

Sesar, K., Dodaj, A., Vasilj, V., Sesar, D., Smoljan, I., & Mikulić, M. (2022). The Creative Art Therapies in Work with Children and Adolescents with Traumatic Experiences. *Central European journal of paediatrics*, 18(1).

Arteterapia creativa di gruppo

L'arteterapia di gruppo è la terapia d'elezione nel lavoro con le vittime di abusi sessuali, o in generale con persone che hanno avuto esperienze traumatiche. Le attività artistiche che combinano diversi media, insieme a una discussione di gruppo a ogni sessione, sono progettate per incoraggiare la coesione del gruppo, sviluppare la fiducia e rafforzare l'immagine di sé.

I trattamenti di terapia di gruppo sono organizzati in modo che il primo incontro sia condotto con i genitori per fornire supporto emotivo e consentire loro di esprimere la propria preoccupazione per il futuro dei propri figli. Dopo il lavoro con i genitori, l'arteterapia di gruppo viene condotta con le vittime di abusi per 8 settimane. Gli autori sottolineano l'importanza della scelta delle attività da parte dei partecipanti, poiché in situazioni di abuso non hanno avuto la possibilità di scegliere. La possibilità di scegliere le attività aumenta l'autostima e la fiducia in se stessi, ma rafforza anche le vittime. Le attività di gruppo includono rituali come la registrazione e la cancellazione dall'iscrizione e l'accensione di candele all'inizio e alla fine di ogni incontro di gruppo. Queste attività rituali forniscono un senso di sicurezza poiché i partecipanti condividono ricordi spesso spiacevoli e dolorosi.

Le attività artistiche possono includere la creazione di un mandala, al fine di stabilire come i membri del gruppo si vedono nel momento presente. Inoltre, possono essere utilizzati progetti di collage, che mostrano il loro passato, presente e futuro personale, così come barattoli di vetro contenenti domande di gruppo anonime che i membri del gruppo possono affrontare durante le discussioni di gruppo. I progetti artistici inizialmente indicano una significativa instabilità emotiva, ma gradualmente sono diventati più coesi e calmi, e sono stati riportati esiti terapeutici positivi.

Questo approccio ha mostrato una significativa riduzione di ansia, disturbo post-traumatico da stress e dissociazione nei partecipanti al trattamento di gruppo.

Un altro approccio di arteterapia di gruppo nel lavoro con ragazze esposte ad abusi sessuali prevedeva incontri di gruppo non direttivi di due settimane in un ambiente ospedaliero.

Questo programma permetteva alle partecipanti al processo di gruppo di sperimentare una sensazione di catarsi, creando e distruggendo immagini degli autori degli abusi. Dopo il comportamento distruttivo, il conduttore del gruppo aiutava le clienti a elaborare le proprie emozioni in un modo socialmente accettabile, per la riattribuzione dell'evento.

Sebbene l'efficacia della terapia di gruppo e dell'arteterapia non sia stata finora studiata in un ambito più ampio, i risultati delle ricerche condotte finora mostrano che l'approccio della terapia di gruppo può essere l'approccio di scelta nel lavoro con bambini traumatizzati, in particolare per i bambini vittime di abusi sessuali. Le attività utilizzate nell'arteterapia possono aumentare i benefici del gruppo, fungendo da mezzo di comunicazione. Ad esempio, la danzaterapia può aiutare a stabilire un senso di connessione e comprensione tra i membri del gruppo, e la musica è un mezzo di comunicazione e di costruzione di relazioni. L'arteterapia di gruppo offre ai bambini nella fase di latenza, che hanno uno stile di pensiero concreto, un'opportunità di comunicazione non verbale. Il contatto con i membri del gruppo può anche ridurre i comportamenti sessuali e abusivi diretti agli altri. Inoltre, la terapia di gruppo può alleviare le difficoltà che sorgono durante il trattamento psicoterapeutico individuale di bambini esposti ad abusi sessuali, come ad esempio la sensazione di mancanza di fiducia negli adulti, la paura dell'intimità, il disagio nel rivelare esperienze traumatiche agli adulti e varie forme di comportamento difensivo. Inoltre, la terapia di gruppo può offrire ai

bambini l'opportunità di comprendere di non essere soli nelle loro esperienze. Una combinazione di gruppo e arteterapia ha il vantaggio di trattare il bambino "nella sua totalità" e, di conseguenza, queste tecniche di intervento rappresentano un approccio olistico attraverso il quale è possibile trattare vari livelli di funzionamento, nonché il bisogno di interazione sociale del bambino, che è anche un intervento nel campo degli aspetti sociali del funzionamento.

In conclusione, questa revisione della letteratura ha trovato solide prove che gli interventi artistici creativi siano benefici per bambini e adolescenti che hanno subito varie forme di trauma. Gli interventi creativi possono essere particolarmente appropriati per bambini e adolescenti che hanno subito abusi sessuali o fisici. Raccomandiamo agli operatori sanitari di considerare gli interventi creativi come una possibile opzione per bambini e adolescenti che hanno vissuto diverse esperienze traumatiche. Sono necessarie future ricerche sugli interventi creativi per bambini con molteplici esperienze traumatiche. Si raccomanda inoltre un approccio sistematico di coproduzione nello sviluppo, nell'implementazione e nella valutazione degli interventi creativi per bambini e adolescenti.

Parole Chiave: terapia di gruppo; esperienze traumatiche; arteterapia; bambini; adolescenti