è sentito abbandonato e dimenticato dal mondo, gli insegnanti di Tuzla sono stati vittime di pulizie etniche, violenze, assassini e deportazioni di massa, drammi che non sono stati visti e riconosciuti in quanto traumi personali e né come traumi collettivi.

Devo aprire una parentesi a questo punto, che riguarda il mio personale vissuto (ciò che in psicoanalisi si chiama controtrasfert) e che può aiutare ad aprire una riflessione su alcuni aspetti del ruolo di testimone di colui che raccoglie le storie di traumi e di guerre. Solo alcuni mesi dopo il mio ritorno ho iniziato a comprendere che cosa mi ha seguito come un'ombra dalla Bosnia fino a casa. Già scendendo dall'aereo di ritorno in Italia e incontrando i primi esseri umani ignari della portata delle tragedie che si sono consumate dietro la porta di casa nostra, ho avuto la sensazione che qualcosa mi tenesse isolata dagli altri, una sensazione che è cresciuta con il tempo e che solo adesso inizio a comprendere meglio. Dopo il mio ritorno in Italia solo molto raramente qualcuno mi ha chiesto di raccontare cosa avevo fatto o visto in Bosnia, quasi nessuno mi ha chiesto come vive la gente dopo la guerra, o anche semplicemente se le città sono ancora distrutte e, se tento di introdurre l'argomento, gli interlocutori spesso cambiano velocemente discorso. Le persone non vogliono sapere, ed io invece sono tornata a casa con il compito di raccontare, perché questa è la consegna che il gruppo degli insegnanti mi ha dato: "ascolta e racconta, NON DIMENTICARTI DI NOI e aiutaci a non essere dimenticati dagli altri...", questo ho sentito chiedermi quando negli ultimi giorni gli insegnanti mi ricoprivano di piccoli doni e di infinita riconoscenza e da parte di alcuni questa richiesta è stata diretta ed esplicita. Ma insieme alla forza della comunicazione attraverso la parola gli insegnanti mi hanno anche consegnato il senso di isolamento e incomunicabilità che nasce dall'impossibilità reale ad esprimere alcuni aspetti profondi delle loro esperienze. Allora mi accorgo di sentirmi come loro si sono sentiti per anni: sono arrabbiata, perché nessuno vuole sapere e a nessuno posso lasciar vedere né il dolore che ho ascoltato e condiviso né la mia rabbia, né la mia impotenza.

Questo è un aspetto molto delicato che il terapeuta che lavora con i traumi si trova ad affrontare. L'incomprensione e la mancanza di disponibilità all'ascolto e

al riconoscimento dei vissuti da parte dell'esterno sono realtà che il terapeuta in un certo senso eredita dal paziente. Anche il terapeuta, come il paziente, si trova a doversi confrontare con il rischio di rassegnarsi all'isolamento. Tutti coloro che hanno avuto a che fare con i traumi sanno quanto per un terapeuta sia importante, per poter resistere nel suo compito, appoggiarsi, in una rete di condivisione e scambio, ai colleghi.

Ma non è solo la mancanza di interlocutori disposti all'ascolto che rende impossibile la comunicazione di cui sento la necessità come un dovere morale e civile. Ci sono vissuti e sentimenti che il terapeuta sente e riconosce e che per i protagonisti sono inesprimibili. Sentimenti che non possono essere contenuti da parole, né da nessuna altra forma di espressione, emozioni che non trovano colore o forma che possa corrispondergli; sono ferite invisibili che albergano dentro restando totalmente separate e sconnesse dal nostro io, ferite che creano fratture interne profondissime. C'è qualcosa che fa parte della tragedia del trauma che non può essere rappresentato e tanto meno espresso verbalmente, perchè le funzioni psichiche che permettono l'uso dello strumento simbolico rischiano di frantumarsi di fronte all'orrore dei vissuti traumatici i quali costituiscono una minaccia per l'integrità psico-fisica: per sopravvivere e non andare in pezzi abbiamo a disposizione meccanismi di difesa inconsci che adottiamo automaticamente. Chi ha vissuto un trauma conosce il precipizio che si affaccia sulla follia, molti ci sono caduti dentro per un po', alcuni per sempre.

Ho saldamente impressi nella memoria gli occhi, i volti e le storie fin nei minimi particolari degli insegnanti di Tuzla, tutte cose che non posso e non voglio dimenticare.

Il mio lavoro non è finito in Bosnia, si è innescato qualcosa di irreversibile, il processo di elaborazione del lutto e dell'orrore iniziato a Tuzla con gli insegnanti continua inevitabilmente dentro di me e nel confronto con la mia realtà quotidiana, io sono tuttora la loro testimone e i drammi che mi sono stati consegnati perchè non li dimenticassi sono stati generati da aspetti umani che non si possono confinare all'interno di nessuna frontiera, e appartengono a tutti gli individui e a tutte le comunità umane nel mondo. Aver "assaggiato" gli effetti della guerra attraverso una comunicazione così profonda dei vissuti vuol dire per me vivere adesso tenendoli con me, nel mio quotidiano; la follia e gli orrori provocati dalla guerra sono diventati per me un presente che non posso più collocare al di là di confini nazionali o attribuire ad esperienze lontane o di "altri": adesso sono vivi e vicini e ridimensionano anche la mia quotidianità mio quotidiano di persona che vive in un paese *agiato* e dove la guerra sembra un passato rintracciabile solo sui libri di storia.

Mi trovo ora di fronte alla necessità di conciliare la testimonianza e la comunicazione con ciò che del vissuto traumatico resta incomunicabile, trovando una forma che renda esprimibile l'intera esperienza. Per elaborare i miei stessi sentimenti è necessario per me creare un dialogo interiore tra i diversi protagonisti delle storie che ho ascoltato e chi non può e non vuole ascoltare, figure che posso riconoscere anche dentro me stessa; a turno, dentro di me, devono poter parlare e ascoltare sia colui che è indifferente e oppone resistenza, sia colui che muto non può raccontare il proprio sgomento. Questo è ancora un dialogo in corso, ma che

già allarga moltissimo il mio orizzonte spingendomi a guardare agli esseri umani, me compresa, senza poterli più dividere in “amici” o “nemici”, in “buoni” o “cattivi”, come ha scritto Nelson Mandela: “Sia la vittima che il carnefice sono privati della propria umanità”.

### **La rinascita delle energie creative**

Nelle narrazioni verbali nate dal gruppo dopo la creazione della prima immagine, oltre all'orrore, emergevano le straordinarie risorse di sopravvivenza dei protagonisti, il coraggio e la dignità, tutte cose che il gruppo sembrava non poter mettere a fuoco in quel momento. Mentre ascoltavo le loro storie, dentro di me nasceva una profonda stima verso ognuno di loro, da testimone raccoglievo la tragedia e contemporaneamente sentivo tutta la ricchezza umana e interiore di coloro che avevo di fronte. Si erano anche stabiliti nel gruppo un senso di coesione che creava un solido supporto, così ho sentito la necessità di restituire al gruppo ciò che di prezioso stavo raccogliendo, in modo che le persone potessero rafforzare la consapevolezza e il senso di sé. Quindi ho invitato il gruppo a riprendere le prime immagini e, senza modificarle all'interno, a trattarle come fossero pietre preziose, creando per queste dei supporti che restituissero loro la dignità che meritavano. A questo punto gli insegnanti sono riusciti a lasciarsi coinvolgere in modo più profondo dall'esperienza creativa, hanno utilizzato materiali nuovi facendone un uso molto creativo ed hanno arricchito le prime immagini incastonandole in ampi e solidi supporti ricchi di forme e colori, ognuno trovando una soluzione molto personale nel dare contenimento alla fragilità e al vuoto che esprimevano. Finalmente il gruppo è riuscito a concedersi il piacere del gioco e a sentirsi abbastanza sicuro da permettersi quel po' di regressione che è inevitabilmente connessa con l'espressione non verbale e con l'esperienza creativa ed estetica. Ricreare un contatto con i vissuti dolorosi è stato possibile solo dopo aver creato un ambiente protetto, fatto di fiducia, di profonda disponibilità ad ascoltare senza giudizio e a prendersi cura gli uni degli altri. Solo quando le qualità di questo spazio erano state messe realmente alla prova, per il gruppo è stato possibile iniziare a sentirsi più sicuri, ed è diventato possibile ricreare un contatto aperto e diretto con il proprio sentire. Fino a quel momento l'aver mantenuto barriere interne, di protezione e difesa, verso una parte così vitale e importante di sé, aveva impedito il fluire delle proprie energie sul piano creativo, che nella dimensione inconscia ed emotiva trovano il proprio naturale nutrimento, rendendo, contemporaneamente, l'Io e le funzioni egoiche “ostaggio” delle difese, sottraendogli tono e forza vitale.

Il lavoro fatto nei primi due giorni aveva aiutato gli insegnanti ad iniziare a familiarizzare con i propri contenuti emotivi ed inconsci, ed elaborarli ha permesso loro una maggiore apertura e disponibilità al rapporto con sé stessi e all'uso delle proprie energie creative. Un primo importante risultato nel lavoro di questa settimana è stato raggiunto proprio quando il gruppo degli insegnanti ha cominciato a giocare un po' più liberamente con le forme e i colori, iniziando a smorzare la paura e le difese nei confronti della parte più autentica e profonda di sé.

Creando un sostegno alla prima immagine, gli insegnanti hanno dato forma e conferma all'esperienza di condivisione e integrazione dei propri vissuti maturata nei giorni precedenti, hanno attivato la propria parte sana e capace di prendersi cura delle proprie e altrui ferite, cominciando a riconquistare considerazione, rispetto e fiducia in se stessi.

Nei tre giorni successivi il gruppo ha affrontato il tema dei mutamenti causati dagli eventi bellici nelle vite personali e sul piano sociale e civile. Ognuno ha rappresentato, in due diversi fogli, la propria vita prima e dopo la guerra e, successivamente, c'è stato un nuovo scambio verbale riferito alle immagini prodotte. La trama che si era andata creando nel gruppo nei primi giorni, verso la fine della settimana è diventata un vero e proprio tessuto che connetteva le esperienze di ciascuno con quelle degli altri; questo scambio ha permesso la ricostruzione di una Storia composta dagli eventi e dai sentimenti di tutti; come ogni tassello di un puzzle, messo vicino agli altri, acquistava finalmente senso e significato. Questo tessere trame fatte di risonanze e corrispondenze, avvicinare schegge e ricomporre un tutto ha aperto un profondo dialogo con se stessi e con gli altri che ha creato la possibilità di integrare le esperienze traumatiche sia nel contesto più ampio della propria esistenza personale che in quello collettivo.

Un piccolo accenno merita la componente cosiddetta "etnica" del gruppo. In realtà lo scambio nel gruppo è avvenuto su un piano così profondo, che superava qualsiasi identità etnica. È assolutamente normale e comune in Bosnia essere, ad esempio, figli di padre mussulmano e di madre cattolica e molti tra i presenti non potevano identificarsi con un gruppo etnico specifico. L'argomento delle etnie è stato accennato dal gruppo come elemento di ricchezza umana e culturale e la definizione di un'identità etnica come una limitazione.

L'ultimo giorno i componenti del gruppo hanno lavorato tutti insieme ad un'unica grande immagine che rappresentava i diversi momenti della vita: il passato, la guerra, il presente ed il futuro, un lavoro tridimensionale che conteneva i precedenti lavori dei singoli sul proprio passato e sul proprio presente. Questo lavoro è stato un'esperienza in cui tutti hanno dato moltissimo in termini di creatività, è stato un momento di grande cooperazione, di gioco e di piacere vissuti pienamente. Il gruppo ha creato una grande scultura che somigliava al flusso di un grande fiume che attraversava inizialmente pianure e poi spazi impervi e ostili e alla fine si riversava da un lato verso un albero e dall'altro verso un globo terrestre. Gli autori in realtà non hanno intenzionalmente creato un fiume, ma hanno lavorato semplicemente seguendo i propri impulsi creativi riferiti al proprio sentire in quel momento. Di fatto, il contenuto di ciò che hanno rappresentato lo si può definire un'energia vitale primitiva e originaria e l'immagine nel suo complesso evocava quella di un fiume che dopo essere passato attraverso le avversità può generare e nutrire a sua volta altre vite. C'era un forte senso della consapevolezza di essere una piccola parte di un tutto in questa immagine, ma anche, nella rappresentazione del globo terrestre, un riconquistato senso di padronanza della propria esistenza e della propria collocazione attiva nella realtà.

Infine, contemporaneamente al *Grande Fiume*, ho invitato gli insegnanti a creare un contenitore dove ognuno potesse mettere la rappresentazione delle cose o delle persone care che aveva perso. Così il gruppo ha creato una grande scatola,



dove sul fondo gli insegnanti hanno lasciato piccoli bigliettini senza parole, arrotolati con cura e legati con nastri, e poi carte stropicciate, avanzi di ritagli colorati e senza forma. Oggetti che suscitavano il dolore violento di qualcosa che veniva strappato da dentro, pieni di un calore e una tenerezza profondi. Solo a questo punto del percorso è stato possibile proporre al gruppo la possibilità di esprimersi in tal modo nei confronti di questo tema, e la scatola e gli oggetti lasciati dentro hanno avuto un'importante funzione simbolica nei confronti dell'elaborazione del lutto e della perdita, molto simile al rito funebre attraverso cui i vivi prendono commiato dalle persone care che muoiono.

Creare questi due oggetti è stato, innanzi tutto, molto gratificante per il gruppo: erano tutti fieri e pienamente soddisfatti del risultato finale dell'opera, dimostrando una nuova fiducia in se stessi. Le immagini rispecchiavano lo spazio riflessivo che il gruppo era riuscito a creare e realizzarle ha consentito ad ognuno di attingere profondamente con l'anima e il corpo, a quella fonte di energia vitale e creativa che sta all'origine della vita. Negli ultimi giorni molti tra gli insegnanti protagonisti di questa esperienza si sono sentiti, per la prima volta da quando la guerra era finita, pienamente sereni ed alcuni addirittura felici. Tutti erano consapevoli della funzione che aveva avuto l'utilizzo di uno strumento creativo e non verbale, di come esso avesse permesso l'accesso ad un livello di profondità del proprio sentire non raggiungibile con le parole. Gli insegnanti hanno sperimentato e compreso come il fare creativo attingesse a quella parte di sé che sente e conosce nel profondo in modo naturale e spontaneo, conducendoli a potenzialità a cui la razionalità non ha accesso. L'attività creativa ha risvegliato in loro quelle energie vitali che rendono la vita umana ricca e soddisfacente e ha permesso loro di essere ed esprimere pienamente se stessi, riscoprendosi contemporaneamente simili e diversi, uniti e separati, individui e collettività.

### **L'esperienza del gruppo dei bambini**

La seconda settimana è stata dedicata al lavoro con un gruppo di 37 bambini di età tra i 6 e i 12 anni, bambini scelti e accompagnati dagli insegnanti stessi. Questa volta le attività sono state condotte dagli insegnanti con la mia supervisione. Ciò che si chiedeva agli insegnanti, nel condurre le attività con i bambini, ovviamente non era di essere dei "terapeuti", (in una settimana è impensabile acquisire tali strumenti). Avrebbero dovuto, più semplicemente, dar loro la possibilità di esprimersi attraverso i materiali artistici, accogliendo i contenuti della loro comunicazione senza giudicarli, favorirne lo scambio, la condivisione e "nutrire" l'esperienza creativa, sostenendoli e facilitandoli.

I 37 bambini sono stati divisi in due gruppi, e sono stati invitati a sedersi in cerchio e a presentarsi, inizialmente verbalmente e successivamente disegnando un simbolo di se stessi. Poi di nuovo riunendosi in cerchio, sono stati invitati a parlare uno alla volta al gruppo di quello che avevano espresso attraverso i disegni. Molti di loro erano piccolissimi durante la guerra, alcuni non erano ancora nati, ma tutti erano figli di persone che avevano vissuto la guerra in prima persona, subito lutti e rischiato la propria vita, alcuni avevano perso un parente molto vicino.

Dalle esperienze di trattamento dei traumi con i sopravvissuti allo sterminio ebraico, è emerso che un trauma si "tramanda" per tre generazioni. I bambini del

nostro gruppo erano i figli dei sopravvissuti alla guerra. Bambini nati in un paese distrutto, cresciuti sulle ceneri ancora calde della guerra, da genitori profondamente segnati da anni vissuti nel terrore, i quali in molti casi avevano subito lutti (mogli, mariti, genitori o amici massacrati dalle pulizie etniche o dilaniati dalle granate), violenze e deportazione. Molti dei genitori di questi bambini presentavano sintomi di *post-traumatic stress disorder* molto seri, ricorrevano all'alcol, diventavano spesso violenti, soffrivano di incubi notturni ed insonnia. Non solo, la guerra e le deportazioni etniche avevano creato trasmissioni di interi paesi e alcuni tra i 37 bambini erano figli di profughi, i quali non avevano lavoro e la loro casa era costituita da una stanza in un'abitazione collettiva o da una baracca nel campo profughi.

Nonostante la guerra fosse finita da 7 anni l'ambiente fisico e psicologico, i contesti sociali e familiari in cui i bambini crescevano non potevano ancora fornire loro sicurezza e solidità, e questo è emerso molto chiaramente attraverso le immagini di cui parlerò più avanti.

Racconterò l'esperienza del gruppo dei bambini mettendo in luce soprattutto il percorso particolarmente significativo di uno loro e che può aiutare a comprendere meglio i contenuti dell'intera esperienza. Il bambino è Shamir di 6 anni; quando è arrivato tra noi era appena uscito dall'ospedale dove aveva subito un intervento chirurgico molto delicato. Era il più piccolo del gruppo, ma sembrava ancora più piccolo e gracile di quello che era in realtà: ripiegato su se stesso, triste, parlava pochissimo e con un filo di voce, teneva lo sguardo basso tutto il tempo e il suo primo disegno è stato un albero secco e senza foglie. Diversi altri bambini nel gruppo manifestavano difficoltà di relazione con gli altri, tuttavia, fin dal primo momento, così come era già successo con gli insegnanti, hanno percepito la qualità dello spazio che veniva loro offerto e ne hanno fatto il miglior uso possibile per se stessi; erano stati invitati a partecipare a qualcosa di nuovo: questa volta nessuno voleva "insegnare" loro qualcosa. Li avevamo invitati lì con l'intenzione di fornire loro degli strumenti per esprimersi, sostenendoli pienamente e accogliendo, senza dare alcun giudizio, i loro disegni, ascoltando con rispetto le loro parole, e con altrettanto rispetto i loro silenzi. Gli insegnanti hanno saputo ricreare e offrire ai propri allievi quello stesso tipo di atmosfera che loro stessi avevano appena sperimentato.

L'approccio dei bambini al mezzo espressivo non verbale è stato diverso da quello del gruppo degli insegnanti. Per i bambini l'utilizzo della dimensione creativa e la comunicazione attraverso le immagini si sono dimostrati immediatamente strumenti che potevano essere usati con grande disinvoltura per elaborare, su un piano simbolico, i contenuti latenti e inconsci che spontaneamente venivano rappresentati nelle immagini. Mentre per gli insegnanti è stato necessario risvegliare le proprie potenzialità creative e di rappresentazione simbolica, e solo dopo aver comunicato a livello verbale sono stati in grado di creare uno scambio e un'elaborazione dei vissuti profondi attraverso le immagini, per i bambini è stato il contrario. Nel corso della settimana a loro dedicata gli insegnanti hanno recuperato il contatto con la propria dimensione inconscia, riuscendo ad ammorbidire le difese dell'Io fino a permettersi la possibilità di riconoscersi e comunicare attraverso un piano ludico e creativo, quello che è invece utilizzato spontaneamente dai bambini.

La comunicazione filtrata dalle parole richiede l'uso delle funzioni dell'Io, che nel bambino non sono ancora completamente strutturate. I bambini, muovendosi su un piano simbolico, hanno dato vita ad un processo di riconoscimento di sé che ha rafforzato le loro funzioni egoiche, fino a maturare la consapevolezza necessaria a comunicare i contenuti, anche sul piano verbale.

Si è trattato, in entrambi i casi, di integrare e rendere comunicanti tra loro, due importanti aspetti dell'essere, che si possono ricondurre al pensiero razionale e al sentire emotivo ed intuitivo. Naturalmente questi processi di integrazione, non sarebbero avvenuti in un contesto qualsiasi, ma perché si potessero avviare è stato necessario condurre le attività con consapevolezza riguardo ai contenuti espressi e sostenere i processi di elaborazione di questi contenuti, utilizzando esperienza e professionalità maturate precedentemente.

### **Dalle immagini alle parole**

Rappresentare se stessi per i bambini ha avuto una funzione determinante nel creare un'atmosfera di ascolto, fiducia e sostegno reciproci. Attraverso questo primo disegno i bambini hanno potuto mostrare agli altri i propri desideri e sentimenti; chi era troppo timido o spaventato per parlare, ha semplicemente mostrato il proprio disegno che veniva apprezzato e commentato senza giudizi dal resto del gruppo. Bambini o insegnanti raccontavano ciò che vedevano, restituendo al piccolo autore "silenzioso" considerazione e rispetto. Dare loro colori, fogli e uno spazio libero per esprimersi è stato per i bambini come ricevere un nutrimento, un sostegno ad aprire il proprio mondo interiore, trovando da parte degli altri conferma e riconoscimento di sé.

Nei giorni successivi anche ai bambini è stato proposto di disegnare la paura, la gioia, l'amore, la tristezza e la rabbia e poi di creare, tutti insieme, un grande spazio tridimensionale in cui collocare i sentimenti rappresentati.

Il terzo giorno, mentre i due gruppi lavoravano all'interno del grande foglio-supporto comune, è successo qualcosa che stenterei a credere se non lo avessi visto con i miei occhi: due gruppi di 18 bambini ciascuno hanno costruito, usando in gran parte materiali riciclati e poverissimi, prati, alberi, laghi, strane abitazioni, caverne, nidi di uccelli e molto altro, restando concentratissimi e in totale silenzio per diverse ore. Regnava una pace rara per quel numero di bambini, ma non solo: si era stabilito tra loro un senso di solidarietà e di cooperazione straordinario. Quelle due opere meravigliose dal punto di vista creativo, avevano un significato simbolico importantissimo per loro: erano la rappresentazione dello spazio psichico che i due gruppi erano riusciti a creare, un luogo in cui ognuno poteva sentirsi rispettato e riconosciuto, che poteva contenere i sentimenti di ognuno e in cui ognuno poteva scoprire di vivere gioie e dolori simili. I bambini inizialmente più "difficili" adesso erano completamente coinvolti nelle attività, si aiutavano a vicenda e apparivano sciolti e a proprio agio. Shamir addirittura scherzava con quelli più grandi mimando il gioco della boxe! Stavano vivendo un'esperienza che li aiutava a consolidare e a fortificare il senso di sé.

L'ultimo giorno abbiamo chiesto ad ogni bambino di rappresentare la più grande speranza e la più grande paura. Le paure e le speranze dei bambini ci dicono molto del mondo che li circonda, un mondo costruito da noi adulti. Questi bambini

chiedevano tutti sicurezza per sé e per le proprie famiglie e temevano tutti i morsi dei cani neri: incarnazioni dell'aggressività e della violenza, di ciò che da un momento all'altro può trasformarsi in una furia distruttiva, così come era successo durante la guerra, quando la brutalità non aveva conosciuto limiti. Ricordo la serietà del volto e la compostezza di uno dei bambini mentre, mostrando il proprio disegno, spiegava al gruppo come fosse importante che le persone tenessero al guinzaglio i cani pericolosi. Stava ricordando a noi adulti le nostre responsabilità.

La rappresentazione delle paure e delle speranze dei bambini sono state molto significative per comprendere ciò che un bambino nato dopo una guerra eredita sul piano psicologico da questa esperienza e quanto i bambini siano sensibili nei confronti dell'ambiente che li circonda. Nelle rappresentazioni simboliche delle paure, oltre ai grandi cani neri, feroci e pericolosi, c'era anche un coniglio. Il coniglio e il cane nero rappresentavano la vittima e il persecutore: uno passivo, sottomesso e indifeso e l'altro imprevedibile, dalla ferocia incontrollabile. Attraverso questi due animali i bambini esprimevano il loro timore dell'aggressione, il senso di impotenza loro e dei loro stessi genitori, coloro che rappresentavano per loro protezione e sicurezza. In Bosnia è comune avere un cane come animale domestico; esso non è considerato un pericolo, anzi così come per noi italiani, in Bosnia il cane è sinonimo di fedeltà.

Quei cani feroci fanno pensare che la percezione del mondo esterno da parte dei bambini fosse di inaffidabilità, proprio nei confronti di coloro che sono generalmente considerati i nostri migliori amici. Penso che questo possa essere messo in relazione anche alla brutalità che in molti casi i bosniaci di diverse religioni hanno usato gli uni verso gli altri; durante la guerra molte delle violenze più atroci si sono consumate tra vicini di casa, tra i quali fino al giorno prima c'era stata amicizia e familiarità. Chi ha subito violenze di questo tipo non ha (anno 2005) avuto giustizia (anche i maggiori responsabili dei principali massacri sono ancora latitanti), non c'è stata nessuna forma di risarcimento per chi quelle atrocità ha subito che ormai non nutre più (se mai l'ha nutrita) la speranza che giustizia e riconoscimento possano essere fatte. I bosniaci sanno bene quanta poca volontà politica ci sia perché le atrocità commesse siano apertamente riconosciute da parte di tutte le diverse fazioni coinvolte nel conflitto. I cani feroci e il coniglio disegnati dai bambini testimoniano, a mio parere, quanto l'elaborazione degli accadimenti della guerra fosse nel 2002 (ed è tuttora nel 2005) ancora un processo ai suoi primi stentati tentativi di avvio. La creazione di strutture sociali e politiche necessarie a contenere e a promuovere la giustizia, la legalità e la riconciliazione è un processo delicato, lungo e complesso, e i bambini sembravano percepire molto bene quanto la gran parte della popolazione fosse tuttora abbandonata a se stessa di fronte alla paura dell'aggressione e della violenza, e quanto, sia dal punto di vista sociale e politico che da quello della responsabilità individuale, gli adulti fossero tuttora facile preda di sentimenti distruttivi quali il desiderio di vendetta, la rabbia, la paura.

Al tema delle paure era collegato quello della rappresentazione delle speranze dei bambini, i quali questa volta hanno rappresentato quasi tutti la casa e la famiglia. Molte case erano disegnate solo con un segno di matita sottile e fragilissimo, senza colore, senza terreno che le sostenesse, sospese in aria, come se

quella speranza fosse una fantasia ancora poco realizzabile. La casa e la famiglia erano ancora ambienti distrutti, da “restaurare” entrambe. Quanto fosse inevitabilmente precario per i bambini il senso di sicurezza offerto non solo dalla famiglia, ma anche delle abitazioni in qualità di rifugio, lo si capiva benissimo anche solo percorrendo le vie della città: nel 2002 non c’era casa rimasta in piedi in Bosnia che non portasse i tragici segni delle granate, senza contare la quantità di ruderi di edifici distrutti che si trovavano ovunque.

La fragilità e la vulnerabilità dei bambini rispetto ai conflitti si manifestava in tutta la sua drammaticità. Un bambino è un essere in via di sviluppo, dipendente completamente dagli adulti, bisognoso di riferimenti solidi e sicuri, di un ambiente in cui le relazioni affettive e l’espressione dei sentimenti aiutino e incoraggino lo sviluppo di queste capacità in loro stessi. Se i bambini bosniaci potevano ancora nutrire la speranza che tutto questo potesse ancora salvarsi dalla follia e dalla distruzione della guerra, questa speranza andava nutrita e rinforzata con azioni concrete volte a fornire loro protezione e cura, prima che cedesse il passo alla definitiva delusione e alla resa. Prendersi cura delle ferite interiori dei civili, così come degli ex soldati, ma soprattutto dei bambini, che rappresentano il futuro, è, naturalmente, una priorità affinché, dopo una guerra, un popolo e un paese possano ritrovare umanità e moralità e continuare sviluppare la propria cultura e civiltà.

Avvicinare la paura e la speranza compensava i due sentimenti, dare espressione all’inquietudine ha permesso ai bambini di controllarla e contenerla; comunicare e condividere sentimenti come la paura e l’aggressività è stata un’esperienza molto rassicurante per i bambini, i quali erano felicemente stupiti di scoprirsi vicini e simili. Anche le speranze espresse dai bambini, attraverso la condivisione e la creazione di uno spazio comune che potesse accoglierle, hanno trovato un significativo sostegno: lavorare con i materiali e i colori alla costruzione di uno spazio in cui ci fosse posto per tutti e in cui ognuno aiutava l’altro a costruire un ambiente che rispondeva ai bisogni di ciascuno, ha creato relazioni all’interno del gruppo fondate sul rispetto per i bisogni di tutti, sulla cooperazione e sul senso di solidarietà. Questa volta tutti hanno parlato dei propri disegni, anche i bambini che i primi giorni tacevano adesso mostravano coraggio, fiducia e confidenza nei confronti di sé e verso il gruppo.

L’ultimo giorno Shamir ha disegnato se stesso davanti ad un bosco pieno di alberi folti e verdi e poi, su un altro foglio, un flacone di medicine con una croce sopra, e ha detto a tutti, questa volta guardandoci negli occhi e con voce forte e chiara, che avrebbe voluto non dover prendere mai più medicine e ha parlato a tutti della sua malattia. Più tardi l’ho visto andar via accompagnato dal padre, era raggianti, camminava diritto, con le spalle aperte: aveva scoperto e dimostrato a se stesso e a tutti noi, che il suo piccolo corpo e la sua anima di bambino convalescente contenevano un coraggio e una forza enormi, tanto da sfidare la sua malattia. Il piccolo grande Shamir è stato la prova tangibile di come sia possibile trovare in se stessi la fiducia e la forza di trasformare il proprio destino.

### **Conclusioni**

In queste due settimane i bambini, gli insegnanti, il nostro interprete ed io abbiamo compiuto insieme qualcosa di molto simile ad un Rito. Abbiamo celebrato

ed onorato la Morte e la Nascita, partecipando profondamente e intensamente ognuno ai sentimenti e agli affetti dell'altro. L'esperienza creativa ha reso possibile un livello di espressione di sé molto profondo e, attraverso la rappresentazione simbolica, le perdite e i lutti di ciascuno hanno potuto ricevere finalmente una degna sepoltura. Rappresentare e comunicare attraverso le immagini ha attivato la parte vitale e le energie creative di ciascuno di noi, ha reso possibile il contenimento e l'integrazione delle esperienze, e ha consentito agli adulti come ai bambini di riconquistare fiducia in sé stessi. I piccoli o grandi orrori privati, le ferite, non sono spariti, ma dopo questa esperienza ognuno ha imparato che può prendersene cura. Nessuno di noi può evitare che qualcosa di terribile possa accadere in futuro nelle nostre vite, ma tutti abbiamo sperimentato che in noi stessi abitano potenzialità inaspettate che possiamo scoprire e sviluppare e che, finché saremo vivi, niente riuscirà mai ad ucciderle del tutto.

Per gli insegnanti è stato molto importante riconoscere la funzione dell'ascolto e sviluppare strumenti di sostegno da utilizzare in classe, ha significato rafforzare le proprie capacità di prendersi cura di sé e dei propri alunni. Ha permesso loro di essere attivi in prima persona in un processo collettivo di trasformazione del dolore e della distruzione, di scoprire la forza dell'amore e della compassione nel confortare se stessi e gli altri.

Il fatto che tutto ciò si sia svolto nell'arco di sole due settimane ha reso l'esperienza molto intensa, occupando interamente le giornate dalla mattina alla sera, anche se molti aspetti legati al trauma avrebbero richiesto più tempo per essere maggiormente approfonditi. La struttura dell'intervento ha conferito un senso di eccezionalità all'evento rendendolo un momento completamente al di fuori dall'ordinario. Ci sono stati momenti, all'inizio e alla fine delle due settimane, in cui si sono svolte celebrazioni rituali e momenti di festa che hanno coinvolto una collettività composta da insegnanti, terapeuti, interpreti, organizzatori locali, bambini, genitori, forse più di trecento persone in tutto, creando situazioni corali emotivamente molto intense e in cui si poteva sentire un senso di appartenenza al gruppo e ad una sorta di catarsi rigenerativa di una collettività intera. La guerra aveva coinvolto una collettività distruggendone il tessuto sociale e interno; che fosse una collettività a ricordare e ad elaborarne i vissuti, ricreando insieme le proprie energie vitali, ha creato una risonanza molto positiva per tutti i partecipanti.

Ovviamente tutto ciò ha avuto anche dei limiti: sono state due settimane intense, ma staccate dal contesto quotidiano, dalla realtà dei problemi di tutti i giorni. Adesso abbiamo bisogno di elaborare e diluire quell'esperienza eccezionalmente intensa per renderla parte attiva nella nostra vita di tutti i giorni.

## **Appendici**

### **Riflessioni aggiunte nell'autunno 2005 sul terapeuta come testimone**

A distanza di qualche anno dal lavoro in Bosnia, vorrei aggiungere adesso alcune considerazioni a proposito del ruolo del terapeuta come testimone e

riflettere in merito ad alcuni sentimenti che mi spingono, in seguito a quell'esperienza, ad un impegno sul piano morale, umano e civile.

Testimone, nel contesto di cui ho qui narrato, è colui che può ascoltare la vittima credendogli fino in fondo, senza riserve né giudizi, "testimone" deriva dal greco antico e significa martire, e forse ciò che io ho accettato è proprio la condivisione empatica del vissuto di martirio delle persone con le quali ho lavorato. come se attraverso questa esperienza di ascolto profondo mi fosse stato consegnato qualcosa di terribile e prezioso allo stesso tempo, di cui adesso mi sento investita come tramite verso la trasformazione del vissuto traumatico dall'invisibile al visibile, dall'ingiustizia al riscatto.

È nato in me spontaneo il bisogno di combattere contro il silenzio e l'indifferenza verso ciò che quella guerra ha rappresentato per chi l'ha subita, di cercare spazi in cui, mediante la mia parola di testimone, io possa contribuire a restituire senso ad esperienze inaudite e impensabili, e a rendere giustizia alle vittime ricordando il loro vissuto. Ho scelto di testimoniare raccontando non tanto gli accadimenti personali, ma soprattutto il genere e l'intensità delle sofferenze che i civili sono costretti a subire a causa della follia della guerra. Sento importante come testimone e come terapeuta, raccontare e rendere noti i traumi che la guerra provoca tra la popolazione civile, la persistenza delle conseguenze guerra sulla psiche e l'emotività delle persone. Altrettanto fortemente sento il dovere di contribuire a riscattare il senso di solitudine e di abbandono delle vittime, sapendo quanto sia importante per loro che il mondo sappia ciò che hanno vissuto.

Parlare, scrivere e raccontare per me è un modo di saldare un debito che è nato spontaneamente da quella fiducia e alleanza che gli insegnanti ed io abbiamo costruito insieme. Raccontare ciò di cui sono stata testimone è anche una forma di riscatto che mi aiuta a nutrire e a tenere vive le mie stesse energie vitali e la speranza nonostante l'orrore.

Trovare le parole per raccontare ha soddisfatto diverse necessità alle quali in funzione di testimone, mi sono trovata a dover dare risposte; una di queste è quella di dare corpo e rendere in un certo senso reale il trauma, un vissuto che per sua natura la nostra psiche tende a nascondere, a scindere ed occultare fino all'invisibilità. La memoria di un trauma è spesso fatta di frammenti scollegati tra loro, di ritorni in forma di incubi o di flash back che irrompono violentemente nella mente della vittima, suscitati magari da un rumore o da un odore. Queste schegge di memorie, se sono presenti nella mente dei sopravvissuti, spesso sono però scollegate dalle emozioni: è possibile ricordare un evento traumatico senza percepire contemporaneamente i sentimenti ad esso connessi. La paura, il senso di colpa, la rabbia sono vissuti che hanno bisogno di riemergere ed essere recuperati perchè il trauma possa essere elaborato ed integrato all'interno dell'intera dimensione esistenziale del sopravvissuto.

Anche il testimone, così come colui che ha subito un trauma, si trova a fare i conti con questa natura sfuggente, non integrata, e in un certo senso diabolica dell'esperienza traumatica. Scrivere e parlare di traumi, mi aiuta a contrastare il rischio di sentire io stessa inghiottite nell'invisibilità e nel nulla le mie esperienze in Bosnia.

Non posso distinguere in questa mia alleanza con le vittime il mio ruolo di terapeuta da quello di testimone, essi per me sono fusi insieme, la neutralità tecnica del terapeuta non vuol dire neutralità morale e credo sia parte fondamentale del lavoro del terapeuta riconoscere la profonda ingiustizia dell'esperienza traumatica, creare solidarietà con le vittime e rispondere al bisogno di una soluzione che restituisca giustizia. Judith Lewis Herman, nel suo libro *Guarire dal trauma*, scrive:

La testimonianza ha una dimensione privata, che è confessionale e spirituale, ma anche un aspetto pubblico, che è politico e giudiziario, l'uso della parola "testimonianza" unisce entrambi i significati, dando una nuova e più ampia dimensione all'esperienza individuale del paziente.

Infine, il mio bisogno di testimonianza attiva come impegno civile e morale nasce spontaneamente dopo aver realizzato nell'esperienza fatta in Bosnia quanto io stessa, come persona, appartengo allo stesso mondo che ha generato la follia e gli orrori di cui i miei pazienti sono stati vittime; questo genera in me il bisogno di contribuire alla crescita di un pensiero che si contrapponga e sfidi l'intorpidimento delle menti, l'oblio, e tutte quelle forme di difesa che noi tranquilli cittadini dei paesi *del benessere* manteniamo verso ciò che minaccia la nostra tranquillità

### **Sull'arte terapia**

L'arte terapia ha origine da esperienze cliniche che hanno unito le attività espressive al sapere psichiatrico e psicoanalitico. Nasce nei paesi anglosassoni negli anni Quaranta e inizialmente venne sviluppata da alcuni professionisti della salute mentale che lavoravano in ospedali psichiatrici all'interno di interventi rivolti ad adulti, tra i quali molti reduci di guerra affetti da gravi disturbi post traumatici.

Pioniere della arte terapia è stato Margaret Naumburg, che ne ha definito i principi e le pratiche, dando vita ad una disciplina che ha le sue radici nell'arte e nel pensiero dei teorici delle relazioni oggettuali (Klein, Winnicott, Bollas)

Le tecniche d'intervento sono fondate sull'espressione e sull'elaborazione delle immagini interne che diventano uno strumento privilegiato nell'intervento terapeutico dei soggetti con disturbi di tipo post-traumatico, nel trattamento delle nevrosi e delle psicosi, e dei disturbi del comportamento alimentare e tossicologico.

### **Bibliografia**

Arnheim R., *Art and Visual Perception: a Psychology of the Creative Eye*, Regents of the University of California, California 1974.

Belfiore M.- Colli L. M. (a cura di), *Tra il corpo e l'io. L'arte e la Danza-Movimento Terapia ad orientamento psicodinamico*, Quaderni di Art Therapy Italiana, Edizioni Pitagora, Bologna 1998.

Belfiore M.-Colli L. M. (a cura di), *Dall'esprimere al comunicare. Immagine, gesto e linguaggio nell'Arte e nella Danza-Movimento Terapia*, Quaderni di Art Therapy Italiana, Edizioni Pitagora, Bologna 1998.



Case C.-Dalley T., *Manuale di Arte terapia*, Edizioni Cosmopolis, Torino 2003.

Kramer E., *Childhood and Art Therapy: Notes on Theory and Application*, Schocken Books, New York 1979.

Milner M., *Disegno e creatività*, La Nuova Italia, Firenze 1975 [1950].

Naumburg M., *Dynamically oriented Art Therapy: Its Principles and Practice*, Grune & Stratton, New York 1966.

Robbins A., *The Artist as Therapist*, Human Sciences Press, New York 1976.

Rubin J.A., *Approaches to Art Therapy: Theory and techniques*, Brunner/Mazel Publishers, New York 1987.