

## L'Arteterapia per prendersi cura di sé

**L'Arteterapia ad orientamento socio-educativo è un "prendersi cura di sé.** La persona coinvolta nel processo creativo si spinge oltre i confini, oltre la visione precostituita della realtà e proietta una nuova visione siffatta della realtà, trasformandola. Lo sviluppo della propria creatività e dei propri processi immaginativi, inoltre, una volta stimolati, emerge anche al di fuori del contesto arteterapeutico: nella vita quotidiana, al lavoro, nelle situazioni di problem-solving e nel contesto relazionale.

Dal momento che **"l'uomo non è mai qualcosa di definito, di statico o di compiuto ma è in continua formazione, l'educazione perciò può continuare per tutta la vita"!** **"Psicagogia"** è una educazione permanente a prendersi cura di sé: un'attività che **aiuta lo sviluppo della personalità, delle capacità di riflessione e di analisi.** Per questo motivo **"essere, saper essere e divenire, ovvero il fare/trasformare/lasciare andare"** hanno una **connotazione educativa** che incontra, nell'essere umano, il saper essere di chi si educa alla conoscenza di sé in un percorso di **consapevolezza che mira alla trasformazione di ciò che si desidera migliorare e costruire in libertà, come anche la libertà di lasciare ciò che non ha più significato."**

*"Quando una società blocca le sue capacità creative, colpisce le persone direttamente. Routine prive di senso e adesione alle regole che sono sperimentate come non appartenenti a sé, caratterizzano la vita quotidiana. Non esiste un'altra cosa come l'immaginario sociale, ovvero come la capacità di una società di immaginare le possibilità che le spettano per una vita più creativa per tutti. **Quindi è possibile portare l'approccio delle Arti Terapie Espressive in una sfera sociale più ampia, per lavorare nella direzione di un cambiamento sociale che creerà un mondo in cui ognuno sia in grado di vivere più pienamente, accedendo al proprio personale potenziale creativo (...)** ed è qui che il coraggio di creare entra in gioco; ci vuole coraggio per andare verso un territorio sconosciuto, guidati solo dalla nostra fiducia che insieme in qualche modo troveremo una via per attraversarlo. Questa fiducia è basata sulla nostra propria esperienza di "apripista" (pionieri). **A meno che non abbiamo fronteggiato l'abisso noi stessi e trovato il coraggio di andare avanti, non possiamo infatti presumere di servire da guida per gli altri (...).** Questa abilità non è basata su di un preesistente bagaglio teorico, che sia psicologico o sociale, ma sulla*

*nostra propria **capacità di creare di fronte al vuoto**. Noi siamo passati attraverso il deserto per primi e abbiamo appreso che possiamo sopravvivere e **trovare nuovi sentieri per andare avanti nella vita.*** – Stephen K. Levine

Propongo dei percorsi di Arte Espressiva perché ne colgo **l'immeso potenziale evolutivo e al contempo la piena dimensione di libertà**. La dimensione creativa, può divenire anche **mezzo per fare emergere il "non ancora"**: ciò di cui in termini logici non siamo ancora consapevoli ma che è **già presente dentro di noi in forma simbolica e non ancora chiaramente logica** e che la nostra mente non consapevole esprime ancor prima della nostra consapevolezza **attraverso il simbolo**, che in tal caso assumendo una funzione teleologica.