

LE IMMAGINI DELL'ATTESA

ARTE TERAPIA NELLA SALA D'ATTESA DEL DAY HOSPITAL ONCOLOGICO

*Sonia Benevelli**

Abstract: Un progetto di Studio Aperto di arte terapia si è svolto il giovedì mattina dalle ore 9 alle ore 12 per dieci settimane, nei mesi di ottobre, novembre e dicembre 2009, all'interno della saletta d'attesa del Reparto di Oncologia, Ospedale S. Maria Nuova, Reggio Emilia. L'obiettivo è stato quello di offrire un intervento di sostegno per migliorare la qualità dell'attesa e di valutarne la fattibilità. La stanza utilizzata è adiacente alla sala d'attesa, è dotata di piccoli tavolini e delle relative seggiole. L'arte terapeuta ha disposto su uno dei tavolini i materiali artistici e ha facilitato i partecipanti a produrre le immagini e, se lo desideravano, a parlarne. Circa il 20% dei pazienti ha usato l'offerta dell'arte terapia. Tra questi, alcuni l'hanno utilizzata per rilassarsi o per elaborare immagini piacevoli, ma la maggioranza (circa due terzi) ha espresso i propri vissuti di sofferenza collegati alla malattia oncologica; qualcuno ha prodotto immagini con un contenuto esistenziale e spirituale.

Introduzione

L'attività di arte terapia in sala d'attesa di un Day Hospital Oncologico è un intervento innovativo e poco conosciuto. Al Memorial Sloan Kettering Cancer Center (MSKCC) di New York l'arte terapia è presente in varie forme (Luzzatto, 2010) e uno degli interventi più regolari è un "Open Studio" di arte terapia: in una stanza vicino alla sala d'aspetto del Breast Center (reparto tumori al seno), un giorno alla settimana, i pazienti possono "andare e venire", secondo i loro impegni, in una atmosfera silenziosa e creativa, anche in compagnia dei loro familiari o accompagnatori.

Uno studio sugli effetti psicologici dell'arte terapia, proprio all'interno della stessa sala d'aspetto, è stato fatto in Brasile, presso l'ambulatorio dell'Ospedale Oncologico di Campinas (San Paulo). L'arte terapeuta Mauro Vieira ha coinvolto i pazienti in sala d'aspetto, un giorno alla settimana per tre mesi, in attività di arte terapia e dall'analisi dei questionari di gradimento è emerso che i pazienti ne hanno ricevuto "momenti di riflessione, di benessere e di recupero di valori e di sentimenti" (Vieira 2009).

In Italia, il dipartimento di ematologia oncologica dell'Ospedale San Martino di Genova offre settimanalmente una giornata di arte terapia, sul modello del MSKCC: qui i pazienti, provenienti dalla sala d'aspetto, lavorano intorno a una grande tavolo che durante la settimana viene usato per le riunioni dello Staff (Agnese et al, 2008).

Un'attività "arte terapeutica", basata sull'uso del Mandala, è stata condotta per vari anni presso l'Unità Oncologica dell'Ospedale G. Di Maria, ad Avola, in Sicilia (Respini 2004).

La qualità della vita dei pazienti, nelle corsie e nelle sale d'attesa degli ospedali, ed in particolare quella dei pazienti oncologici è un argomento di attualità all'estero, ma anche in Italia (vedi La Repubblica Salute, 7 dic. 2010, pp. 44-45). In questo concetto della "cura oltre la cura" rientrano le proposte di concerti, di librerie e di negozi all'interno dell'ospedale. Talvolta si è parlato

dell'arredamento (i colori delle pareti e i tipi di quadri appesi ai muri) e talora è stato sistemato uno schermo su cui sono passate informazioni rilevanti per i pazienti. Vanno inoltre in questa direzione le proposte architettoniche che presentano spazi progettati con linee morbide e organiche, i consigli di utilizzare elementi d'arredo che favoriscano la privacy, un'illuminazione il più possibilmente naturale e il suggerimento di prevedere nell'ambiente della musica di sottofondo. I pazienti in sala d'aspetto possono avere un appuntamento con l'oncologo, possono aspettare esiti diagnostici oppure essere in attesa delle sedute di chemioterapia o di radioterapia e sono spesso in uno stato d'animo preoccupato, talvolta depresso o ansioso.

La metodologia di un intervento di arte terapia per una popolazione fluttuante come quella di una sala d'aspetto è necessariamente diversa da quella proposta a un gruppo a numero chiuso, dove i pazienti si ritrovano regolarmente nello stesso luogo, con un inizio e una fine dell'incontro sempre alla stessa ora.

Nei gruppi chiusi le immagini prodotte, la relazione con il terapeuta e il contenimento esercitato dal gruppo stesso facilitano il processo introspettivo volto a esternare le immagini mentali e le emozioni. In una sala d'aspetto, dove i pazienti vanno e vengono, ognuno con le proprie preoccupazioni e con esigenze psicologiche diverse uno dall'altro, un'attività di arte terapia può essere valida solo sulla base di un uso attento e professionale della sua flessibilità.

Setting e Metodo

Il progetto di arte terapia nella sala d'aspetto del Day Hospital, all'Ospedale S. Maria Nuova di Reggio Emilia, è stato uno studio di fattibilità. Abbiamo voluto sperimentare se, in che percentuale e in che modo, i pazienti avrebbero partecipato all'attività proposta. L'obiettivo è stato quello di offrire un'attività di sostegno psicologico ai pazienti durante l'attesa e in particolare un'attività che potesse essere rilassante, creativa, o auto-espressiva, secondo le diverse esigenze dei partecipanti stessi.

Il progetto si è svolto in dieci giornate, il giovedì mattina dalle ore 9 alle ore 12, nei mesi di ottobre, novembre e dicembre 2009, all'interno della saletta d'attesa del Reparto di Oncologia. All'ingresso, in un angolo della sala d'aspetto principale, è stato collocato un computer che proiettava, in modo continuo, una breve presentazione composta da alcune slides temporizzate, corredate da poche righe di testo e con qualche immagine dimostrativa dell'attività di arte terapia proposta nella mattinata. Lo stesso breve testo è stato distribuito, anche dalle infermiere, a tutti i pazienti che si sono recati all'accettazione del Day Hospital.

La stanza utilizzata per l'attività di Arte Terapia fa da supporto alla sala d'aspetto principale e viene solitamente usata dai pazienti come saletta di ristoro, soprattutto per fare colazione dopo i prelievi o dopo le cure; oppure è utilizzata come luogo d'attesa quando la sala d'aspetto principale è molto affollata. E' un ambiente ben illuminato da due finestre ed è dotato di quattro tavolini rotondi, ciascuno contornato da due o tre sedie, di colore blu. In un lato della stanza c'è la macchina distributrice di snack e di bevande.

Abbiamo usato un tavolino vicino all'ingresso per i materiali artistici: pennarelli, pastelli, acquarelli, fogli bianchi e colorati di diverse dimensioni, e materiali per collage (forbici, colla, e riviste di viaggi, natura e arte). Sulla porta d'ingresso e alle pareti abbiamo attaccato alcuni cartelli con la denominazione del laboratorio e altri fogli colorati con riportate alcune brevi frasi poetiche sul silenzio. Sulla parete di fondo, che è la più ampia, abbiamo messo un grande foglio bianco su cui appendere le immagini realizzate da chi aderiva all'attività (*foto1*). I partecipanti sono stati invitati a lasciare le immagini realizzate perché potessero essere viste anche dagli altri pazienti, ma se preferivano, hanno potuto portarle via con sé.

Risultati

In media, ha aderito al progetto il 20% dei pazienti che ha usato la saletta d'aspetto. L'analisi delle immagini fatte dai partecipanti (collegate ai titoli scritti da loro e alla narrazione verbale fatta all'arte terapeuta) ha fatto emergere due gruppi, che abbiamo denominato: 1) Immagini Creative/Rasserenanti (realizzate con intenzione artistica, o semplicemente rasserenante) e 2) Immagini Espressive/Esistenziali (in cui il partecipante ha indicato con il titolo, o verbalmente, che l'immagine esprime un contenuto personale). Le immagini di tipo rasserenante e creativo sono state circa un terzo, solitamente realizzate usando i pastelli di legno e spesso ispirate da illustrazioni di animali e paesaggi che i pazienti hanno visto sfogliando delle riviste. Alcuni esempi di titoli di Immagini Creative: *"Voglia di primavera," "La natura," "La quiete," "La musica e i colori aiutano a vivere," "Terra e natura importanti per l'uomo."*

La maggioranza delle immagini (circa i due terzi) sono state di tipo espressivo: sentimenti e ricordi personali sia positivi, che negativi. Le emozioni negative si riferiscono in gran parte a vari tipi di sofferenza causata dalla condizione di malattia e sono state specificatamente nominate le seguenti emozioni: a) tristezza; b) frustrazione; c) solitudine; d) impotenza; e) rimpianto. Essendo lo studio aperto un setting caratterizzato dal silenzio e dalla concentrazione, gli scambi verbali sono stati brevi. Alcuni pazienti però, a voce bassa per non disturbare gli altri partecipanti che disegnavano, hanno voluto spiegare all'arte terapeuta il significato dell'emozione espressa; per esempio la tristezza originata "dal fatto stesso di essere malati"; la frustrazione derivata dal "non avere possibilità di scelta"; la solitudine causata dal "rinchiudersi in se stessi per non voler opprimere i propri familiari"; l'impotenza scaturita dal "dover subire, senza poter scegliere"; il rimpianto provocato dai "progetti non realizzati".

Alcune immagini, invece, hanno una valenza profondamente positiva e vi abbiamo riconosciuto quattro gruppi: a) la rappresentazione di legami d'affetto; b) il ricordo di luoghi belli dove avevano vissuto; c) le immagini simboliche che rimandano alla complessità dell'esistenza; d) le rappresentazioni che rivelano una dimensione spirituale. Spesso queste immagini sono state realizzate usando la tecnica del collage.

Alcuni esempi di titoli di Immagini Espressive/Esistenziali: *"E'... come mi sento," "Sto alla finestra a guardare," "Il problema del tempo," "Il sogno del Tibet," "Le persone che soffrono," "Lo spazio finito del corpo, lo spazio infinito della mente," "Luce dentro, amore - luce fuori, forza," "Il mio mondo," "Il rispecchio dell'anima."*

Tre esempi

Un'immagine del tipo Creativo/Rasserenante: "La quiete." (foto2)

È una raffigurazione di piccole dimensioni realizzata a pastello. La paziente sceglie il soggetto da una rivista d'arte. La sua immagine rappresenta il particolare di un quadro di Monet (Le bateau atelier) in cui è raffigurata la "barca atelier" dell'artista, quella utilizzata per navigare sulla Senna e riprenderne le rive en plein air.

La paziente, una giovane donna operata al seno è qui per un controllo dopo la conclusione delle cure, sfoglia lungamente la rivista prima di scegliere questa immagine, poi prende un foglio bianco della dimensione più piccola che c'è a disposizione. Ricopia con cura la barchetta e la vegetazione sulla riva nello sfondo, disegnandola prima con la matita e utilizzando poi i pastelli di legno per stendere, con grande precisione, un colore ricco di molte sfumature. Durante il lavoro è molto silenziosa e concentrata.

Appendiamo l'immagine al muro per assegnarle il titolo: è soddisfatta, piacevolmente sorpresa dal risultato, ipotizza a voce diverse possibilità, poi intitola il suo lavoro "la quiete". Successivamente

riflette sulla bontà dell'attività che ha compiuto e si rende conto di come non riesca mai a trovare il tempo per dedicarsi a ciò che le piace e che le fa bene. Anche durante la malattia era impegnata nelle cure, oppure correva per il lavoro, o per gli impegni familiari e per altre mille cose. Mi ringrazia e aggiunge, anche, che non avrebbe mai immaginato di trovare un'attività del genere in ospedale. Sottolinea che lei, quando si sottopone ai controlli, è sempre ansiosa e preoccupata che qualcosa non vada, ma ora si sente meno tesa e più tranquilla ("la quiete").

Un'immagine del tipo Espressivo: "Sto alla finestra a guardare." (foto3)

Entra una giovane donna medico, che mi dice essere in fase terminale. E' qui per delle cure che ritiene del tutto inutili. Sceglie un foglio bianco e prende le scatole dei pastelli e dei pennarelli. Con il pastello nero disegna un cerchio che riempie di colore anche all'interno, occupando tutto il lato sinistro dello spazio; sulla circonferenza, utilizzando il pennarello verde, costruisce una corona di triangoli che completa con un cerchietto nero sulla punta di ogni loro vertice. Nel lato destro del foglio costruisce una decina di piccoli cerchi di tanti colori differenti, disposti leggermente ad arco con la parte convessa rivolta verso l'esterno. Con il pastello nero scrive in stampatello e ben visibile il titolo: "Sto alla finestra a guardare".

Quando lo appendiamo si dice stupita di come sia riuscita a rappresentare la sua "non vita". Lei è in quel cerchio nero; guarda gli altri a colori che continuano la loro esistenza, mentre lei può solo aspettare e farsi coraggio da sola.

Un'immagine del tipo Espressiva/Esistenziale: "Lo spazio finito del corpo - lo spazio infinito della mente." (foto4)

Il paziente, un uomo abbastanza giovane, entra e mi chiede se può fermarsi a bere il suo the con i biscotti. Mi dice di essere commosso dall'accoglienza che c'è stamattina in reparto: i medici, gli infermieri, i volontari che offrono il the. Nonostante sia in terapia da sei mesi, rimane sempre molto colpito dalla gentilezza che riceve. Mentre fa colazione guarda interessato un'altra paziente che sta disegnando dei fiori ad acquarello. Mi chiede spiegazione dell'attività che offro.

Sfoggia una rivista d'arte e gli propongo di scegliere un'immagine che gli piace. Mi risponde di preferire l'immagine di copertina: è il particolare di un quadro di Magritte (L'uomo con la bombetta); vi sono raffigurati il viso e le spalle di un uomo vestito di nero, con camicia bianca, cravatta e bombetta nera in testa, ma il suo volto è nascosto da una colomba bianca che gli vola davanti. Ritaglia l'immagine e la incolla su un foglio azzurro. Lo incoraggio a dare un titolo e utilizzando il pennarello rosso scrive: "Lo spazio infinito della mente, la durata finita del corpo". La appendiamo e la guardiamo insieme: dice che è soddisfatto del risultato e dopo un breve silenzio aggiunge di essere molto colpito dalla colomba in volo.... poi ricorda che i mesi scorsi sono stati difficili, perché ha affrontato cure pesanti... E' pensieroso, quasi commosso. Si alza per andarsene, ma prima mi ringrazia, dicendomi che faccio un lavoro importante.

Conclusioni

La risposta all'attività di arte terapia nella sala d'attesa del Day Hospital Oncologico è stata positiva. Il setting essenziale e silenzioso, i materiali artistici, le immagini per il collage e la presenza dell'arte terapeuta disponibile all'ascolto, hanno aiutato chi aderiva all'attività a esprimere e a condividere i pensieri e le emozioni che appesantiscono il momento dell'attesa. I partecipanti hanno lavorato in tranquillità, senza sentirsi disturbati dalla presenza di altre persone nella stanza. E' stato abbastanza sorprendente vedere come, nonostante il via vai di persone al distributore delle bibite, i pazienti hanno approfittato di questa opportunità per esprimere contenuti altamente personali ed emotivamente importanti. La percentuale dei pazienti che hanno deciso di partecipare attivamente non è alta, ma si può considerare soddisfacente, dal momento che ogni attività

innovativa necessita di tempo per essere capita ed accettata. Inoltre, bisogna considerare anche il numero di pazienti che entravano senza impegnarsi in prima persona, ma si sono soffermati, talvolta per lungo tempo, a guardare le immagini realizzate dagli altri e a leggerne i relativi titoli. Questa esperienza suggerisce che sarebbe apprezzabile creare nei nostri ospedali dei piccoli spazi da riservare all'arte terapia, che – attraverso il suo linguaggio non intrusivo e simbolico – può contribuire a migliorare la qualità dell'attesa del paziente oncologico.

Ringraziamenti

Sono grata alla Dott.ssa Tromellini, Presidente dell'Associazione "La Melagrana," responsabile del Progetto. Ringrazio il Dott. Boni, Primario del Reparto di Oncologia dell'Ospedale S.Maria Nuova e il Dott. Rondini che ha promosso l'attività tra i Pazienti. Desidero, inoltre, ringraziare lo Staff del Day Hospital e i Pazienti che hanno risposto all'offerta dell'arte terapia.

Il mio speciale e riconoscente ringraziamento va alla Dott.ssa Paola Luzzatto, ispiratrice e Supervisore del Progetto, che mi ha accompagnato e sostenuto con competenza, pazienza e affetto, sollecitandomi anche a scrivere questa esperienza.

Referenze

Agnese, A et al (2008) "Medical Art Therapy in Italia: dove, come, quando". Convegno ATI, Palermo (non pubblicato).

Luzzatto, P (2010), "Art Therapy", in: Holland et al (eds) Psycho-Oncology, 2nd ed. chapter 57, Oxford University Press.

Respini, D (2004) The Inclusion of Artistic and Recreational activities in an oncology day hospital's "therapeutic programme". *Journal of Medicine and Person* 2 (4)

Vieira M (2009) "Art Therapy in the Waiting Room: An Experience at an Oncology Ambulatory Care Unit". IPOS 11th World Congress, Vienna (non pubblicato).

*** Sonia Benevelli, Arte Terapeuta diplomata Art Therapy Italiana, socio APIArT, vive e lavora a Reggio Emilia, conduce sessioni individuali e di gruppo. E' docente di Arte-Immagine nella Scuola Secondaria di Primo grado. Si è inoltre diplomata presso la Scuola Biennale di Socio-Psicologia di Genere della Dott.ssa Paola Leonardi. Fa parte del "Gruppo Medical Art Therapy" istituito dalla Dott. Paola Luzzatto e costituito da arte terapeuti ATI che realizzano interventi con pazienti sottoposti a cure mediche di tipo invasivo o prolungato.**