



X CORSO DI PERFEZIONAMENTO PSICOGERONTOLOGIA E PSICOGERIATRIA

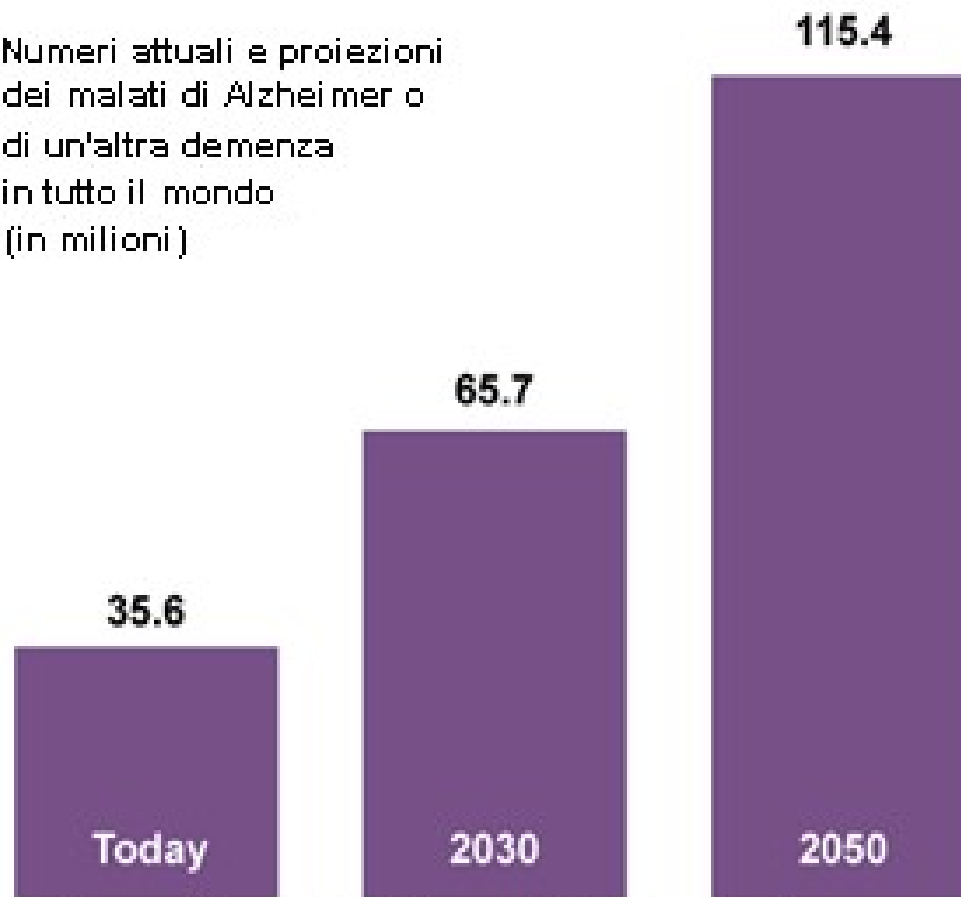
Tecniche espressive nella demenza

**Manuela Peserico, psichiatra e psicoterapeuta
Fondazione IRCCS Policlinico di Milano**

definizione

La demenza è una **malattia cronico degenerativa** caratterizzata dalla **progressione più o meno rapida** dei deficit cognitivi, dei disturbi del comportamento e del danno funzionale con perdita dell'autonomia e dell'autosufficienza **con vario grado di disabilità e conseguente dipendenza** dagli altri, fino alla immobilizzazione a letto.

Numeri attuali e proiezioni
dei malati di Alzheimer o
di un'altra demenza
in tutto il mondo
(in milioni)



Fonte: Rapporto Mondiale Alzheimer 2009, Alzheimer's Disease International (ADI), una federazione internazionale non profit con sede a Londra che riunisce 71 associazioni nazionali tra cui Alzheimer Italia

perché utilizzare le attività espressive

Le tecniche espressive (**arte, danza, musica e teatro**) possono essere utilizzate:

- nella promozione delle risorse
- in prevenzione
- in pedagogia
- **in terapia**

INDICAZIONI ATTIVITA' ESPRESSIVE

PARAMETRI	ATTIVITA' ESPRESSIVE
Struttura dell'lo	Debole
Ambito di intervento	Rinforzo delle parti sane
Capacità di insight	Scarsa
Capacità cognitive	Buone, fino a deficitarie
Propensione	Azione
Comunicazione	Non verbale, paraverbale
Criteri di inclusione	<ul style="list-style-type: none">- In base alla patologia- alle inclinazioni (arte, danza, musica, teatro)- In discrepanza alle competenze
Obiettivo della terapia	Lavoro sul processo creativo e sul processo estetico, in assenza di giudizio di valore
Tempo	Protratto

modalità d'intervento

L'intervento espressivo centra il proprio **focus** non su "cosa fare", ma sul "**come fare**" ciò che si sta facendo.

L'obiettivo non è solo la soddisfazione di un bisogno, ma è soprattutto lo **sviluppo di risorse** che autonomizzino il soggetto.

modalità d'intervento

Tutti gli interventi sono **finalizzati al rinforzo e allo sviluppo delle funzioni dell'lo e si rivolgono all'individuo nella sua globalità** e quindi non sono indirizzati al paziente o alla sua patologia.

La relazione operatore/fruitore e **l'agire terapeutico tendono ad individuare le risorse, le capacità, anche residue**, del soggetto, i suoi bisogni e da questi elementi si parte per attuare il percorso che, attraverso il potenziamento dei nuclei sani, porta allo sviluppo delle risorse del soggetto.

attività riabilitative

ATTIVITA' DI PRIMO LIVELLO più spesso inerenti la vita quotidiana del soggetto, mirano allo sviluppo delle competenze di base. Sono orientate prevalentemente sulla realtà esterna del soggetto, i comportamenti, il modo di interagire con l'ambiente. **Utilizzano prevalentemente l'agire.**

ATTIVITA' DI SECONDO LIVELLO sono finalizzate al raggiungimento di un miglior livello di consapevolezza ed adattamento. Si rivolgono al **mondo interno** del paziente, alle ansie, ai conflitti e alle emozioni.

attività riabilitative

SOSTEGNO:

Terapia Individuale
Terapia di Gruppo
Terapia della Famiglia

PRIMO LIVELLO:

Social Skills Training
Lettura di quotidiani
Supporto allo studio
Supporto al lavoro

SECONDO LIVELLO:

Psicomotricità

Arteterapia

Musicoterapia

Danzaterapia

Teatroterapia

Gruppo di Discussione

Gruppo Assertività

attività espressive: focus (1)

Agiscono sulla sfera emotivo affettiva dell'individuo e possono consentire una **modulazione delle emozioni** e quindi favoriscono la **riduzione della disorganizzazione emotiva e cognitiva**

Rappresentano una **modalità comunicativa ponte** tra il verbale e il non verbale

Si presentano, apparentemente, come **attività ludiche**

Il loro **focus** si centra sul **processo creativo** più che sul prodotto che deve avere una valenza estetica soggettiva e non oggettiva

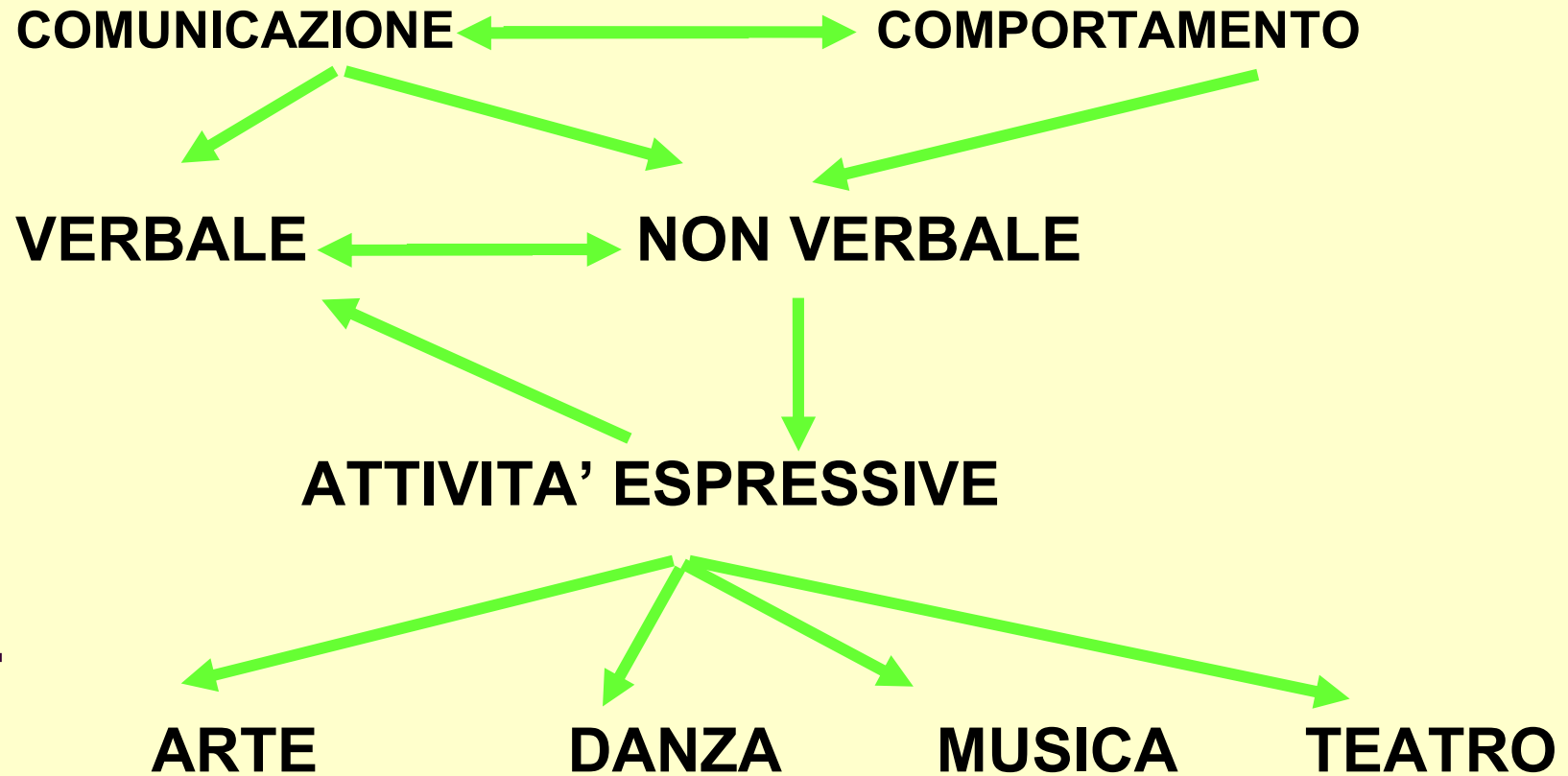
Attività espressive: focus (2)

Sono **assenti il giudizio di valore** e le problematiche legate alla prestazione

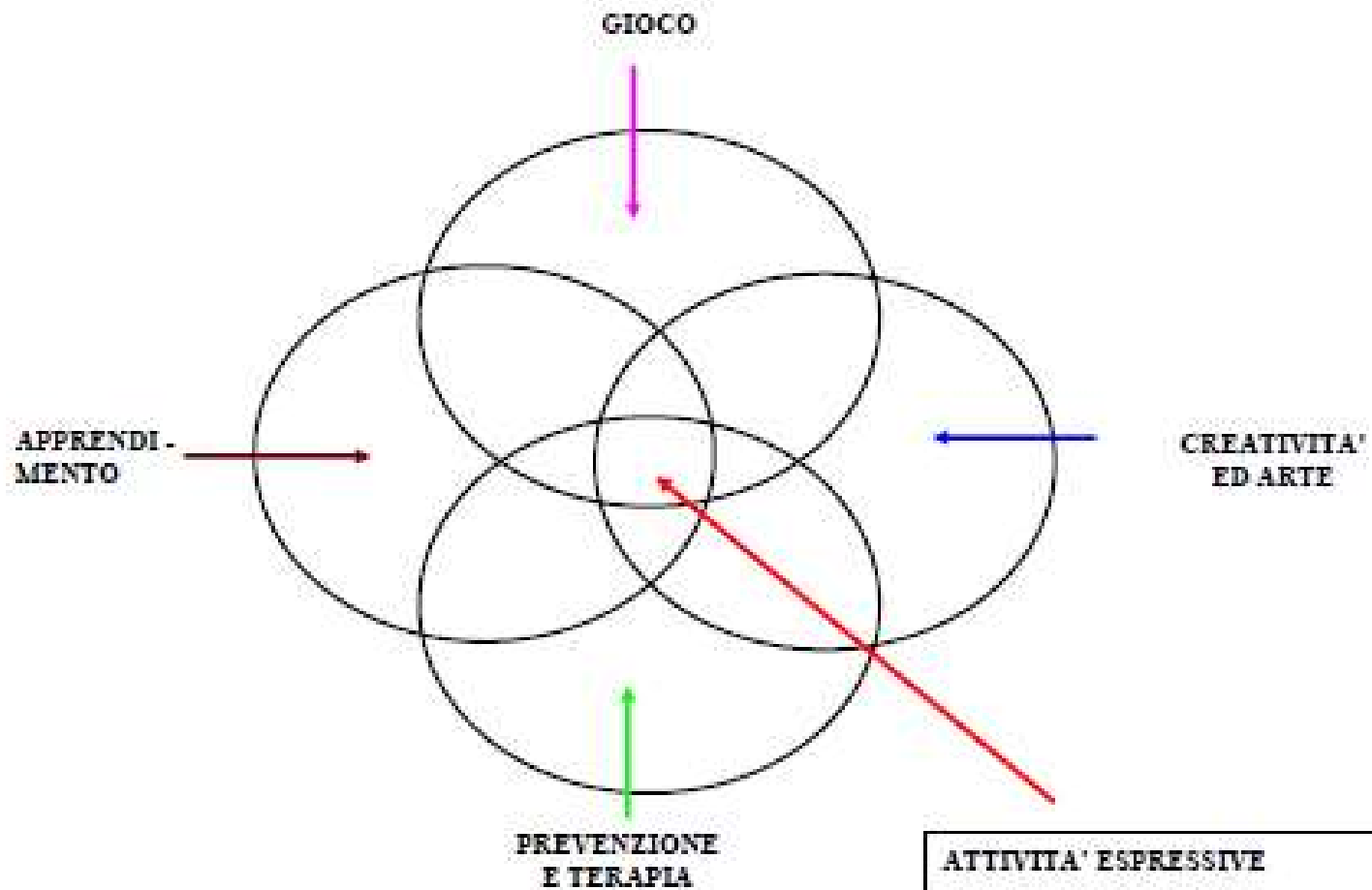
Svolgono una **funzione di mediazione** nelle situazioni in cui sono possibili agiti a corto circuito **(acting out)**

Rappresentano uno **spazio transizionale** all'interno del quale favorire il **riavvio della storia esistenziale** anche attraverso l'uso di strumenti non verbali

interazione umana



attività espressive



tecniche espressive tra espressione e comunicazione

Il grande pregio delle terapie espressive è rappresentato dalla **possibilità dinamica di giostrare** costantemente, a seconda delle necessità, **da pratiche puramente espressive a “esercizi” di comunicazione simbolica**, creando le condizioni per la realizzazione di un'efficace **interdipendenza fra attività cognitiva ed emotiva** (Ricci Bitti, 2006)

tecniche espressive e regolazione emozionale

- i mezzi tecnici e le pratiche su cui si basano le tecniche espressive sono molteplici ed implicano differenti sistemi espressivi e comunicativi ed una diversa strategia di regolazione emozionale, ma **sono tutti caratterizzati da una comune tensione verso forme di comunicazione simbolica**
- **rappresentano un intervento di tipo attivo**, come “esercizio” per l’acquisizione di un linguaggio espressivo, che restituisca al soggetto l’emozione “fruita”, mettendolo in grado di tradurre i propri sentimenti nel linguaggio prescelto (Ricci Bitti, 2006)

arteterapia

E' una tecnica espressiva che, **ponendosi "a ponte"** tra verbale e non verbale, **utilizza il linguaggio dell'arte per esprimere e comunicare all'esterno** ciò che le nostre difese inconsce, o il nostro deterioramento cognitivo, ci potrebbero impedire di esprimere verbalmente o di vivere a livello emotivo.

arteterapia

Tecnica non verbale che **utilizza il linguaggio dell'arte** come mezzo di comunicazione, allo scopo di **incanalare ed organizzare emozioni, conflitti o ricordi** dando loro forma all'interno di un'opera visiva concreta.

L'attenzione è rivolta soprattutto al **processo creativo** di cui l'opera non è che il risultato visivo e le potenzialità terapeutiche sono presenti nel processo creativo, **non nel prodotto.**

arteterapia: obiettivi specifici

- **Sostegno all'atto creativo** in quanto sostiene il percorso del paziente contro il caos interno, offrendo l'utilizzo di materiali artistici, come fattori di contenimento, di appello alle capacità percettive e organizzative dell'lo
- **Rafforzamento dell'area dell'intervento dell'lo** l'acquisizione di una maggiore abilità tecnica potenzia il relativo controllo sul materiale emotivo, in seguito all'azione dell'lo come organizzatore di forme
- **Aumento dell'autostima** che viene raggiunta attraverso un processo di identificazione con l'immagine prodotta e una maggiore autoconoscenza
- **Maggiore definizione della propria identità** attraverso il riconoscimento di sé e della propria presenza attraverso l'immagine
- **Allargamento delle possibilità figurative** quindi sperimentazione di modi diversi di essere e percepirsi attraverso l'uso di tecniche e materiali diversi
- **Aumento delle capacità di concentrazione** con conseguente sviluppo di energia capace di sublimare tematiche psichiche che provocano ansia
- **Soddisfacimento dei bisogni narcisistici** grazie alla realizzazione del lavoro artistico, che consente così di raggiungere una migliore autopercezione

arteterapia nella malattia di Alzheimer: obiettivi

- **Stimolare e supportare** le condizioni mnestiche, cognitive e motorie attraverso il costante uso dei materiali artistici, il lavoro di riproduzione grafica di immagini presenti nel soggetto, ecc.
- **Migliorare il livello emotivo affettivo** grazie alla possibilità offerta di produrre un'opera e quindi raggiungere un risultato
- **Alleviare i sintomi depressivi e/o ansiosi** che creano un forte impatto sulla memoria e sulle funzioni cognitive
- **Coinvolgere le parti** ancora sufficientemente **integre e funzionanti del Sé** attraverso la creatività, il cui impegno attivo e funzionale stimola il miglioramento del proprio senso d'identità
- **Migliorare i livelli di autonomia** grazie alla riattivazione delle funzioni psichiche residue

danzaterapia

- Si intende l'utilizzazione terapeutica del movimento, in quanto processo per aiutare un individuo a **ritrovare la propria unità psicocorporea**
- E' una disciplina che facilita e promuove **l'integrazione fisica, emotiva, cognitiva e psicosociale dell'individuo**
- La sua specificità si riferisce al **linguaggio del movimento corporeo e al processo creativo**
- Il movimento è un mezzo per scoprire il corpo e le sue possibilità espressive

danzaterapia

- **è una tecnica a mediazione motoria**, rientra nelle terapie psicomotorie, favorisce il movimento, «agisce sugli aspetti psico - corporei, senso - motori, affettivo - emozionali del soggetto»
 - corpo come realtà biologica,
 - corpo che vive,
 - corpo in relazione
- **è una tecnica a mediazione corporea**, rientra nell'ambito delle cosiddette terapie di enunciazione a differenza delle terapie verbali o «di enunciati»
- **è una tecnica a mediazione artistica**, rientra nelle Artiterapie

danzaterapia: obiettivi specifici

Per la sua valenza espressiva, creativa ed artistica, mira

- **al miglioramento delle performances** comunicative interpersonale ed intrapersonale
- **allo sviluppo delle capacità espressive**, e quindi della capacità di esprimere i propri vissuti
- **al miglioramento delle performances emotive**, della consapevolezza, della regolazione delle emozioni, con conseguente miglioramento delle capacità di canalizzare, la scarica di eventuali tensioni con modalità socialmente accettabili
- **al potenziamento dell'integrazione** corporeo emozionale
- al cambiamento reso possibile da una **maggiore integrazione del Sé**

musicoterapia

Insieme di **tecniche basate sull'uso del suono e della musica** come strumenti atti a facilitare lo sviluppo di una buona relazione

La finalità principale è **l'armonizzazione della personalità** dell'individuo e la costruzione di uno stato di benessere

Si basa sulla **capacità dei suoni di favorire una comunicazione che oltrepassa l'uso del linguaggio**, promuovendo l'espressione dei vissuti più profondi: le pulsioni (aggressività, energia vitale), le emozioni di base (rabbia, tristezza, paura, sorpresa, gioia) e tutti gli affetti che animano l'interiorità umana (vergogna, dubbio, incertezza, timore, eccetera)

musicoterapia

Può essere effettuata con due diverse metodologie:

- **l'ascolto (MT ricettiva):** si tratta dell'ascolto di brani musicali, opportunamente scelti, capaci di stimolare sensazioni, emozioni, immagini mentali, ricordi, pensieri
- **la produzione (MT attiva):** riguarda l'uso di semplici strumenti musicali, che non richiedono alcuna competenza tecnica, per costruire un dialogo sonoro, in grado di facilitare l'espressione dei vissuti emotivi, aumentando così la consapevolezza di sé, l'autostima, l'equilibrio tra le tensioni interne, la creatività

teatroterapia

E' la tecnica espressiva di applicazione più recente e conseguentemente è quella che presenta un maggior numero di approcci

Ognuno degli approcci terapeutici basati sul teatro parte da **punti di vista differenti**, privilegiando una o più caratteristiche e ponendosi obiettivi terapeutici diversificati

E' possibile definire l'ambito delle teatroterapie come **l'insieme di tecniche terapeutiche che operano partendo dalle caratteristiche proprie del teatro:**

l'identificazione, il personaggio, la rappresentazione, il palcoscenico, il gioco, la finzione scenica, l'espressività, la catarsi, la maschera, l'attività simbolica, il linguaggio verbale e non verbale, la comunicazione

tecniche espressive: finalità

L'intervento attraverso le attività espressive (arte, danza, musica, teatro) è finalizzato a:

- **sviluppo dell'intelligenza emotiva**
- **sviluppo della barriera protettiva**
- **messa a disposizione di un laboratorio protetto**
- **possibilità di apprendere regole**

tecniche espressive: finalità

SVILUPPO DELL'INTELLIGENZA EMOTIVA che:

- grazie all'uso della CNV, deteriorata solo tardivamente dalla patologia, consente il mantenimento di un **“spazio transizionale”**
- facilitando la comunicazione nella sua globalità, **favorisce l'espressione verbale e simbolica**
- e conseguentemente il **controllo e la regolazione delle emozioni**

tecniche espressive: finalità

sviluppo della barriera protettiva grazie alla
relazione terapeutica

tecniche espressive: finalità

messa a disposizione di un **laboratorio** **protetto** nel quale **manifestare**, **riconoscere**, **decodificare** ed **eventualmente** **modificare** le proprie **modalità espressive**, **comunicativo** - **simboliche** (intra ed interpersonali) **e comportamentali**.

tecniche espressive: finalità

la possibilità, per il soggetto, di **apprendere regole** pedagogiche che favoriscono, ancora una volta, il controllo e la regolazione delle emozioni e un più corretto esame di realtà.

Sviluppo umano e salute

Sviluppo e crescita sane dell'individuo prevedono un **rapporto armonico con l'ambiente circostante** (ambiente fisico e sociale)

Sviluppo umano e salute

Questo è reso possibile da:

- continuo **scambio di informazioni** tra soggetto e ambiente
- **barriera protettiva** dell'individuo che fa da filtro con l'ambiente; questo filtro:
 - impedisce all'individuo di essere esposto a stimolazioni eccessive quando non deve affrontare situazioni di emergenza o effettivo pericolo
 - consente l'elaborazione di strategie atte a superare le difficoltà ambientali
 - consente di trasformare le pulsioni e gli stimoli esterni in pensieri

intelligenza emotiva

Lo stato di salute e di benessere individuali dipendono in gran parte dal **controllo e dalla regolazione delle emozioni**, in altri termini, **dipende dalla capacità di riconoscere, denominare, controllare, esprimere, vivere e sentire le emozioni** (Ricci Bitti)

componente emotivo affettiva e salute

Regolare le emozioni significa rendere l'individuo più capace di pensare, essere più lucido ed incisivo rispetto all'ambiente, anche quando è sottoposto ad emozioni intense o spiacevoli



grazie