

Breve storia della poetry therapy in Italia. Parte 1

di Dome Bulfaro

Introduzione

Volevo che questa storia ancora così recente, composta di materiale con la vernice ancora fresca e viva, si raccontasse da sé. Volevo che i suoi principali protagonisti si narrassero, come se la storia fosse un film documentario visto e raccontato principalmente dall'interno.

Per questa ragione, dopo aver rapidamente tracciato le origini, la nascita e gli sviluppi della poetry therapy negli Stati Uniti, ho adottato tre forme di ricostruzione storica fra loro complementari: quella lineare descrittivo-narrativa, quella non lineare dell'intervista ai protagonisti di questo periodo e quella delineata da una bibliografia di poesiaterapia, composta di libri e riviste specializzate in poesiaterapia, editati in Italia.

Gli elementi costitutivi di questa *Breve storia della poetry therapy in Italia*, prima e dopo la sua introduzione nel nostro paese, sono stati:

- 1 – la narrazione della nascita della poetry therapy negli USA e i suoi protagonisti, parte necessaria a disegnare la contestualizzazione storica generale in cui nasce e si sviluppa questa arte terapia;
- 2 – l'individuazione dei principali pionieri italiani della poetry therapy e la descrizione dei loro percorsi di ricerca;
- 3 – la definizione di una bibliografia aggiornata, per addetti ai lavori.

Il materiale raccolto e narrato, data la brevità delle tre ricostruzioni e le enormi difficoltà nel reperire informazioni certe e complete sull'argomento, non può essere esaustivo e va considerato valido rispetto a quanto è emerso ad oggi dai miei personali studi. Tuttavia questa *Breve storia della poetry therapy in Italia* costituisce un primo significativo tentativo di storicizzare e sistematizzare un'arte terapeutica che merita di essere finalmente concepita nella propria autonomia e specificità. È in quest'ottica che va interpretata questa breve ricostruzione.

Ho suddiviso la storia della poetry therapy in Italia in tre parti: quella di introduzione che va dall'anno 1992, in cui Antonella Zagaroli importa la poetry therapy americana, fino al 2002, anno in cui Vezio Ruggieri fonda l'Aepcis, luogo di formazione e studio di "Artiterapie e Psicofisiologia"; la seconda parte di "stagnazione" che comprende la decade che va dal 2002 al 2012; e la terza e ultima, di sviluppo, che arriva ai giorni nostri, che include la fondazione nel 2020 sia della rivista Poetry Therapy Italia, che della scuola di poetry therapy PoesiaPresente LAB.

Nel numero 1 online della rivista Poetry Therapy Italia è pubblicata la prima delle tre parti previste.

Breve storia della poetry therapy in Italia. Parte 1

Indice

Introduzione	pag. 01
<i>La poetry therapy negli Stati Uniti</i>	pag. 03
Per cominciare	pag. 04
Poetry therapy: una forma di biblioterapia	pag. 04
La medicina moderna riconosce il potere della poesia	pag. 05
L'Associazione per la poetry therapy	pag. 05
Pubblicazioni	pag. 06
Lo sviluppo di standard nel campo della poetry therapy	pag. 07
<i>La Poetry Therapy in Italia</i>	pag. 09
Prima della poesiaterapia	pag. 10
Veziò Ruggieri, precursore psicofisiologico	pag. 10
Antonella Zagaroli, pioniera della poetry therapy in Italia	pag. 12
Antonio Lo Iacono, tra poesia e psicologia	pag. 16
Refrattarietà dell'Italia alla poetry therapy	pag. 18
<i>Interviste per una letteratura della Poetry Therapy</i>	pag. 22
Storia della poesiaterapia: intervista a Veziò Ruggieri	pag. 23
Storia della poesiaterapia: intervista a Antonella Zagaroli	pag. 24
Storia della poesiaterapia: intervista a Antonio Lo Iacono	pag. 27
Storia della poesiaterapia: intervista a Gabriele Marciano	pag. 31
Storia della poesiaterapia: intervista a Marisa Brecciaroli	pag. 32
Storia della poesiaterapia: intervista a Sara Della Giovampaola	pag. 35
Storia della poesiaterapia: intervista a Leonora Cupane	pag. 37
<i>Per una bibliografia italiana di poetry therapy</i>	pag. 41
Bibliografia italiana	pag. 42
La bibliografia da farsi	pag. 44

La poetry therapy negli Stati Uniti

*La storia della poetry therapy in generale e quella degli Stati Uniti corrispondono alla mia traduzione in italiano di quanto pubblicato sul sito della NAPT (National Association for Poetry Therapy). La versione in lingua originale di questa ricostruzione storica “è stata adattata e rivista per il sito della NAPT con il permesso dell’autore Hynes, Arleen M. e Hynes-Berry, Mary (1992) *Biblio/Poetry Therapy: A Resource Bibliography*. St. Joseph, Minnesota: Bibliotherapy Round Table. Sono in preparazione una panoramica e una storia più approfondite. Ci sono molte persone i cui nomi non sono stati menzionati, che hanno lavorato con costanza e passione nel campo della poetry therapy. La NAPT desidera riconoscere i loro sforzi e la loro dedizione. Questa non è affatto una storia definitiva.”¹*

¹ <https://poetrytherapy.org/index.php/about-napt/history-of-napt/>

Per cominciare

La poetry therapy, o poesia usata per la guarigione e la crescita personale, può essere fatta risalire all'uomo degli albori, quando nei riti religiosi gli sciamani e gli stregoni cantavano poesie per il benessere dell'intera tribù o di un individuo. È documentato che nell'antico Egitto, già nel quarto millennio a.C., le parole venissero scritte sul papiro e poi sciolte in una soluzione in modo che potessero essere ingerite fisicamente dal paziente e si potesse ottenere rapidamente l'effetto voluto. È stato anche documentato che, intorno al 1030 a.C., la musica di un pastorello di nome David calmò il "petto selvaggio" del re Saul.

Storicamente, il primo poetaterapeuta di cui si hanno documenti, è il medico romano di nome Sorano che, nel I secolo d.C., prescriveva la tragedia per i suoi pazienti maniacali e la commedia per coloro che erano depressi. Non è un caso che Apollo, il dio greco della poesia, sia anche il dio della medicina, poiché la medicina e le arti sono storicamente intrecciate.

Per molti secoli il legame tra poesia e medicina è rimasto oscuro. È interessante notare che il Pennsylvania Hospital, il primo ospedale degli Stati Uniti, fondato da Benjamin Franklin nel 1751, impiegasse molti trattamenti ausiliari per i pazienti mentali, tra cui la lettura, la scrittura e la pubblicazione dei loro scritti. Il dott. Benjamin Rush, riconosciuto come il "padre della psichiatria americana", ha introdotto la musica e la letteratura come efficaci trattamenti accessori. La scrittura poetica era un'attività dei pazienti, che pubblicarono i loro lavori su «The Illuminator», il loro giornale.

Poetry therapy: una forma di Biblioterapia

Una ricerca accademico-letteraria rivelerà più voci sotto il termine "biblioterapia" rispetto al termine "poesiaterapia", la quale divenne popolare negli anni Sessanta e Settanta. Il termine "Biblioterapia" indica letteralmente libro o letteratura che serve o aiuta dal punto di vista medico. La poetry therapy è una forma specifica e potente di biblioterapia, unica nel suo uso di metafore, immagini, ritmo e altri dispositivi poetici. Samuel Crothers usò per la prima volta il termine "biblioterapia" nel 1916. Fu adottato dai bibliotecari che capirono il valore di avere una designazione speciale per indicare la pratica di selezionare e usare libri utili ai pazienti psichiatrici. L'uso precoce del termine specificava l'uso di libri informativi, come *The Human Mind* di Karl Menninger, nonché di romanzi immaginari selezionati, i cui personaggi potevano servire da modelli o ammonimento per il lettore. I medici di Menninger operanti a Topeka, Kansas, collaborarono a stretto contatto con i bibliotecari dell'ospedale, perché ritenevano che i bibliotecari conoscessero sia i pazienti che la letteratura che li avrebbe aiutati. I bibliotecari hanno mantenuto in vita l'uso del termine "biblioterapia", anche se in origine i servizi non includevano la discussione pianificata delle reazioni personali del lettore rispetto ai materiali letti. Questa forma di "processo interattivo" o "dialogo interattivo" si è evoluta in seguito con l'affermazione, negli anni Sessanta, della terapia di gruppo.

La medicina moderna riconosce il potere della poesia

Nel frattempo, grandi figure del mondo della medicina stavano riconoscendo l'importante rapporto tra l'arte e la guarigione. “Non io, ma il poeta ha scoperto l'inconscio” scriveva Freud. Altri teorici, come Adler, Jung, Arieti e Reik hanno anche confermato che i poeti furono i primi a tracciare percorsi che la scienza seguì solo successivamente. Moreno ha suggerito il termine “psicopoesia”, così come il termine “psicodramma”, per il quale è famoso. I terapeuti, negli anni Sessanta, con la progressiva evoluzione della psicoterapia di gruppo, sono stati felicemente sorpresi nello scoprire che la poesiaterapia fosse uno strumento efficace che potevano integrare, agevolmente, nel loro lavoro. La poetry therapy iniziò a prosperare nelle mani di professionisti esperti in varie discipline tra cui: riabilitazione, educazione, beni archivistici e librari, attività ricreative e arti creative.

I professionisti della salute mentale stavano esplorando il valore terapeutico dei materiali letterari, in particolare quelli della poesia. Il loro contributo a questa disciplina emergente è stato duplice: 1) hanno enfatizzato il valore evocativo della letteratura, in particolare della poesia; 2) hanno concretizzato il riconoscimento del potenziale beneficio di avere pazienti che, scrivendo in reazione a poesie scritte da altri o elaborando materiale originale, permettesse loro di attingere alle proprie esperienze ed emozioni.

L'Associazione per la poetry therapy

Nel 1928, Eli Greifer, un poeta illuminato, farmacista e avvocato di professione, iniziò una campagna per dimostrare che il messaggio di una poesia ha un potere curativo. La poesia per Greifer, fu la passione a cui dedicò per tutta la sua vita tempo ed energia. Organizzò il Village Arts Center e il Messagists Club sull'ottava strada nel villaggio di New York City, e poi creò la “Remedy Rhyme Gallery”. Diventò volontario per testare le proprie teorie. Negli anni Cinquanta avviò un gruppo di poesiaterapia al Creedmore State Hospital. Nel 1959 fu facilitatore di un altro gruppo di poesiaterapia al Cumberland Hospital, con due psichiatri supervisori, il dottor Jack J. Leedy e il dottor Sam Spector. Greifer morì nel 1966, ma la sua straordinaria figura ebbe un ruolo chiave nello sviluppo di quella che oggi chiamiamo “poetry therapy”. Trasmise il suo amore per la poesiaterapia al dottor Leedy, il cui impulso e spirito pionieristico ha portato alla fondazione dell'Association for the Poetry Therapy.

Mentre il dottor Leedy ha continuato a esplorare i benefici terapeutici della poesia al Cumberland Hospital e al Poetry Therapy Center di New York, Ann White (coautrice, con Deborah Grayson, di *Parents and Other Strangers*, 1987) lavorava con il Recreation Department della contea di Nassau e creava un progetto sperimentale che portò i benefici terapeutici della poesia negli ospedali, nei centri di riabilitazione e nelle scuole per bambini speciali. Allo stesso tempo, Gil Schloss, Ph.D. (autore di *Psychopoetry*, 1976) conduceva sessioni di “psicoterapia” con individui e gruppi presso l'Istituto di Socioterapia di New York. Nel 1969, Ann White e Gil Schloss si unirono al dottor Jack Leedy per fondare la APT, l'Association for Poetry Therapy. Morris R. Morrison, Ph.D., poeta ed educatore

(autore di *Poetry as Therapy*, 1986) è stato un grande sostenitore dell'Associazione e redasse la prima serie sistematica di standard per la certificazione in questo campo. Questo documento è stato pubblicato nel 1973 dall'Association of Hospital and Institution Libraries Quarterly.

In tutti gli Stati Uniti molte persone di talento, che lavoravano in campo medico-assistenziale, utilizzavano la poetry therapy. Fin dai primi mesi della sua ricerca pionieristica, il metodo della poetessa Joy Shieman, applicato nel 1962, all'interno di un'unità di salute mentale di un ospedale della California, venne definito "thera-poetica". Nel 1971, Arthur Lerner, Ph.D., poeta e psicoterapeuta, fu nominato "poeta in residenza" e poetaterapeuta presso una struttura psichiatrica privata, il Centro Neuropsichiatrico Calabasas in California. Ruth Lisa Schechter, poetessa (autrice di *Poetry Therapy: A Therapeutic Tool and Healing Force*, 1983), divenne, nel 1971, alla Odyssey House di New York, la prima poetaterapeuta ufficiale, lavorando con clienti affetti da dipendenze e vittime di stupro e incesto. La bibliotecaria Eloise Richardson, nel 1974, convinse il Governatore del Maryland a tenere un "Poetry Therapy Day", sponsorizzato dallo Stato del Maryland. Il poeta ed educatore Aaron Kramer, Ph.D., aprì nuovi mondi ai non udenti e a chi presentava disturbi mentali (vedi *Poetry the Healer*, 1973). Il poeta Art Berger, Ph.D., scrisse della poesia come veicolo di scoperta di sé sia per insegnanti, sia per giovani (*Poetry the Healer*, 1973), e usò testi rock, blues e jazz, per stimolare la scrittura nei bambini. Il dottor George Bell (*The Self-Discovery Notebook*, 1990), ministro dell'Ohio, incorporò la poesia nella sua consulenza e sviluppò "la poesia di restituzione", una tecnica che consente al consulente e al consultante di capirsi meglio. Chiaramente, la poetry therapy venne utilizzata con successo con molte categorie di popolazione differenti.

Gli anni Settanta hanno visto anche lo sviluppo di diversi gruppi o istituti di formazione. Arthur Lerner, Ph.D., RPT (*Poetry in the Therapeutic Experience*, 1976), ha fondato il Poetry Therapy Institute sulla costa occidentale. Arleen Hynes (coautrice di *Biblioterapia - The Interactive Process: A Handbook*, 1986), bibliotecaria presso il St. Elizabeths Hospital di Washington, ha fondato la "Tavola rotonda sulla biblioterapia". Morris Morrison ha fondato l'Accademia Americana di Poetry Therapy ad Austin, in Texas. Jennifer Groce Bosveld (autore di *Topics for Getting in Touch*, 1982) ha creato l'Ohio Poetry Therapy Center and Library a Columbus, nell'Ohio.

Publicazioni

Le pubblicazioni riflettono il crescente interesse nel settore. Nel 1927 R.H. Schaffler pubblicò *The Poetry Cure: The Medicine Chest of Verse, Music and Picture*. Sfortunatamente quasi non ci sono dati che indichino come sia stato usato questo precursore delle terapie delle arti creative contemporanee. Nel 1960 lo psichiatra Smiley Blanton scrisse *The Healing Power of Poetry*, basato su diversi anni di pratica. Il dottor Jack Leedy attribuisce il suo primo entusiasmo per la poesia nella pratica psicoterapica a Eli Greifer, che pubblicò un opuscolo, *Principles of Poetry Therapy* nel 1963. Nel 1969, il dottor Leedy aveva motivato diversi professionisti della salute mentale a contribuire con articoli sul loro uso della poesia, da cui nacque la sua raccolta storica, *Poetry Therapy: The Use of Poetry in the Treatment of Emotional Disorders*. Molly Harrower, una psicologa,

uscì con *The Therapy of Poetry* nel 1972. Il dottor Leedy, nel 1973, fornì ulteriori prove dell'uso della poesia portata nella pratica, quando pubblicò *Poetry the Healer*.

Nel 1978, Rhea Joyce Rubin, una bibliotecaria, pubblicò due libri che contribuirono allo sviluppo della teoria e furono preziose prove dello sviluppo di questo campo: *Using Bibliotherapy: A Guide to Theory and Practice*, e *Bibliotherapy Sourcebook*. Nello stesso anno, Arthur Lerner, Ph.D., psicologo clinico, pubblicò *Poetry in the Therapeutic Experience*. Arleen Hynes e Mary Hynes-Berry, nel 1986, hanno fornito a questo campo il primo testo completo, *Bibliotherapy – The Interactive Process: A Handbook*. Nel 1987, la NAPT ha avviato il *Journal of Poetry Therapy: The Interdisciplinary Journal of Practice, Theory, Research and Education* sotto la direzione di Nicholas Mazza, Ph.D., RPT, professore di scienze del servizio sociale.

Negli anni Ottanta e Novanta sono stati pubblicati molti libri e articoli eccellenti sulla scrittura come strumento terapeutico. Il “Journal of Poetry Therapy” è la fonte più ricca e completa della teoria, della ricerca e delle tecniche inerenti la poesiatrapia, sviluppate attualmente.

Lo sviluppo di standard nel campo della poetry therapy

Nel 1980 erano diversi gli istituti che rilasciavano i propri certificati di formazione, ma non erano stati stabiliti requisiti uniformi per la formazione dei poetiterapeuti. Nel 1980, Sherry Reiter, in qualità di vicepresidente dell'APT, convocò una riunione del consiglio che invitava i leader del settore a trattare questioni che impedivano la crescita della professione, come gruppo nazionale delle arti terapie creative.

I leader presenti erano: Jack Leedy, MD, Arthur Lerner, Ph.D., Morris M. Morrison, Ph.D., Akhter Ahsen, Ph.D., Arleen M. Hynes, CPT, Rosalie M. Brown, CPT, RPT, Art Berger, M.Ed., George L. Bell, D.Min., Joy Shieman, CPT, Anthony Pietropinto, MD, Deborah Sklarew Langosch, MSW, CPT, Gilbert Schloss, Ph.D. e Sherry Reiter, MA, CPT.

Da questo incontro emersero due importanti sviluppi: 1) si decise all'unanimità che l'APT diventasse la NAPT, un'associazione nazionale senza scopo di lucro; e 2) Arleen Hynes presiedette un comitato direttivo e divenne la prima presidente di quello che si sviluppò e prese il nome di Federazione Nazionale per la Biblio/Poetry Therapy, un'organizzazione fondata dai primi attivisti della NAPT al fine di consolidare l'eccellenza in questo ambito. Questo gruppo ha ora assunto la funzione di attribuire credenziali ai poetiterapeuti con designazioni come poetiterapeuti certificati (CPT) o poetiterapeuti registrati (RPT).

Kenneth F. Edgar, Ph.D. e Richard Hazley, M.A., che ha svolto alcuni dei primi studi di ricerca sulla poetry therapy negli anni Sessanta, hanno pubblicato una proposta di curriculum per la formazione di poetiterapeuti (vedi *Poetry Therapy*, 1969). La proposta richiedeva l'istituzione di un nuovo percorso di studi che abbracciasse la formazione in psicologia e letteratura. A oggi, nessuna università ha adottato questo approccio, sebbene corsi singoli siano offerti nelle università degli Stati Uniti.

Il primo programma di formazione completo è stato creato nel 1974 da Arleen Hynes, bibliotecaria presso l'ospedale St. Elizabeths, con l'incoraggiamento e il

sostegno di Kenneth Gorelick. Gli standard MD e i criteri per la pratica sono stati al centro dell'attenzione di Hynes e Gorelick, che hanno collaborato con Sherry Reiter, presidente della certificazione APT, che ha reso gli standard di Morris Morrison del 1973 specifici per il programma di formazione dell'Ospedale St. Elizabeths. Rosalie Brown, nel 1976, è stata nominata prima biblioterapista federale, un titolo professionale mai esistito prima. Perseverare nell'intento di avere standard elevati ha contribuito a rendere possibile questo risultato.

Gli standard e i requisiti professionali sono stati stabiliti dal Comitato di Certificazione della NAPT e, a partire dal giugno 2000, la Federazione per la Biblio/Poetry Therapy è l'unica organizzazione abilitata a concedere la Certificazione, la Registrazione e la Facilitazione Applicata nella poetry therapy. La NAPT è l'organizzazione associativa ufficiale che rappresenta poetiterapeuti e facilitatori di poesia applicata. Fornisce informazioni e pubblicazioni, sponsorizza una conferenza nazionale, sostiene l'istruzione, la ricerca e la formazione, rappresenta il campo per altre organizzazioni e promuove la crescita del campo insieme agli interessi dei professionisti e del pubblico. La NAPT è anche una consociata della National Coalition for Creative Arts Therapies Associations (NCCATA).

Il fatto che la poetry therapy sia una forma di terapia “non tradizionale” e che sia ancora nelle sue prime fasi di accettazione da parte del pubblico, rende necessari standard elevati.

La poetry therapy in Italia

Quando nel 1969 negli USA viene fondata la APT, Association for Poetry Therapy si compie un passo fondamentale per lo sviluppo della poetry therapy negli USA. “Oggi in Italia un ente di questo tipo non esiste, e non esiste neppure in molti altri Paesi, nonostante la biblioterapia venga utilizzata come strumento trasversale a molte discipline”².

Eppure c'è chi in Italia ha già compiuto passi decisivi. In questa sezione ci si concentra su tre dei principali studiosi, facilitatori, divulgatori della poesiaterapia: Vezio Ruggieri, anticipatore e promotore di un approccio psicofisiologico alle arti terapie; Antonella Zagaroli, la poetaterapeuta che nel 1992 ha introdotto la poetry therapy americana in Italia; Antonio Lo Iacono, artefice del dialogo tra poeti e psicologi, negli anni Novanta ancora tutto da costruirsi.

Altre figure di rilievo del primo decennio di introduzione della poetry therapy in Italia, quali Gabriele Marciano, Marisa Brecciaroli, Sara Della Giovampaola e Leonora Cupane, raccontano direttamente nella parte delle interviste i loro primi, significativi passi, da loro compiuti nel solco della poesiaterapia.

² Dalla Valle Marco, *Biblioterapia. Strumenti applicativi per le diverse professioni*, QuiEdit, 2018, pag. 35

Prima della poesiaterapia

Nella storia della biblioterapia, disciplina nel cui alveo nasce si sviluppa la poetry therapy, sono indicati tre psichiatri europei che adottano già nel Settecento l'uso del libro e della lettura per fini terapeutici: William Tuke (1732-1822) in Inghilterra, Philippe Pinel (1745-1826) in Francia e Vincenzo Chiarugi (1759-1820) in Italia. L'eredità di quest'ultimo, che utilizzava anche la lettura per trattare i malati psichiatrici, non è stata raccolta da nessun connazionale. Mentre ha attecchito nella cultura anglosassone, in particolare, come abbiamo visto negli Stati Uniti.

La storia delle arti terapie in Italia inizia a prendere forma negli anni Settanta e Ottanta, ad eccezione della biblioterapia e la poesiaterapia, che vengono quasi completamente rimosse.

Rolando Renzoni, fondatore e realizzatore della prima stagione (1994/2007) della rivista "Arti Terapie", nell'editoriale firmato da Sara Della Giovampaola per il quadrimestrale Politecnico (numero 1-2, 2012), rievoca con grande efficacia il clima acerbo, ma carico di aspettative, in cui sono avvenuti i primi incontri fra appassionati delle arti terapie: *"Piccole realtà occulte di arte-terapeuti, come si definivano pur non avendo un titolo riconosciuto in Italia. Alcuni provenivano dalla scuola di danzaterapia riconosciuta di New York, un altro piccolo gruppo operava a Firenze dove andai a trovarli a Via degli Albizi sempre intorno alla metà degli anni '70"*.

I poeti, e quindi la poesia, in Italia in quegli anni non avevano un pubblico né lo volevano, ritenendo per ragioni ideologiche talvolta opposte, la poesia un fatto personale o comunque per pochi, posizione che a lungo andare relegò la poesia nei soli ambienti accademici. Questa condizione elitaria della poesia, che tagliava fuori il resto della società e che implicitamente delegava il rapporto con la gente comune ad altre arti maggiori – specie la musica e il teatro – non portò solo la poesia ad essere considerata da quasi tutti l'ultima e più povera fra le arti, ma indirettamente creò i presupposti per un terreno culturale refrattario alla poesia anche in ambito terapeutico.

Le strade degli stessi pionieri della poetry therapy ma anche, lo vedremo meglio nelle parti 2 e 3 di questa breve ricostruzione storica, quelle dei suoi eredi hanno mantenuto lo stesso imprinting: ogni esperienza o scuola di pensiero ha camminato in assenza, totale o quasi, di un reale scambio e confronto con gli altri operatori del campo. Un isolamento che nel tempo – dagli anni Novanta fino alla nascita nel 2020 della rivista di Poetry Therapy Italia – non solo è rimasto irrisolto ma si è aggravato, tanto da arrivare ad essere ignari non solo delle scoperte degli altri poetiterapeuti e studiosi della materia, ma ignari dell'esistenza stessa gli uni degli altri.

Veziò Ruggieri, precursore psicofisiologico

Se la poetry therapy tutt'oggi resta nel nostro Paese, al contrario che negli Stati Uniti, un oggetto misterioso e sconosciuto, ancor di più lo è la sua storia.

Va detto da subito che delle pratiche affini, assimilabili o pienamente classificabili come poesiaterapia si sono manifestate anche in Italia prima del 1992, anno in cui è avvenuta la sua introduzione. Queste esperienze e scoperte precedenti a tale data vanno considerate appartenenti ad un periodo di "pre-poesiaterapia" non perché

non corrispondono a pratiche di poetry therapy, ma perché non rientrano ancora appieno in un sistema complesso di teorie e pratiche codificate come arte terapeutica a sé stante e come tale divulgata. In quest’ottica la ricerca di Vezio Ruggieri costituisce per originalità e precocità di certi suoi studi, uno dei percorsi più significativi in questo campo.

Questo grande luminaire fin dalla metà degli anni Ottanta ha sviluppato ricerche, seminari e laboratori sugli aspetti psicofisiologici della soggettività, della postura, dell’esperienza estetica e delle arti. Medico, psicoterapeuta, e docente universitario alla Sapienza di Roma, si è dedicato con particolare attenzione alla ricerca teatrale, secondo un nuovo inquadramento psicofisiologico dei rapporti mente-corpo, ma si è concentrato anche, in questo senso, su tutte le arti, poesia compresa.

I primi studi di poesiaterapia sono sviluppati da Ruggieri e il suo gruppo, all’interno di un lavoro d’insieme di tutte le arti in senso terapeutico, presso la Facoltà di Psicologia dell’Università de “La Sapienza” di Roma dove Vezio Ruggieri insegnava Psicofisiologia clinica. Accanto a queste lezioni frontali in cui si esponeva la psicofisiologia, egli teneva dei seminari integrativi in cui il gruppo trattava l’arte in chiave psicofisiologica (capitale esperienziale che ha poi dato vita al suo libro *L’esperienza estetica. Fondamenti psicofisiologici per un’educazione estetica*, edizioni Armando, 1997). “*In questo ambito affrontavamo tutte le arti*” – così racconta lo stesso Ruggieri – “*da un’ottica psicofisiologica che evidenziava e valorizzava i diversi linguaggi delle discipline e trovavamo però, nel loro ambito e nelle loro specificità, un elemento comune rintracciabile nella capacità di rievocazione psicologico-sentimentale che questi linguaggi avevano in chi la produceva e in chi l’ascoltava.*”³

L’applicazione alla poesia di questo nucleo comune risale alla seconda metà degli anni Ottanta, in particolare con le poesie dell’*Antologia di Spoon River* di Edgar Lee Master. Di queste poesie Ruggieri e il suo gruppo analizzavano non soltanto il linguaggio, come la traduzione e la sua resa, ma si concentravano, ad esempio, anche sugli aspetti prosodici del testo visti in chiave psicofisiologica e “*sui contenuti che si riferivano a situazioni psicologiche che venivano presentate come potenziali icone con cui l’ascoltatore che anche conduceva il seminario poteva identificarsi per sviluppare le conseguenze psicologiche che tale identificazione aveva suscitato in lui.*”⁴

Spoon River costituì la prima miniera di esperienze avvenute all’interno del mondo ufficiale-accademico nella Facoltà di Psicologia dell’Università “La Sapienza” di Roma, dove Ruggieri propose dalla metà degli anni Ottanta e per tutti gli anni Novanta queste discipline integrative all’insegnamento di Psicologia Clinica.

Nel 2002 Ruggieri compie un ulteriore salto di approfondimento della sua ricerca, unica in Italia, fondando l’AEPCCIS (Associazione Europea Psicofisiologi Clinici per l’integrazione Sociale), diventandone presidente e punto di riferimento imprescindibile. Qui col suo gruppo sviluppa pratiche esperienziali artistiche in un contesto sottolineato sempre in termini psicofisiologici, cioè nei suoi fondamenti produttivi e di vissuti mente-corpo. Della scuola fanno parte due psicologi, Gabriele Marciano e Sara Della Giovampaola, che più degli altri docenti dell’Aepccis adotteranno la poesia come arte terapeutica.

³ Da *Storia della poesiaterapia: intervista a Vezio Ruggieri*, pag. 22

⁴ Da *Storia della poesiaterapia: intervista a Vezio Ruggieri*, pag. 22

La tecnica della identificazione e la “decodificazione imitativa” che Ruggieri approntò e che il suo gruppo di ricerca con lui adottò e sviluppò nelle prime esperienze avvenute nella Facoltà di Psicologia, furono successivamente trasferite nell’ambito dell’Associazione Europea Psicofisiologici Clinici, con la scuola in psicoterapia ad andamento psicofisiologico, ed hanno allargato il campo di azione a diversi settori, diventando oggetto della stessa tecnica riflessiva nell’identificazione proiettiva e della “decodificazione imitativa”. Tutti questi meccanismi si sono estesi all’analisi della poesia, come ad esempio quella di Leopardi, affrontata in particolare da Sara Della Giovampaola, o all’opera rock “The wall” dei Pink Floyd che invece ha trattato Gabriele Marciano, naturalmente ognuno mettendo a punto il proprio specifico modo di fare poesiaterapia.

La “decodificazione imitativa” è uno dei processi centrali teorizzati e sperimentati da Vezio Ruggieri e il suo gruppo, che così la spiega: *“Il nucleo dell’arte, dell’esperienza artistica, ripete ciò che sperimentalmente abbiamo trovato grazie a una ricerca che risale al 1986, quindi prima ancora della conoscenza dei neuroni mirror. In questa ricerca si chiedeva ai partecipanti di decodificare visivamente un volto che esprimeva emozioni. Contemporaneamente si misurava nei partecipanti le variazioni muscolari mimiche (ad esempio nel labbro superiore) in rapporto alle singole immagini decodificate. Che cosa è emerso? Che quando, per esempio, nell’esecuzione dell’emozione era interessata una parte del labbro, era presente una variazione dell’intenzione muscolare significativamente in modo statistico differente dalle condizioni di base anche nei partecipanti, che micro imitavano e riproducevano, in modo inconsapevole, quello che era alla base del gesto che l’immagine aveva esibito. Lo spettatore se una bambina ad esempio faceva una smorfia, riproduceva questa smorfia, non evidentemente, ma per alcuni parametri muscolari che avrebbero tracciato nel loro sviluppo la smorfia ma tanto era sufficiente questo piccolo accenno imitativo/riproduttivo per rendere consapevole il soggetto di vissuti sottesi al comportamento smorfia.*

Questo concetto di decodificazione imitativa è variamente applicato anche nelle arti e nella poesia, in cui non si fanno misure muscolari ma si richiede di analizzare il vissuto del partecipante in rapporto alla variazione complessa dello stimolo poetico. Naturalmente il discorso è molto più esteso e interessante di questa mia schematica definizione, perché l’elemento poetico ha tanti elementi evocativi, non soltanto il contenuto, la forma, il ritmo, la musicalità e così via...”⁵

Antonella Zagaroli, pioniera della poetry therapy in Italia

La poetry therapy così intesa è stata importata in Italia da Antonella Zagaroli, poeta e counselor, direttamente dagli USA, Paese in cui è nata, si sviluppa e si afferma come arte terapia autonoma, e quindi non ibridata o inserita in percorsi di aiuto che prevedevano in prevalenza l’impiego di altre arti terapie, già sviluppate in Italia prima del ’92.

Già prima degli anni Novanta ci furono diverse personalità che, in modo occasionale o tangenziale, hanno promosso all’interno di percorsi di musicoterapia, drammaterapia, biblioterapia, medicina narrativa, anche la poesia

⁵ Da *Storia della poesiaterapia: intervista a Vezio Ruggieri*, pagg. 22-23

con fine terapeutico, tuttavia, le prime pratiche in Italia basate sulla poetry therapy sono state compiute dalla poetaterapeuta Antonella Zagaroli dal 1992, sulla scorta di una formazione di *poetry therapist* maturata negli Stati Uniti con la NAPT e completata, dopo un percorso triennale, con un Master in Poetry Therapy a Washington nel 1996.

Antonella Zagaroli aveva superato di poco i trentacinque anni quando nel 1991 comincia ad acquisire una formazione di tipo internazionale. Infatti, diventa membro della European Association for Counselling (EAC), partecipa al IV Congresso Internazionale di Psicoterapia della Gestalt a Siena, ma soprattutto compie questo suo primo viaggio negli USA invitata dalla NAPT a partecipare ad una loro conferenza.

L'anno successivo, in cui tiene il primo intervento al Convegno di Boston (1992), viene invitata dalla stessa NAPT a farsi portatrice in Italia della poetry therapy, cosa che effettivamente fece, attivando da subito laboratori e seminari presso l'ASPIC, da lei guidati con a fianco uno psicoterapeuta, inaugurando così il suo ruolo di traghettatrice e "ambasciatrice" della poetry therapy americana in Italia.

Dopo quella "investitura" il suo rapporto con la NAPT si consolidò ulteriormente diventando membro della NAPT fin dal 1992, frequentando i seminari di formazione da loro proposti e partecipando alle Conferenze Internazionali di Poetry Therapy di Minneapolis (1994) e Baltimora (1996). Inoltre, traduce e pubblica suoi articoli con la NAPT (dal 1995). Conseguisce il Master in Poetry Therapy nel 1996 presso la National Poetry Therapy di Washington, dopo 3 anni di stages conclusi sempre a Washington, presso lo Psychiatric Hospital S. Elisabeth e il Center for Abuse Recovery Empowerment of Psychiatric Institute.

Chiude il cerchio del suo percorso di formazione e divulgatrice della poetry therapy in Italia, invitando Ken Gorelick e Peggy Osna Heller, figure eminenti della NAPT e suoi supervisori, a tenere a Roma un seminario rivolto a psicoterapeuti e counsellors.

Ma come la vita della Zagaroli prese la tangente diretta verso la Poetry therapy lo racconta lei stessa:

“Alla fine degli anni ottanta, durante una terapia terminata nel 1992, a cui poi affiancai la formazione triennale in Counseling professionale (Gestalt Therapy presso ASPIC di Roma), mi accorsi che le poesie che avevo scritto e già pubblicate e quelle composte anni prima “mi avevano preceduto nella consapevolezza” (così dissi al mio psicoterapeuta durante una seduta) e continuavano a precedermi anche nei comportamenti, nelle difficoltà espressive con gli altri. Con loro però mi sentivo libera. Fin da piccola avevo cominciato a scrivere per isolarmi e contemporaneamente per trovare la mia libertà. Sembrava un paradosso ma questo compresi nel periodo di quella terapia.

Negli stessi giorni alla scuola di Gestalt era pervenuta dagli Stati Uniti una lettera corredata da alcuni articoli da parte del NAPT (National Association for Poetry Therapy).

Il terapeuta mi disse di leggerla perché forse mi avrebbe in qualche modo interessato. Era il 1991. La lessi, e facendomi coraggio scrissi dicendo chi ero e cosa stavo facendo in Italia. Il Presidente di

allora, George Bell, con mio sommo stupore, mi rispose e mi invitò ad andare negli Stati Uniti.

Accettai e per quattro anni partecipai alle loro Conferenze annuali e ai seminari. L'ultimo anno, nel 1996, a Washington oltre a fare esperienza negli ospedali fui in supervisione con due psicoterapeuti che mi avevano concesso di occuparmi di due loro pazienti per un mese. Non dimenticherò mai Ken Gorelick e Peggy Osna Heller, della NAPT, grandi persone anche dal punto di vista umano, che mi incoraggiarono nell'idea di portare avanti questa tecnica in Italia, infatti già l'anno precedente (1995) avevo fondato LAUBEA Associazione di Poesia nella Psicologia proprio con questo scopo. Nel 1997 poi ebbi la gioia di averli ospiti a Roma per un seminario rivolto a psicoterapeuti e counsellors.

In Italia comunque i primi seminari di Poetry Therapy cominciai a tenerli già nel 1992 all'interno dell'ASPIC, e con la supervisione di uno psicoterapeuta. I miei interlocutori erano adulti e gli incontri si tenevano durante weekend e in speciali situazioni naturali.

Dopo queste prime esperienze proseguii l'attività con la mia Associazione LAUBEA.

Fin da subito compresi che l'unico modo perché la tecnica di Poetry Therapy fosse efficace era quello di permettere alle persone di comprendere e vivere la poesia e l'arte tutta come qualcosa di molto personale, in qualche modo anche quotidiana, e non al chiuso di esperimenti accademici.”⁶

Sul fronte italiano non è meno attiva. Nel 1993 si diploma, dopo un corso triennale, in Counselling Professionale – Gestalt Counselling e Supervisione – presso ASPIC (Associazione per lo sviluppo psicologico dell'individuo e della comunità), di indirizzo gestaltico rogersiano.

A latere di una lunga psicoterapia personale prima gestaltica, poi junghiana e di supervisione dal 1993 sia in Italia che negli Stati Uniti ha cominciato a praticare il counselling individuale e di gruppo con adulti e giovani per stimolare l'autosostegno e la consapevolezza.

Negli anni Novanta oltre a fondare, sulla falsariga della consorella NAPT, la LAUBEA, concepita dalla Zagaroli come associazione italiana di “Poesia nella Psicologia”⁷, fonda anche l'ASPIC Counselling e Cultura di Roma (1994), di cui è stata Presidente dal 1994 al 1995, e fonda nel 1997 la Società Italiana di Counselling (SICO) di Roma.

Sul piano della divulgazione resta importantissima la pubblicazione, nel 1994, del suo libro *Counseling e poesia. Linguaggio poetico e comprensione di sé* (edito da ASPIC), che viene adottato dalla facoltà di Psicologia di Roma dal 1995 al 1997.

Attraverso il lavoro professionale fuori e all'interno di LAUBEA organizza vari incontri formali e informali fra poeti e psicologi di varie scuole per iniziare un confronto e una collaborazione fra il linguaggio della poesia e quello della

⁶ Da *Storia della poesioterapia: intervista a Antonella Zagaroli*, pagg. 23-24

⁷ L'associazione è stata poi ribattezzata LAUBEA, Associazione Italiana Linguaggio Poetico e Consapevolezza. Antonella Zagaroli, dal 1995 ad oggi Presidente della Laubea, quest'anno ha chiesto e ottenuto di far riconoscere questa associazione come ONLUS.

psicologia. Sempre con lo scopo di una lettura consapevolizzata ha promosso e organizzato manifestazioni locali e nazionali fra le altre: Poesia e traduzione (Roma, 1997) Schegge di Poesia, musica e poesia a passeggio fra le diverse emozioni (Roma, 1999). Conduce gruppi alla pari fra counsellors e psicoterapeuti in Italia presso la l'ASPIC di Roma (1995-1998) e per gli specializzandi in psichiatria presso la cattedra di Psichiatria dell'Università di Siena (2001). La figura che a Siena più si prodigò per la divulgazione della poetry therapy fu Mario Antonio Reda, Professore di Psicologia Clinica e Psicoterapia, che qui racconta in sintesi il primo incontro con la Zagaroli e i successivi sviluppi:

Il mio incontro con la poesiaterapia avvenne nel 1997 a Siena. Io ero Professore di Psicologia Clinica all'università di Siena facoltà di medicina e dirigevo l'Istituto e la Scuola di Specializzazione in Psicologia clinica e Psicoterapia. Nell'ambito della formazione scientifico didattica invitai vari docenti a fare lezioni e conferenze. Ricordo che in quegli anni invitai tra gli altri Maria Stefanova una sciamana siberiana che parlò della sua esperienza in Buriazia. In questo contesto ospitai una conferenza di Antonella Zagaroli che introdusse il tema di Counseling e Poesia presentando il suo libro edito da Aspic. Ulteriori incontri con Antonella hanno aperto discussioni e interessi reciproci per il possibile utilizzo della poesia per attivare e facilitare il contatto e il riconoscimento di emozioni collegate a livello tacito al proprio senso di identità personale come espressione del nucleo organizzativo di base della persona e a livello esplicito ai propri significati personali in un percorso di consapevolezza. Nell'ambito di una Psicoterapia e attraverso la relazione terapeutica si discuteva di come la poesia potesse essere poi utilizzata per facilitare il contatto con emozioni bloccate o confuse integrandole nel proprio senso di coerenza interna.⁸

Ancora oggi Antonella Zagaroli attiva laboratori nelle scuole e in pubblico, durante i quali propone la lettura di testi poetici e narrativi che favoriscano un approccio diretto e personalizzato con la parola scritta. Il suo principio di riferimento è quello secondo cui la letteratura è patrimonio comune a cui ognuno accede seguendo la propria libera sensibilità, senza termini di paragone o di giudizio e attraversando le emozioni che sopraggiungono: rabbia, tristezza, dolore, gioia, piacere. *“In seguito alla formazione americana, infatti, ho sempre di più sperimentato che la tecnica della Poetry Therapy permette al paziente di esprimere se stesso, prima attraverso le parole dei grandi poeti, poi, lentamente, tramite la composizione di scritti propri o dell'espressione artistica più adatta. È un sistema che indaga sui personali sentimenti senza il trauma del confronto diretto con il proprio stato emotivo perché ciò che cura è il fatto che la persona abbia un pretesto per raccontarsi e per farlo è necessaria la parola giusta. Ma sono fondamentali anche il silenzio del paziente, cioè le pause della poesia, il ritmo, i vuoti della parola scritta e quindi le pause del fruitore. Negli scritti del poeta e/o dello scrittore la persona riconosce lo spirito affine le cui espressioni*

⁸ Risposta di Mario Antonio Reda alla mia domanda: “Quando, dove e come hai iniziato a occuparti di Poetry Therapy?”. Email di risposta ricevuta in data 13 maggio 2020.

manifeste lo rassicurano. Il fatto di riconoscere i propri conflitti e sentimenti in un testo altrui induce ad accettarli.”⁹

Antonio Lo Iacono, tra poesia e psicologia

Negli anni novanta la poesiaterapia non si afferma, ma resta un’esperienza che trova raramente un terreno favorevole alla sua divulgazione. In questo senso un ruolo molto importante e meritevole l’ha senz’altro avuto Antonio Lo Iacono, psicoterapeuta e poeta, che tra il 1992 e il 1996 organizza, tra le molte altre attività, tre eventi in cui principalmente poeti, artisti, psicologi e psichiatri, sono chiamati e spinti a confrontarsi artisticamente e intellettualmente sul rapporto tra poesia e psicologia.

Questa attività di scambio tra poeti e psicologi, promossa da Lo Iacono, ha il merito di porre in relazione i rappresentanti di poesia e psicologia, mondi che in Italia fino a quel momento parevano correre su binari paralleli, nonostante sia Freud che Jung avessero individuato la straordinarie connessioni esistenti tra inconscio e fare poetico.

Ne *La Metafora dell’Utopia* (presso un Convento a Riano Flaminio, aprile 1992), organizzato dalla Associazione Italiana Psicologia Applicata, oltre alla presentazione performances poetiche, danze folkloristiche e sperimentazioni musicali, furono previste da Lo Iacono anche interpretazioni psicologiche di poesie e di autori.

In *Navigando di...versi* (presso il Teatro degli Archi, Roma, 1994), in cui sono avvenute performance musicali, drammatiche con attivazioni di danza e poesia davanti e dietro il sipario, è importante rispetto alla ricostruzione storica perché per la prima volta, tra gli ospiti invitati da Antonio Lo Iacono c’è anche Antonella Zagaroli.

Il lavoro culturale di Lo Iacono nel far dialogare poeti e psicologi raggiunge la sua piena maturazione con *Psicopoeticamente*, convegno organizzato dalla Società Italiana di Psicologia (Palazzo Barberini, Roma, giugno 1996). Il programma prevedeva poeti che recitavano accompagnati da una violinista e un flautista, ma soprattutto vedeva gli psicologi con i poeti dibattere sul valore espressivo e terapeutico della poesia. Parteciparono oltre allo stesso Antonio Lo Iacono, Antonella Zagaroli, Leonardo Ancona, psichiatra e psicoanalista, Maria Luisa Spaziani, poeta, Mario Lunetta, poeta, Bianca Garufi, poeta e psicoanalista, Elio Pecora, poeta, Beppe Sebaste, scrittore, Carlo Bordini, poeta, Claudio Cundari, psichiatra e poeta, Antonio Veneziani, poeta, Carlo Villa, scrittore e poeta, Armando Gnisci, poeta e docente di Letteratura Comparata presso l’Università “La Sapienza” di Roma, Cecilia Apolloni Ghetti, poeta, Vittorio Mori, architetto e poeta.

Antonio Lo Iacono oltre al ruolo di promotore del dialogo tra poesia e psicologia, apre la strada alla poetry therapy anche attraverso la sua ricerca da poeta. Scrive nel suo libro del 2008 *Respirando le emozioni: Psicofisiologia del Benessere*:

“La psicopoesia (Poetry therapy) è molto praticata negli Stati Uniti; in Italia è ancora poco conosciuta ma in fase di sviluppo.

⁹ Dalla sua bio inviata per la rivista Poetry Therapy Italia.

Antonella Zagaroli, e il sottoscritto, (anche attraverso il libro “Navigando: poesie terapeutiche” stampato da Peraldo editore nel 1994), sono stati i pionieri di questa disciplina nel nostro paese.”

Questo stralcio di Lo Iacono è indicativo per più aspetti: nel 2008 la Poetry therapy che lui traduce col termine di “psicopoesia” è ancora poco conosciuta, anche se in fase di sviluppo; che riconosce come altri la maternità dell’introduzione della poetry therapy ad Antonella Zagaroli; che insieme a lei afferma un proprio ruolo di pioniere; che in quegli anni come poeta componeva “poesie terapeutiche”. Ma come nacquero? Come venivano utilizzate allora queste composizioni?

“Ho scritto e pubblicato Navigando per me soprattutto, con un sano egoismo fluido, come spesso dico. Poi visto che ogni volta che mi rileggevo mi sentivo meglio, se ero arrabbiato mi calmavo, se ero malinconico sentivo gioia, se ero confuso il vento portava via le nuvole dalla mia testa, ho cominciato a pensare che poteva essere un attivatore terapeutico anche per i miei pazienti e allievi. Così è stato infatti, non solo per la mia esperienza personale ma anche per quella di miei ex allievi che ogni tanto mi chiedevano una mia poesia da usare nel setting. Quindi questa avventura della poesia terapeutica è nata spontaneamente, per caso, drammatogenicamente, per sincronia, per serendipità...poi ho incontrato altri poeti tra cui Antonella Zagaroli, che come molti avevano pensato alla terapeuticità della poesia, ci siamo confrontati, abbiamo organizzato degli eventi con poeti e terapeuti. Così è nato il titolo di Navigando: poesie terapeutiche. Un libro, il mio primo libro di poesie, stampato subito in 1500 copie, senza che l’editore mi avesse chiesto una lira, cosa rara per i libri di poesia, soprattutto per i poeti esordienti. Quindi il mio libro è stato sperimentato, anche se in modo non scientifico, poiché psicoterapeuti e poeti si confrontano continuamente con la propria soggettività e con quella degli altri, quindi non tutto ciò che può funzionare terapeuticamente deve per forza essere poetico e non tutto ciò che sentiamo poetico può tradursi sempre in un’azione terapeutica. Non avevo, comunque bisogno di dimostrare l’aspetto terapeutico della poesia, visto che molti altri nei secoli prima di me hanno cercato di esprimerlo in tanti modi, io l’ho semplicemente incontrata su di me, per fortuna, ne sono un testimone che ha incontrato altri testimoni e posso dire che, in qualche caso, la poesia può salvare la vita...comunque gli dà un senso...”¹⁰

Antonio Lo Iacono usa “psicopoesia” come corrispondente italiano del termine Poetry Therapy, mentre Antonella Zagaroli ha sempre impiegato la definizione americana. Sempre in *Respirando le emozioni: Psicofisiologia del Benessere* descrive le caratteristiche principali di quella che lui chiama psicopoesia, termine quest’ultimo che sembrerebbe più riconducibile alla “psicopoetry” che però

¹⁰ Da *Storia della poesia terapia: intervista a Antonio Lo Iacono*, pagg. 27-28

Monica Monaco, psicologa, distingue dalla poesiaterapia in quanto la prima *“parte da obiettivi psicologici e comportamentali che si intendono raggiungere e utilizza la poesia con tecniche idonee a favorire tali esiti psico-sociali”*¹¹. Ma al di là del termine adottato, restano intatti sia l’uso intenzionale della poesia per fini terapeutici, sia più in generale l’uso della poesia come forma di aiuto nella crescita personale o di gruppo:

“... le finalità della psicopoesia sono: 1. Quella di sviluppare la sensibilità per capire e sentire se stessi e gli altri; 2. Implementare le attitudini alla comunicazione interpersonale; 3. Sedare le emozioni eccessive rilassando l’attenzione, quindi la tensione; 4. Trovare nuovi significati per mezzo di nuove idee e intuizioni, promuovendo un continuo scambio per incrementare le abilità di fronteggiamento della realtà e le funzioni di adattamento. Del resto la poesia è stata sempre considerata un prodotto intimo ed uno strumento per esprimere i propri bisogni e desideri, i propri disagi, le proprie passioni amorose e/o di libertà. L’emisfero destro è la sede del pensiero immaginativo che associa per immagini successive, mentre quello sinistro è un pensiero più strategico e consapevole che tende a controllare l’istinto creativo collegato con le emozioni. Attraverso la poesia letta e scritta si riesce a collegare questi due nostri cervelli, e scoprendo le nostre parti più sconosciute, imparando a confrontarsi con la nostra molteplice identità, autorealizzando una autoconsapevolezza che ci definisce e ci aiuta a scegliere la qualità dell’esistenza.”¹²

Lo Iacono nel finale ragiona su uno dei grandi temi della psiche umana, la funzione e la relazione tra i due emisferi cerebrali. Problema centrale anche dalla Zagaroli che già in *Counseling e poesia* aveva evidenziato come è *“essenzialmente attraverso l’intervento dell’immaginario e in genere dell’attività immaginifica e simbolizzatrice del suo pensiero che l’uomo riesce a costruire un suo modo interno, una matrice creativa svincolata dalle pesanti catene di una rigida razionalità”*.¹³

Refrattarietà dell’Italia alla poetry therapy

Per tutti gli anni Novanta l’intenso operato di Antonella Zagaroli, in quanto poeta terapeuta, resta pressoché unico, anche perché unica in Italia a potersi definire tale. Abbiamo notato che le poche e sporadiche esperienze vengono sviluppate da figure isolate, perché – come mi ha raccontato la stessa Zagaroli – i tempi non erano ancora maturi: chi come lei in quegli anni proponeva poesiaterapia veniva percepito come spurio e mal digerito tanto dai poeti quanto dagli psicologi.

Counseling e poesia e le sue iniziative, portate avanti in autonomia o concertate insieme a Lo Iacono, trovano poco seguito. L’introduzione della poetry therapy in Italia non solo è tardiva rispetto a diversi paesi d’Europa, ma avviene abbastanza in sordina, condizione che ha dilatato negli anni successivi la sua introduzione. La dice lunga che spesso molte pratiche di poesiaterapia successive al 1992 non sono

¹¹ http://www.benessere.com/psicologia/arg00/poesia_terapia.htm

¹² <https://psicopoema.wordpress.com/about/>

¹³ 1994, Zagaroli Antonella, *Counseling e poesia*, Aspic, Roma, pag. 21

state definite o promosse come tali dagli stessi praticanti. Basterebbe paragonare il percorso di diffusione nel nostro Paese delle altre arti terapeutiche, per poter affermare che la sua diffusione sta cominciando ad attecchire in Italia solo in tempi recentissimi. Tanto è vero che fra gli stessi, contati, operatori non è mai stato adottato un termine comune per indicare questa arte terapeutica. Infatti in questi vent'anni, la definizione "Poetry Therapy", è stata tradotta e riformulata in Italia con più termini: "Psicopoesia", "Poetry terapia", "poesiaterapia"; c'è chi ha distinto la "Psicopoetry" dalla "poesia-terapia"; per uscire da questa giungla il gruppo Mille Gru nel tradurre il manuale *Poetry Therapy. Theory and practice* del pioniere americano Nicholas Mazza (prima edizione, 2004) ha scelto di preservare la definizione americana originale, traducendola al limite in italiano con la parola poesiaterapia, termine scelto anche alla luce del fatto che in italiano tutte le altre arti terapie sono state convenzionalmente scritte con la stessa modalità, ovvero: arteterapia, musicoterapia, danzaterapia, teatroterapia, drammaterapia.

Questo caos terminologico ventennale la dice lunga su quanto la poetry therapy sia rimasta misconosciuta o poco trattata anche dagli operatori e riviste di arti terapie. Quei pochi psicologi/poeti che l'hanno praticata, spesso solo su di sé, anche prima che Antonella Zagaroli la importasse dagli USA in Italia, erano perlopiù di formazione junghiana e partivano dalle ricerche sviluppate per trent'anni da Gustav Jung e confluite in *Psychologie und Dichtung*, 1922-50, diffuse per intero in Italia solo dal 1 maggio 1979 quando la Bollati Boringhieri lo pubblica col titolo *Psicologia e poesia*.

Naturalmente si era già da tempo a conoscenza degli studi sulle connessioni fra psicanalisi e versi poetici di Freud, inoltre dai primi anni Settanta prendono a diffondersi la "teoria e la pratica della Terapia della Gestalt". E corre di pari passo con l'affacciarsi della Biblioterapia anche in Italia.

Ma il 1992 è un anno decisivo per almeno altre due iniziative culturali che vanno interpretate come segni di un cambiamento. Aldo Carotenuto e un gruppo di psicologi analisti, psicoterapeuti, medici e cultori di psicologia del profondo fondano il 30 ottobre 1992 il Centro Studi di Psicologia e Letteratura, con l'intento di promuovere "iniziative culturali volte a individuare i nessi tra psicologia, psicoterapia e mondo della creazione artistica"; Donatella Bisutti pubblica per Mondadori un libro che, anche se non è classificabile appieno come testo di poetry therapy, imprime con suo titolo "La poesia salva la vita", l'idea che la poesia possa svolgere un ruolo non solo estetico ma anche salvifico, di aiuto per "capire noi stessi e il mondo attraverso le parole".

Tra gli addetti ai lavori che con Lo Iacono, Reda e il sottoscritto conferiscono ad Antonella Zagaroli un ruolo di pioniera della poetry therapy in Italia c'è Marisa Brecciaroli, la quale già nella seconda metà degli anni Novanta ha avviato a Bergamo pratiche significative di poesiaterapia, sollecitata dalla Zagaroli. Lo stesso accade con Carlo Di Bernardino, psicoterapeuta cognitivo, presso il Centro di Psicologia Clinica a Pescara. Non mancano testate giornalistiche nazionali italiane e estere che le riconoscono questo ruolo. Su questo aspetto la letteratura non manca.

Le città in cui si sperimentano attività di poetry therapy sono diverse, ma è Roma quella in cui si muovono quasi tutte le principali figure che, con una certa continuità, fanno ricerca nel campo della poetry therapy.

Gabriele Marciano, dal 1994, avvia un cammino proprio, isolato, sempre a Roma dove operano anche la Zagaroli e Ruggieri, per poi tenere presso l'Aepcis prima un corso sull'età evolutiva e successivamente il corso di poesiaterapia. Sara Della Giovampaola si occupa di poetry therapy dal 2000 ed è parte del corpo docenti della scuola Aepcis dall'anno della sua fondazione.

Da quanto riportato nel suo *Manuale di arte terapia poetica. La poesia per liberare il nostro inconscio*¹⁴, Giuseppe Bartalotta, psicoterapeuta analista, certamente nel 2001 (anno in cui poi è morto), se non prima, opera a Roma indagando con laboratori e seminari l'uso intenzionale della poesia a fini terapeutici. Antonella Zagaroli in una nostra conversazione ricorda che quando alla fine degli anni Novanta si conobbero, lei gli parlò della poetry therapy e lui, non conoscendola come arte terapeutica a sé stante, si incuriosì e la approfondì poi in autonomia, integrando questi nuovi saperi, con quanto già esperito e raccolto nel suo *Manuale di arte teatro terapia* (Ed. T.E.R. 1998).

Lontana da ogni connessione con altri facilitatori o promotori, Leonora Cupane, a Palermo, dal 2001, avvia pratiche di poesiaterapia incentrate sulle scritture autobiografiche ma non solo, dopo un decennio di studi altamente formativi sia in ambito poetico che psicoterapeutico.

Secondo l'esperienza della Zagaroli la Poetry Therapy si può utilizzare con efficacia soltanto se si possiede un ampio catalogo letterario di riferimento e ci si è formati nelle tecniche psicologiche. Certamente quale formazione debba avere un poeta terapeuta, nonché quali saperi ed esperienze comuni debbano maturare i poeti terapeuti italiani, al di là dei percorsi e declinazioni personali, rappresentano due nodi principali da sciogliere.

Va considerato che nel territorio di un'arte terapeutica ancora patria di nessuno, perché non riconosciuta né regolamentata, chi attualmente in Italia potrebbe essere definito poetaterapeuta, arriva fondamentalmente da due versanti: quello della psicologia e quello della poesia tout court, anche se non mancano figure che hanno acquisito una formazione robusta e riconosciuta su entrambe le sponde. Da un lato diversi psicologi sono approdati alla poesiaterapia, costruendo sul campo un apprendistato di conoscenza della poesia stessa, imprescindibile per attuare pratiche di poetry therapy. Dall'altro molti poeti, soprattutto quelli nati dagli anni Settanta in poi, pur non avendo una formazione in psicologia, sono approdati alla poetry therapy dal versante della poesia, costruendo sul campo una propria formazione da poeta terapeuta. Penso, ad esempio, a figure come Silvia Monti, Silvana Kultz, il sottoscritto, Azzurra D'Agostino, Francesca Matteoni, Isabella Leardini e Valerio Grutt, non psicologi e né psicoterapeuti che hanno sviluppato pratiche di poesiaterapia significative.

Nessuno attualmente nel nostro Paese potrebbe dirsi "poetaterapeuta", probabilmente nemmeno chi come Antonella Zagaroli ha conseguito il titolo da un ente straniero riconosciuto (come ad esempio la NAPT). Purtroppo in Italia, allo

¹⁴ Editato nel 2003, il testo data la scomparsa di Giuseppe Bartalotta, è stato rivisto e corretto da Angela Maria Bartalotta. Il libro è uscito, con prefazione di Aldo Carotenuto, come sesta pubblicazione della collana Nuova Biblioteca di Arti Terapie, diretta da Vezio Ruggieri.

stato attuale, i diversi profili professionali delle arti terapie si basano prevalentemente su una sola specifica disciplina artistica di vertice (Arte plastica pittorica visiva, Coreutica, Musicale, Teatrale, Drammatica), in base alla quale la norma UNI definisce i seguenti cinque distinti profili professionali: arteterapeuta, danzavimentoterapeuta, musicoterapeuta, teatroterapeuta e drammaterapeuta. Nelle arti terapie la poesia non è concepita come disciplina artistica di vertice e quindi la poesiaterapia non è riconosciuta (al pari della biblioterapia) come arte terapia autonoma e di conseguenza nemmeno il poetaterapeuta, può essere riconosciuto come profilo professionale.

Su queste problematiche è necessario aprire un fronte di discussione e un processo di riconoscimento, al pari delle altre, sia della poesiaterapia che della biblioterapia come arti terapeutiche specifiche.

Interviste per una letteratura della poetry therapy

In questa sezione sono riportate le testimonianze di alcuni dei protagonisti della prima decade di questa breve ricostruzione storica della poetry therapy in Italia.

Tutti gli intervistati sono partiti dalla risposta alla medesima domanda: “Quando, dove e come hai iniziato a occuparti di poetry therapy?”. Laddove necessario e possibile, a questa domanda ne sono state integrate altre di approfondimento.

Gli stralci di interviste riportati nella parte precedente sono stati mantenuti anche in questa sezione, nonostante si ripetano, per non compromettere l'integrità della testimonianza diretta dell'intervistato e quindi la validità del documento.

Storia della poesiaterapia: intervista a Vezio Ruggieri

Quando, dove e come hai iniziato a occuparti di poetry therapy?

La poesiaterapia è nata nel nostro gruppo di lavoro durante le lezioni che tenevo alla Facoltà di Psicologia dell'Università La Sapienza di Roma, dove insegnavo Psicofisiologia clinica. Accanto alle lezioni frontali, in cui si esponeva la psicofisiologia c'erano dei seminari integrativi che affrontavano l'esperienza estetica in chiave psicofisiologica, su questo ho pubblicato un libro: *L'esperienza estetica. Fondamenti psicofisiologici per un'educazione estetica* (edizioni Armando, 1997). In questo ambito affrontavamo tutte le arti – il teatro, la musica, la danza e la poesia – da un'ottica psicofisiologica che evidenziava e valorizzava i diversi linguaggi delle discipline e trovavamo però, nel loro ambito e nelle loro specificità, un elemento comune rintracciabile nella capacità di rievocazione psicologico-sentimentale che questi linguaggi avevano in chi la produceva e in chi l'ascoltava.

L'applicazione alla poesia di questo nucleo comune risale alla seconda metà degli anni Ottanta. Uno dei fulcri era il confronto per esempio con le poesie di Spoon River. Di queste poesie si analizzava non soltanto il linguaggio, come la traduzione e la sua resa, ma anche i contenuti e la forma di questo linguaggio (il ritmo per esempio), da contenuti che si riferivano a situazioni psicologiche che venivano presentate come potenziali icone con cui l'ascoltatore che conduceva anche il seminario poteva identificarsi per sviluppare le conseguenze psicologiche che tale identificazione aveva suscitato in lui.

Quindi Spoon River è stata la prima miniera. Da questa esperienza, in un mondo ufficiale-accademico nella Facoltà di Psicologia dell'Università di Roma La Sapienza (appunto come discipline integrative nell'insegnamento di Psicologia Clinica, materia che adesso non viene più insegnata perché sono andato in pensione), si è passati alla costruzione di una scuola di arti terapie che si basava sugli stessi concetti che ho espresso prima e che teneva conto di queste dimensioni esperienziali artistiche, in un contesto sottolineato sempre in termini psicofisiologici, cioè nei suoi fondamenti produttivi e di vissuti mente-corpo.

Ecco, questo è ciò che si è sviluppato finora. La tecnica dell'identificazione e la "decodificazione imitativa" che abbiamo usato nelle prime esperienze nella Facoltà di Psicologia, si sono trasferite nell'ambito dell'Associazione Europea Psicofisiologici Clinici, con la scuola in psicoterapia ad andamento psicofisiologico, e hanno allargato il campo d'azione a diversi settori, per cui oggetto della stessa tecnica riflessiva e nell'identificazione proiettiva e della "decodificazione imitativa". Tutti questi meccanismi si sono estesi all'analisi della poesia di Leopardi, all'opera rock "The wall" dei Pink Floyd che ha trattato Gabriele Marciano ecc.

Però, a questo punto, è importante spiegare cos'è la "decodificazione imitativa". Il nucleo dell'arte, dell'esperienza artistica, ripete ciò che sperimentalmente abbiamo trovato grazie a una ricerca che risale al 1986, quindi prima ancora della conoscenza dei neuroni *mirror*. In questa ricerca si chiedeva ai partecipanti di decodificare visivamente un volto che esprimeva emozioni. Contemporaneamente si misurava nei partecipanti le variazioni muscolari mimiche (per esempio nel labbro superiore) in rapporto alle singole immagini decodificate. Che cosa è emerso? Che quando, per esempio, nell'esecuzione dell'emozione era interessata una parte del labbro, era presente una variazione dell'intenzione muscolare

differentemente significativamente in modo statistico dalle condizioni di base anche nei partecipanti, che micro imitavano e riproducevano, in modo inconsapevole, quello che era alla base del gesto che l'immagine aveva esibito. Lo spettatore, se una bambina ad esempio faceva una smorfia, riproduceva questa smorfia, non evidentemente, ma per alcuni parametri muscolari che avrebbero tracciato nel loro sviluppo la smorfia ma tanto era sufficiente questo piccolo accenno imitativo/riproduttivo per rendere consapevole il soggetto di vissuti sottesi al comportamento smorfia.

Questo concetto di decodificazione imitativa è variamente applicato anche nelle arti e nella poesia, in cui non si fanno misure muscolari, ma si richiede di analizzare il vissuto del partecipante in rapporto alla variazione complessa dello stimolo poetico. Naturalmente il discorso è molto più esteso e interessante di questa mia schematica definizione, perché l'elemento poetico ha tanti elementi evocativi, non soltanto il contenuto, ma anche la forma, il ritmo, la musicalità e così via...

Tutti questi suoi studi, lezioni e seminari integrativi, che partono nella seconda metà degli anni Ottanta e proseguono anche negli anni Novanta, prendono corpo in un corso specifico all'interno dell'Aepcis?

L'Aepcis si occupa, in un'ottica di psicofisiologia, di tutte le arti terapie. Sì, a partire dalla sua nascita formale, avvenuta nel 2002, nell'Aepcis sono previste unità didattiche specifiche di poesiaterapia, sempre in un'ottica psicofisiologica. Gabriele Marciano e Sara Della Giovampaola sono le due persone che si occupano esclusivamente di poesiaterapia, con la differenza che Sara, rispetto a Gabriele, si occupa anche di narrazione, che ha diversi aspetti affini alla poesiaterapia.

Storia della poesiaterapia: intervista a Antonella Zagaroli

Quando, dove e come hai iniziato a occuparti di Poetry Therapy?

Alla fine degli anni ottanta, durante una terapia terminata nel 1992, a cui affiancai la formazione triennale in Counseling professionale (Gestalt Therapy presso ASPIC di Roma), mi accorsi che le poesie che avevo scritto e già pubblicate e quelle composte anni prima "mi avevano preceduto nella consapevolezza" (così dissi al mio psicoterapeuta durante una seduta) e continuavano a precedermi anche nei comportamenti, nelle difficoltà espressive con gli altri. Con loro però mi sentivo libera. Fin da piccola avevo cominciato a scrivere per isolarmi e contemporaneamente per trovare la mia libertà. Sembrava un paradosso ma compresi questo, nel periodo di quella terapia.

Negli stessi giorni alla scuola di Gestalt era pervenuta dagli Stati Uniti una lettera corredata da alcuni articoli da parte della NAPT (National Association for Poetry Therapy).

Il terapeuta formatore mi disse di leggerla perché forse mi avrebbe in qualche modo interessato. Era il 1991. La lessi, e facendomi coraggio scrissi dicendo chi ero e cosa stavo facendo in Italia. Il Presidente di allora, George Bell, con mio sommo stupore, mi rispose e mi invitò ad andare negli Stati Uniti.

Accettai e per quattro anni partecipai alle loro Conferenze annuali e ai seminari. L'ultimo anno, nel 1996, a Washington, oltre a fare esperienza negli ospedali fui in supervisione con due psicoterapeuti che mi avevano concesso di occuparmi di due

loro pazienti per un mese. Non dimenticherò mai Ken Gorelick e Peggy Osna Heller, della NAPT, grandi persone anche dal punto di vista umano, che mi incoraggiarono nell'idea di portare avanti questa tecnica in Italia, infatti già l'anno precedente (1995) avevo fondato LAUBEA, Associazione di Poesia nella Psicologia proprio con questo scopo.

Nel 1997 poi ebbi la gioia di averli ospiti a Roma per un seminario rivolto a psicoterapeuti e *counsellors*.

In Italia, comunque, i primi seminari di *Poetry Therapy* cominciai a tenerli già nel 1992 all'interno dell'ASPIC, con la supervisione di uno psicoterapeuta. I miei interlocutori erano adulti e gli incontri si tenevano durante weekend e in speciali situazioni naturali.

Dopo queste prime esperienze proseguì l'attività con la mia Associazione LAUBEA.

Fin da subito compresi che l'unico modo per cui la tecnica di *Poetry Therapy* fosse efficace era quello di permettere alle persone di comprendere e vivere la poesia e l'arte tutta come qualcosa di molto personale, in qualche modo anche quotidiana, e non al chiuso di esperimenti accademici.

Forte delle tecniche utilizzate su di me, gestaltiche, freudiane, junghiane soprattutto relative ai sogni (in tutti gli anni successivi al 1998), nonché di quanto appreso e vissuto dalla *Poetry Therapy* americana, sviluppai una modalità personalizzata. Seguì e seguo ancora la teoria che ogni artista conosce bene e rende utili, le percezioni sensoriali sparse e diverse che grazie al loro avvicinarsi, toccarsi, amalgamarsi diventano la base per la formazione di una prima creazione, di un'immagine, di una fantasia. In poesia, in particolare, le parole e il ritmo con cui sono scandite le percezioni corrispondono al suo significato profondo e comunicano al di là del lessico stesso; i pensieri, le sensazioni, le parole combinandosi fra loro generano nuovi significati.

Questa è la possibilità che si offrono i poeti e questo stesso vale anche inconsapevolmente per il cosiddetto "fruitore" dell'opera. L'acquisizione consapevole del processo può costituire allora un'azione salutare per qualsiasi persona.

Il linguaggio simbolico dell'arte permette il contatto con parti del proprio materiale simbolico. È attraverso l'utilizzazione del materiale simbolico che si può ri-costruire, ri-sanare ciò che in sé e fuori di sé è stato rovinato, perduto, rimosso e se si vuole ri-trovare anche il movimento delle proprie forze vitali.

La *Poetry Therapy* non è solo un modo per avvicinare le persone alla lettura e alla riflessione sulla poesia ma è anche un modo e una possibilità di ricercare, ricreare tramite il testo letterario una personale lettura poetica, una personale letteratura, una personale pedagogia.

Come può avvenire?

Durante incontri individuali e di gruppo, la poesia e la letteratura sono prospettate come punto focale per permettere e sviluppare il contatto e progressivamente la consapevolezza del come viene organizzato il proprio racconto personale. Il materiale letterario spesso integrato da musica o arte visiva, serve per creare in ciascun incontro un ambiente che stimoli l'espressione, l'individuazione e l'interazione del sé.

Il ποιεῖν, *poiain* (cioè il processo del fare poesia) è uno strumento applicabile a chiunque, a persone che già utilizzano il linguaggio artistico ma anche a chi ha un'istruzione limitata, a coloro che provano sentimenti negativi verso la poesia e la letteratura, oltre poi a soggetti con serie patologie psicologiche, come da più di vent'anni avviene negli Stati Uniti.

Dapprima con la lettura, poi con la scrittura propria di un testo, di solito derivante da quello proposto dal terapeuta (si scelgono testi che evocano, provocano, nel senso che sono isosincronici all'emozione prevalente e rimossa, stimolano, ed è importante che *non si propongano mai i propri per non dare luogo a situazioni di potere*), ognuno ha la possibilità di dare forma concreta al personale magma simbolico che comprende pensieri, sensazioni, suoni, sentimenti il più delle volte confusi e nascosti. Il senso di questa forma costituisce in quel momento la sintesi narrativa della realtà psicofisica della persona. Non è importante il livello del talento, il fine degli incontri è incoraggiare le persone a esprimere la complessità del loro sentire. Qualche volta gli scritti possono essere condivisi, rivisti tempo dopo, rielaborati, tutto per permettere la consapevolezza che il proprio *work in progress* è un tutt'uno con quello della narrazione che si fa di sé stessi nel quotidiano. Ciò vale anche per i bambini, ma tutto questo è necessario trasformarlo in un grande, strano Gioco.

Il lavoro poetico prospettato in termini psicologici non dà risposte o interpretazioni critico estetiche. È un modo per riaffermare uno stile personale, ciò che è vero e giusto per sé, il senso metaforico della propria espressione nella realtà.

Quali sono gli aspetti strettamente poetici ai quali questa tecnica psicoterapeutica fa riferimento?

In primo luogo la considerazione che la poesia funziona su molti livelli, su molte facce e contemporaneamente. È metà logica, metà comunicativa, intricata e complessa esattamente come noi. Contiene elementi contraddittori e permette la loro espressione.

Il suo ritmo, il suo metro, le sue cadenze consentono un andirivieni fra i diversi sentimenti. Può essere paragonata alla lente di uno zoom che arriva vicino ma offre il distacco e l'obiettività che ristabiliscono l'equilibrio.

È scritta nel linguaggio del pluri-significato, del pluri-sentimento, del conflitto, del paradosso, dell'ambivalenza.

Gli obiettivi come tecnica di psicoterapia riguardano prima di tutto la potenzialità personale, e cioè lo sviluppo della responsabilità: ritrovare il senso del mondo, ridurre e tollerare l'ambiguità, chiarire l'informazione e i sentimenti, migliorare il concetto di sé, stimolare la creatività, chiarire le relazioni con gli altri e l'universalità delle emozioni e dei sentimenti; ampliare la mappa della realtà attraverso relazioni interne unitarie e realistiche. Esistono poi obiettivi legati più strettamente a una pratica clinica che includono anche: la tollerabilità dell'effetto intenso e dell'intorpidimento provocati da un trauma, il riempimento dei vuoti della mappa cognitiva, l'accrescimento del potenziale per l'integrazione, la ricerca di metafore salutari che rispettino la persona e il personale processo, l'utilizzazione di esempi inconsciamente difensivi in modo creativo, propositivo e costruttivo, la restituzione della fiducia in sé e negli altri.

Per questi scopi utilizzo tutte le forme della letteratura immaginativa che possono funzionare come catalizzatori della personale immaginazione, sempre col fine della crescita e della salute psicofisica.

Storia della poesiaterapia: intervista a Antonio Lo Iacono

Quando, dove e come ha iniziato a occuparsi di poetry therapy?

Si può dire che ho iniziato a scrivere poesie prima di iniziare il liceo, ero affascinato dai poeti tedeschi e francesi, solo in seguito da quelli di lingua inglese soprattutto da Emily Dickinson. Nel frattempo mi occupavo di teatro scrittura e regia, quindi intervistavo le persone lavorando per il Servizio Opinioni della Rai. Dopo aver cambiato vari corsi di Laurea tra cui Lettere Moderne e Medicina, sono approdato a Psicologia, quindi questi due amori, poesia e psicologia, si sono incontrati e, in seguito, dopo aver fatto alcune sperimentazioni di scrittura poetica con alcuni miei allievi psicologi (dal 1978 insegno alla Scuola Medica Ospedaliera di Roma) nel 1980 ho proposto il Drammautogeno come momento di autogenerazione di azioni e di ispirazioni interattive (pubblicato poi nel 1998 *Drammautogeno: arte della psicoterapia*; dopo essere stato presentato in vari congressi anche all'estero). Dall'inizio degli anni novanta, quindi, ho organizzato alcuni eventi sulla psicologia e la poesia.

Tra quelli che ricordo c'è *La Metafora dell'Utopia*, organizzato dalla Associazione Italiana Psicologia Applicata, che presiedevo, che ha avuto luogo nell'aprile del 1992 in un convento a Riano Flaminio; oltre a me c'erano Maria Rita Parsi, psicoterapeuta e scrittrice, Paola Di Giammatteo, poeta, Silvana Turco dell'Associazione Internazionale Artisti, vari poeti e artisti stranieri tra cui Ndjock Ngana, poeta camerunense etc. Ci son state varie performance poetiche, sperimentazioni musicali, interpretazioni psicologiche di poesie e di autori, danze folkloristiche...

Poi *Navigando di...versi*, presso il Teatro degli Archi, a Roma, nel 1994, in cui sono avvenute performance musicali, drammatiche con attivazioni di danza e poesia davanti e dietro il sipario; Antonio Lo Iacono, Antonella Zagaroli, poeta e counselor, Cecilia Apolloni Ghetti, poeta, Vittorio Mori, architetto e poeta, Maria Serena De Masi, psicologa, danzatrice e cantante, Rossella Pompeo, scrittrice, Antonio Turco, musicista, Ernesta Galeoni, attrice, con cui in seguito (2009) abbiamo partecipato al primo evento di poetry painting: Incontro tra la Poesia e l'Arte Figurativa.

Psicopoeticamente, convegno organizzato dalla Società Italiana di Psicologia nel giugno del 1996 a Palazzo Barberini, con Antonio Lo Iacono, psicoterapeuta e poeta, Antonella Zagaroli, poeta e counselor, Leonardo Ancona, psichiatra e psicoanalista, Maria Luisa Spaziani, poeta, Mario Lunetta, poeta, Bianca Garufi, poeta e psicoanalista, Elio Pecora, poeta, Beppe Sebaste, scrittore, Carlo Bordini, poeta, Claudio Cundari, psichiatra e poeta, Antonio Veneziani, poeta, Carlo Villa, scrittore e poeta, Armando Gnisci, poeta e docente di Letteratura Comparata presso l'Università "La Sapienza" di Roma, Cecilia Apolloni Ghetti, poeta, Vittorio Mori, architetto e poeta. Vi erano poeti che recitavano accompagnati da una violinista e un flautista, quindi gli psicologi con i poeti dibattevano sul valore espressivo e terapeutico della poesia.

Vari altri laboratori poetici, in vari luoghi, spesso anche come interludio in convegni, tra cui: *Dal buio alla luce* (Colonna, 1998), uno spazio aperto per sperimentazioni poetiche e teatrali. *Drammautogeno e Creatività* (Teatro degli Archi, 2004). Performance musicali e poetiche di psicologi, psichiatri e pazienti. Questi incontri sono continuati fino al 2010 soprattutto nell'approssimarsi delle festività natalizie come punto d'incontro dei soci della Società Italiana di Psicologia.

I testi raccolti in Navigando: poesie terapeutiche editate nel 1994 li compose come pratica terapeutica finalizzata a lei o li impiegava, già dal 1994, anche su altri? O c'era più da parte sua la volontà di proporre con questa raccolta un nuovo "genere" letterario-terapeutico? O comunque c'era in lei la volontà di mettere l'accento su l'aspetto terapeutico della poesia?

Devo dire che l'ispirazione di "Navigando" è nata dopo aver conosciuto Osho nel 1979 che allora si chiamava Bhagwan Shri Rajneesh. Lo incontrai per caso. Arrivato a Bombay intendevo fare il giro dell'India. Qualcuno mi parlò ancora una volta dell'ashram di Osho, quindi mi fermai a Poona, dove incontrai persone giunte da tutto il mondo. Rimasi lì per circa quaranta giorni. Ho preso il *Sannyas* e Osho mi ha chiamato Swami Prem Antonio (secondo Osho voleva dire: maestro d'amore senza prezzo). Più che un maestro di vita, poiché come filosofo, in fondo, non ha detto nulla di originale, per me è stato un maestro di poesia, poiché riusciva a mettere insieme le narrazioni in modo poetico e affascinante. Infatti, secondo me, nessun poeta è tale per quello che racconta ma per come lo racconta. Ascoltandolo trovavo un senso nel qui ed ora, mi sentivo meglio. Avevo delle cassette con delle sue *lectures* che mi ero poi portato in Italia e ogni volta che le sentivo mi davano un'ispirazione. Le poesie che ho scritto dal 1979 in poi le ho formate con il mio nome indiano. Ecco, sto pensando ora, da dove viene la poesia terapeutica che poi è sfociata in Navigando. Ho scritto e pubblicato Navigando per me soprattutto, con un sano egoismo fluido, come spesso dico. Poi visto che ogni volta che mi rileggevo mi sentivo meglio, se ero arrabbiato mi calmavo, se ero malinconico sentivo gioia, se ero confuso il vento portava via le nuvole dalla mia testa, ho cominciato a pensare che poteva essere un attivatore terapeutico anche per i miei pazienti e allievi. Così è stato infatti, non solo per la mia esperienza personale ma anche per quella di miei ex allievi che ogni tanto mi chiedevano una mia poesia da usare nel setting. Quindi questa avventura della poesia terapeutica è nata spontaneamente, per caso, drammautogenicamente, per sincronia, per serendipità ... poi ho incontrato altri poeti tra cui Antonella Zagaroli, che come molti avevano pensato alla terapeuticità della poesia, ci siamo confrontati, abbiamo organizzato degli eventi con poeti e terapeuti. Così è nato il titolo di *Navigando: poesie terapeutiche*. Un libro, il mio primo libro di poesie, stampato subito in 1500 copie, senza che l'editore mi avesse chiesto una lira, cosa rara per i libri di poesia, soprattutto per i poeti esordienti. Quindi il mio libro è stato sperimentato, anche se in modo non scientifico, poiché psicoterapeuti e poeti si confrontano continuamente con la propria soggettività e con quella degli altri, quindi non tutto ciò che può funzionare terapeuticamente deve per forza essere

poetico e non tutto ciò che sentiamo poetico può tradursi sempre in un'azione terapeutica. Non avevo, comunque bisogno di dimostrare l'aspetto terapeutico della poesia, visto che molti altri nei secoli prima di me hanno cercato di esprimerlo in tanti modi, io l'ho semplicemente incontrata su di me, per fortuna, ne sono un testimone che ha incontrato altri testimoni e posso dire che, in qualche caso, la poesia può salvare la vita ... comunque gli dà un senso ...

Poetry Therapy e Psicopoesia: Antonio Lo Iacono¹⁵

È indubbio che, fin dalla notte dei tempi, la narrazione e la poesia hanno avuto certamente una naturale potenzialità liberatoria, dando la possibilità alle persone, di qualsiasi estrazione e condizione, di esprimere le emozioni. Infatti, la poesia è considerata da sempre come forma privilegiata per esprimere emozioni forti, sia di ispirazione personale che di istanze sociali, per comunicare messaggi da affidare allo spazio del tempo. La poetry therapy è un'arte espressiva che nasce nell'ambito della Psicologia Umanistica. È uno strumento che attraverso l'espressività della scrittura dei pazienti può monitorare i sentimenti e i pensieri; naturalmente è importante valutare il rischio che si possa usarla per coprire qualcosa e/o difendersi da alcune realtà scomode, idealizzando eccessivamente e così mentendo a se stessi. James Pennebaker (2000) ha scoperto che gli studenti incaricati di scrivere sui traumi sofferti e sulle loro paure, le relazioni e le loro aspettative, avevano un sistema immunitario più forte ed erano più in salute degli studenti incaricati di scrivere su temi meno emotivamente coinvolgenti. Poesia, quindi, come liberazione delle emozioni racchiuse nella corazza caratteriale, direbbe W. Reich. Lo scrittore Italo Calvino diceva: "È un tempo in cui è sempre più urgente che ciascuno attui su se stesso una pedagogia dell'immaginazione che gli permetta di controllare la propria visione interiore, che gli restituisca il potere di mettere a fuoco visioni ad occhi chiusi... Sono le immagini stesse che sviluppano le loro potenzialità implicite, il racconto che esse portano dentro di sé. Attorno a ogni immagine ne nascono altre e si forma un campo di analogie, di simmetrie, di contrapposizioni". Alcuni psichiatri, come Arthur Lerner, sostengono che il ritmo di una poesia rappresenta il ritmo biologico della persona, addirittura i suoi momenti di vita intrauterina, e che dal ritmo si può risalire alle costanti del suo comportamento. In realtà la poesia terapeutica e la psicopoesia si configurano come un processo che si usa per una crescita e una consapevolezza emozionale. Già alcuni sciamani e stregoni del periodo preistorico usavano canti ritmici per aiutare i malati delle tribù; 4000 anni avanti Cristo i canti egiziani erano scritti sui papiri e ingeriti dai pazienti per avere un effetto immediato dal potere delle parole. Anche nella Bibbia si menziona l'uso di poesia e musica da parte di David per calmare il cuore selvaggio di re Saul. Senza dimenticare che nell'antica Grecia, Apollo riuniva, come divinità, la poesia e la medicina e Aristotele, nella sua Poetica, introdusse la teoria della catarsi che diventò di basilica importanza sia nella psicoterapia sia in ambito teatrale e artistico. Possiamo considerare il primo poeta terapeuta il medico romano Soranus, che nel primo secolo dopo Cristo, trattò i disturbi mentali facendo recitare ai suoi pazienti scritti in forma poetica. In seguito

¹⁵ *A queste risposte vale la pena integrare uno stralcio tratto dal libro Respirando le emozioni: Psicofisiologia del Benessere, scritto a quattro mani dallo stesso intervistato e da Rossella Sonnino (Editore Armando, 2008); stralcio pubblicato anche qui: <https://psicopoema.wordpress.com/about/>*

la poesia fu usata principalmente per finalità estetiche e letterarie. Nel ventesimo secolo Freud era convinto della similarità tra sogni e poesia come collegamenti con l'inconscio. Nel 1959, finalmente, nasce un programma di poetry therapy nella divisione psichiatrica dell'ospedale Cumberland, a Brooklyn, New York. Questo programma fu organizzato dal dottor Jack Leedy e dal poeta Eli Greifer. Nei dieci anni che seguirono nasce l'associazione di poetry therapy che si diffonde poi un po' in tutto il mondo. Questo tipo di terapia si usa sia in gruppo sia individualmente, e consiste nell'aiutare la persona a identificarsi con la gioia o la pena del poeta, in modo da facilitare l'espressione delle emozioni che sono state precedentemente repressi. Il poeta ancora vivente o morto da tempo può essere uno spirito affine che racconta al soggetto che egli non è solo. Esaminando i contenuti e i sentimenti che la poesia esprime, si entra in contatto con diverse realtà che possono aiutare a trovare nuove prospettive. Quando il poeta terapeuta porta dei materiali scritti oppure è il cliente stesso a scrivere su un tema assegnato, la poesia diventa un veicolo per una dinamica di gruppo o per una sessione individuale. La scelta dei materiali e anche l'incoraggiamento alla massima partecipazione delle persone, attiene appunto al terapeuta poeta. Il ritmo, la rima, la metrica sono elementi che aiutano a cercare e trovare le proprie pulsazioni interne e ad acquisire relazioni interpersonali. Quindi le finalità della psicopoesia sono:

1. sviluppare la sensibilità per capire e sentire se stessi e gli altri;
2. implementare le attitudini alla comunicazione interpersonale;
3. sedare le emozioni eccessive rilassando l'attenzione, quindi la tensione;
4. trovare nuovi significati per mezzo di nuove idee e intuizioni, promuovendo un continuo scambio per incrementare le abilità di fronteggiamento della realtà e le funzioni di adattamento.

Del resto la poesia è stata sempre considerata un prodotto intimo e uno strumento per esprimere i propri bisogni e desideri, i propri disagi, le proprie passioni amorose e/o di libertà. L'emisfero destro è la sede del pensiero immaginativo, che associa per immagini successive, mentre quello sinistro è un pensiero più strategico e consapevole che tende a controllare l'istinto creativo collegato con le emozioni. Attraverso la poesia letta e scritta si riesce a collegare questi due nostri cervelli, e scoprendo le nostre parti più sconosciute, imparando a confrontarsi con la nostra molteplice identità, autorealizzando un'autoconsapevolezza che ci definisce e ci aiuta a scegliere la qualità dell'esistenza. Si può usare anche nel lavoro con le coppie e in gruppo. La psicopoesia (poetry therapy) è molto praticata negli Stati Uniti; in Italia è ancora poco conosciuta ma in fase di sviluppo. Antonella Zagaroli e io (anche attraverso il libro *Navigando: poesie terapeutiche* stampato da Pieraldo editore nel 1994) siamo stati i pionieri di questa disciplina nel nostro paese. In un convegno organizzato dalla Società Italiana di Psicologia molti anni fa, intitolato "Psico poeticamente", in cui partecipavano poeti, psicoterapeuti, psicoanalisti, si è molto dibattuto su questa affinità tra psicologia e poesia, che ha indotto Freud a scrivere: "Non io, ma il poeta ha scoperto l'inconscio". A questo proposito, nel seminario "la metafora dell'utopia" che ha avuto luogo a Riano Flaminio, molti anni fa, io e Maria Rita Parsi abbiamo convenuto che è impossibile formare adeguatamente uno psicoterapeuta che manca di creatività.

Storia della poesiaterapia: intervista a Gabriele Marciano

Quando, dove e come ha iniziato a occuparsi di poetry therapy?

Ho iniziato a lavorare con la poetry therapy nella seconda metà degli anni Novanta. Nel 1994 ero entrato nell'allora USL RM22 (ora ASL Roma4), e assegnato al servizio territoriale di riabilitazione (per i minorenni) di Ladispoli, in provincia di Roma. Allora l'utenza non era numerosa e arretrata come oggi, e godevo di una certa libertà operativa, essendo anche diventato responsabile dell'unità operativa dove prestavo servizio. Potevo così dedicare parte del mio orario alla psicoterapia (anche di gruppo, per gli adolescenti) e all'elaborazione di progetti (bei tempi!). Pensai, fra le altre cose, a un intervento di prevenzione, per l'individuazione di casi a rischio di esordio di patologie psichiatriche, per una presa in carico tempestiva ed efficace. I partecipanti non dovevano aver chiesto necessariamente un sostegno psicologico: molto spesso questi ragazzi non sono *help seeker*. Proposi questo progetto agli istituti superiori, dai quali arrivavano la maggior parte delle segnalazioni di situazioni problematiche, e il liceo classico accettò. Il gruppo, che conducevo insieme a una psicologa tirocinante (non ricordo il nome, le chiedo scusa!), si riuniva in un locale della scuola, il pomeriggio. Sette, otto ragazzi, incoraggiati da un contesto non stigmatizzante, sia per il luogo (non un ambulatorio ASL), sia per il carattere "open" dell'esperienza.

Avevo una vaga intenzione di utilizzare il medium poetico, avendo per la poesia un'inclinazione particolare, ma avevo molti dubbi. Già dai primi incontri, tuttavia, i ragazzi portavano qualcosa che avevano scritto (non necessariamente una poesia), materiale utile per avviare una discussione su un tema specifico ed entrare in profondità nelle diverse realtà psicologiche. Non feci che applicare un concetto sul quale svolgevo una riflessione continua, consolidato dall'approccio fenomenologico del prof. Vezio Ruggieri, il cui pensiero è per me un nutrimento essenziale da quasi quarant'anni: l'isomorfismo fra l'identità della persona e ogni sua manifestazione sensibile, in particolare l'espressione artistica.

Durante quell'esperienza iniziai a gettare le basi di una sorta di prassi operativa, e a mettere a punto, per così dire, gli strumenti della poetizzazione terapeutica. L'esperimento fu interrotto per una reazione fobica da parte di alcuni insegnanti e genitori, che mal tolleravano alcuni contenuti "licenziosi" emersi in seno al gruppo; continuai allora a lavorare con la poesia all'interno del servizio, stavolta con ragazzi presi in carico su richiesta dei genitori. Il lavoro si focalizzò maggiormente su aspetti clinici, psicopatologici, con gruppi meno numerosi.

Nel 2002 entrai nel corpo docente del master di Arte-Terapia dell'associazione AEPCIS, collaborando ancora, dopo l'esperienza universitaria, con il prof. Ruggieri, dapprima per un contributo sull'età evolutiva, e finalmente (e tuttora) per un corso di poesia-terapia. Le esperienze cliniche nella sanità, integrate con l'approccio clinico/didattico adottato nel master, portarono alla definizione della prassi che ho chiamato "Prisma Poetico", e di altre che sono tuttora oggetto di sperimentazione.

Molte riflessioni sulla poesia, sull'arte e sull'estetica in generale, in connessione con aspetti psicopatologici, emerse nel lavoro con gli studenti e nelle discussioni con i colleghi, sono confluite nel libro *Sguardo Forma Verità* (Edizioni Universitarie Romane, 2019), che è libro di testo per il corso di Poesia-Terapia.

Attualmente, oltre al *work in progress* all'interno del master, sto progettando un intervento di Poetry Therapy su adolescenti con sindromi prodromiche della

schizofrenia, in ambito ASL, che conto di mettere in atto non appena sarà possibile lavorare nuovamente sui gruppi.

Storia della poesiaterapia: intervista a Marisa Brecciaroli

Quando, dove e come ha iniziato a occuparsi di Poetry Therapy?

Ho iniziato a sviluppare progetti di poetry therapy in due fasce temporali, distinti con due diversi usi terapeutici della poesia.

Nella prima fase ho vissuto la poesia come processo di auto-terapia (ero già intuitivamente consapevole di questa funzione *terapeutica*, intesa in senso lato); e questo processo è avvenuto, sia in modo recettivo (letture di altri poeti), sia in modo attivo (mia scrittura di poesia).

Poi c'è stato il periodo successivo, in cui ho intenzionalmente sviluppato progetti di utilizzo della poesia rivolti alle altre persone, sia in ambito semplicemente psicologico-pedagogico-educativo, sia in situazioni a valenza anche *terapeutica* o di *prevenzione*.

a) Il primo tempo, in cui ho usato la poesia come auto-terapia, risale addirittura all'adolescenza-giovinezza, fino ad arrivare alla piena maturità, cioè agli anni ottanta. Avevo molto da "riparare" (per dirla con Stefano Ferrari¹⁶), o, come si direbbe oggi, avevo molto da fare *Kintsugi*, a causa di lutti importanti nei primissimi anni di vita e un grave abbandono in un collegio per orfani, a soli nove anni.

Dall'82 al '97 circa, una approfondita e completa esperienza di psicoanalisi a orientamento psicodinamico della scuola post-freudiana di Londra di A. Freud e di J. Sandler, ha modificato notevolmente la mia scrittura poetica, che si è lasciata addirittura impregnare da temi psicoanalitici (studiati nel frattempo anche teoricamente)¹⁷.

Mi sembra utile aver parlato anche di questa fase di auto-terapia, perché è stata "lei" a motivarmi profondamente nella successiva ricerca e sperimentazione di "poesia come terapia", e di terapia intesa anche come "prevenzione" o come *prendersi cura* delle proprie ferite... e farlo in modo da "ricucirle" con il filo d'oro del "canto" e della "bellezza", insiti nella poesia, tanto da creare, in chi la utilizza, una nuova identità... "integrata", quindi benefica anche per gli altri.

A questo proposito mi sembra utile citare due mie poesie brevi che riassumono questo concetto di "riparazione-kintsugi" operate dalla poesia:

*Noi poeti: Cuciamo le parole sfilacciate / e ricami diventano di sole.
/ E le ombre, chiaroscuri si fanno. / E i fatti ridiventano favole. / I
muti dolori: eloquenti patate, / sotterraneo assorbenti / solanaceo
veleno.*

*

¹⁶ Stefano Ferrari, *Scrittura come riparazione*, Laterza, 1994

¹⁷ Vedi due articoli sulle mie poesie psicoanalitiche nella rivista on line *Poesia e Conoscenza.it* n. 2, diretta da Donatella Bisutti, maggio 2016, pp.74-83

*C'è nella poesia un lieve canto / nutrito, sotto, da un antico pianto / pianto negato ed annegato tanto / da trasformare il nero in amaranto / da riportare la parola al canto.*¹⁸

b) Ma ora vengo al periodo in cui ho sviluppato iniziative poetiche più intenzionalmente rivolte agli *altri* e in funzioni variamente terapeutiche:

1. di prevenzione (in ambiti scolastici: prevenzione per problemi adolescenziali, droghe ecc.: anni Ottanta);
2. formazione di insegnanti aperti a un uso della poesia anche *psicologico* e di *prevenzione* (anni Novanta)¹⁹
3. terapeutica: dagli anni novanta fino a oggi, con numerosi Laboratori di Poesia e Musica in ambito psicologico, per piccoli gruppi e per incontri individuali. Svolti prima in Biblioteche, e Scuole, poi nel mio studio privato.

Negli ultimi tre anni ho potuto realizzare una collaborazione di ricerca anche psicologico-psicoanalitica con un poeta, sulle sue poesie; da questa è poi nata una pubblicazione, accompagnata da un mio breve saggio sulla particolare *poetry therapy* utilizzata in questa esperienza innovatrice, cioè una *poetry therapy* con *metodo integrato* fra psicoanalisi, fonosimbolismo (F. Dogana) e altri approcci che ho illustrato nella postfazione al libro *Habitare secum* di Angela Manfredini.²⁰

Durante tutti i miei percorsi e formazioni, ho vissuto la mia ricerca e sperimentazione della poesia per facilitare un riequilibrio intrapsichico (approccio psicodinamico), per una *conoscenza-contatto emotivo* con la dimensione più *profonda* di sé stessi e dell'animo umano, e per "riparare" eventuali ferite ancora "attive", oltre che per scoprire *forme di espressione creativa*, attraverso cui realizzarsi ed evolvere psicologicamente e spiritualmente.

Ma quindi sbaglierai ad affermare che la prima in Italia a sviluppare pratiche di poetry therapy è stata Antonella Zagaroli?

Penso che non sbaglieresti. Oltre che per dichiarazione di lei stessa, è certo (a quanto io ho potuto sapere finora) che, con il significato di *poetry therapy* nel senso più appropriatamente specifico o tecnico di questo termine, la prima a operare in questo modo, sia stata proprio lei, la poetessa e counselor professionale Antonella Zagaroli, in uno Studio professionale a Roma, con un diploma specifico, conseguito alla famosa Scuola di Poetry Therapy (NAPT) di Washington.

Inoltre credo che abbia il merito di aver saputo coniugare le teorie e le tecniche di derivazione statunitense (generalmente più pragmatiche, rispetto a quelle della cultura europea) con vari aspetti importanti della cultura europea, grazie alle sue varie formazioni: Gestalt, psicoanalisi di ispirazione junghiana, formazione letteraria di carattere internazionale europeo e classicità greca.

Lo so, perché, nella primavera del '98, ebbi l'opportunità di conoscerla personalmente, di ospitarla a casa mia, quando lei fu invitata qui a Bergamo per seminari laboratoriali di *poetry therapy*, organizzati da me e dallo psicoanalista A.

¹⁸ M. Brecciaroli, *Trasparenze*, Ed. Campanotto, 2000

¹⁹ Corsi come il *Laboratorio di poesia*, per attività di aggiornamento di Docenti di Lettere delle Scuole Medie e Superiori, patrocinato dal Provveditorato agli Studi di Bergamo, nella primavera del 1999, presso il "Centro Risorse Educative", Scuola Angelini in via Ruggeri da Stabello, (BG) dal titolo "*Laboratorio di musica e poesia per la prevenzione del disagio giovanile*".

²⁰ A. Manfredini, *Habitare secum. A cura e con breve saggio su Poetry Therapy di M. Brecciaroli*, Ed. Puntoacapo, 2020

Thechel²¹. In quell'occasione abbiamo "assaggiato" concretamente tecniche di poetry therapy e ho anche ricevuto dalla Zagaroli, sia un numero di una rivista americana di poetry therapy con una preziosa bibliografia sulla stessa, sia una sua pubblicazione sul "linguaggio poetico e comprensione di sé" datata 1994. Quindi nel '94 lei era già diplomata, dato che nella sua biografia in retro di copertina, risultava già "Associate Member del NAPT (National Association for Poetry Therapy, USA)"²², poi certificata nel '96. Inoltre, nella bibliografia in fondo alla sua pubblicazione, le uniche opere citate (concernenti aspetti di poetry therapy) non sono di autori italiani (Leedy J.J.; Lerner A.; Lester D. & Terry R.; Whyte D.) e vanno dal 1973 al 1992. Questo fatto, indirettamente ci dice che allora non esistevano produzioni italiane significative di poetry therapy.

Infine, Thechel l'aveva contattata qualche anno "prima" della collaborazione a tre qui a Bergamo, grazie all'aver, lui, letto il nome e il telefono della Zagaroli come Poetry therapist italiana, in un articolo sulle terapie alternative a quelle classiche, in un giornale nazionale («Repubblica»).

Oltre a te e ad Antonella Zagaroli, quali figure hanno, secondo te, negli anni Novanta-prima decade del Duemila, proposto percorsi significativi di poetry therapy?

Sono anch'io da tempo alla ricerca di eventuali pionieri in questo campo, ma finora non ho trovato nessuno che abbia operato in modo specifico e intenzionale come *poetry therapist* o almeno come operatore terapeutico che utilizzi la poesia come terapia in sé e per sé.

C'è stato un caso, invece, in cui la Poesia si è intrecciata nelle maglie del discorso psicoterapeutico; quindi, non *poesia come terapia*, ma *Poesia IN terapia*. Si tratta del lavoro e della creazione poetica-terapeutica della psicoterapeuta Pasqua Teora, che dal 2000 ha iniziato a scrivere e condividere poesie sue, scritte in "risonanza" empatica del preconsciouso-inconsciouso dei suoi pazienti, in *alcuni momenti cruciali* del percorso terapeutico. Di questa esperienza particolare è testimonianza e documentazione scritta il suo libro²³, con mia prefazione. Questa metodica è presentata anche in due articoli della presente rivista.

Ho anche interpellato recentemente il professore emerito universitario Loredano Matteo Lorenzetti, che già dai primi anni Settanta è stato il promotore principale di varie arti terapie (definito anche, da alcuni, il "padre" delle arti terapie in Italia) e, in particolare, lui stesso molto noto per la Musicoterapia, la Danza-terapia e la Eido-terapia. Gli ho chiesto se ci fosse stato, a sua conoscenza, qualche operatore o qualche iniziativa culturale continuativa nel campo della poesia come arte terapia specifica. Mi ha consigliato di verificare con la Banca Dati universitaria, e questo mi fa intendere che non ce ne siano stati, perché altrimenti, un esperto e studioso come lui, lo avrebbe saputo; tanto più che lui stesso ha pubblicato poesie. In particolare io ho un libro singolare di Lorenzetti²⁴, in cui, alle ventisette pagine di sue poesie, (precedute da una presentazione riassuntiva del pensiero dei vari

²¹ Antonio Techel, *Non dormo...quasi quasi scarabocchio*, Per un'estetica relazionale. Ediz. Borla, 2015

²² A. Zagaroli, *Counseling e Poesia. Linguaggio poetico e comprensione di sé*. Ed. A.S.P.I.C., 1994

²³ Pasqua Teora, *La finestra sul confine. Trasduzioni poetiche di una psicoterapeuta*. Ed. Viandante, 2008, Prefazione di Marisa Brecciaroli

²⁴ AA.VV. e a cura di L.M. Lorenzetti, *Dall'alto rinascendo*, Ed. F. Angeli, 2002

commentatori) seguono quattro saggi brevi di docenti e studiosi universitari, che attraversano le di lui poesie precedenti, da angolazioni specialistiche differenti. Segnalo fra questi il saggio di Chiara Di Marco (docente di etica sociale, Università degli Studi di Roma 3), alle pp. 39-44, intitolato *Dire un mondo. Dire una vita*, perché, in alcune parti del suo saggio, sembra molto vicina all'idea della *Poesia che cura*²⁵ e quindi potrebbe essere utile contattarla per verificare se non abbia promosso ricerche in questo senso, a livello universitario. Infine, fra i suoi circa ottanta libri pubblicati, Lorenzetti me ne ha segnalato uno, in cui egli avrebbe più circostanziatamente approcciato la poesia con il suo fare di arte-terapeuta: *La battaglia che l'anima combatte*, Ed. Franco Angeli, 2015. Altre opere di Lorenzetti che mi viene da segnalare alla vostra scuola di poetry therapy italiana (PoesiaPresente LAB, NdR) sono: *L'anima della bellezza*, F. Angeli, 2008; *La mente vive nel cuore. Per una psicologia ecologica del sentire pensare agire*. Franco Angeli, 2007. Fanno parte di una Collana diretta dallo stesso Lorenzetti, "Arte scienza conoscenza": "È il luogo in cui si aprono al dialogo l'arte e la scienza", è una "Collana sensibile all'avanzamento di quelle innovative proposte inter e transdisciplinari che vanno sempre più orientando il pensiero del terzo millennio, nella convinzione che il sapere che può concretamente aiutare l'uomo e la società a progredire abbia per destino web fra arte e scienza nel loro declinarsi in forme di conoscenza che possano, a loro volta, assegnare all'uomo un destino di bellezza."

Storia della poesiaterapia: intervista a Sara Della Giovampaola

Quando, dove e come ha iniziato a occuparsi di poetry therapy?

Ho iniziato a utilizzare la poesia come strumento di lavoro riabilitativo psicofisiologico fin dalle prime esperienze cliniche nel 2000. La concezione bioniana di *protomentale* (continuità indifferenziata tra corporeità e pensiero tipica della prima fase di vita) riletta da Vezio Ruggieri come condizione sempre operante nell'essere umano anche adulto, era la base a cui mi sono appoggiata per fare le prime proficue esperienze di produzione poetica *dadaista*. I componimenti che nascevano in apparente e gioiosa casualità, come indicato dallo stesso Tristan Tzara, diventavano importanti rispecchiamenti di nodi problematici dell'individuo o delle coppie, suggerendo anche vie di sviluppo. La produzione poetica, come passaggio dal racconto in prosa di un evento problematico e di difficile elaborazione che può evolvere ad un livello meno logico e più astratto è stato un altro passaggio interessante. Questo tipo di lavoro mi ha permesso di intervenire soprattutto con disagi di tipo *ossessivo compulsivo* concedendo alla persona la libertà dall'elemento strettamente razionale descrittivo per accedere a un piano

²⁵ Riporto alcuni stralci significativi: "Ma la poesia [...] non [deve] farsi strumento privilegiato della verità, né simbolo di una moralità pensata e non sentita, non [deve] essere voce di un'interiorità privata, lacerata dal sentimento e chiusa all'altro, segno di un'immaginazione meramente riproduttiva, ma cifra *etopoietica* propria di una facoltà semanticamente produttiva, creatrice. *Parola che cura*, quindi, opera che salva [e qui c'è una sua nota che fa riferimento al valore etico ed estetico che il termine *cura* assume nella riflessione di Michel Foucault] perché rompe l'ordine del discorso [...] l'eccezione di senso e di rappresentazione della parola poetica [...] è cifra di una *hybris nomadica* che ha rotto le sbarre della gabbia d'acciaio dell'unico senso e dell'unica verità della *ratio* metafisica, una "scienza" che non conosce la ricchezza dell'umiltà, la forza di *una vita che ama*" [...] *La poesia canta il mondo. L'arte sente il mondo.*"

altrettanto preciso, ma senza essere rigidamente ancorato a stereotipie linguistiche.

Mi sono accorta che la produzione poetica poteva essere usata anche nella formazione di gruppi di lavoro. Facendo emergere dal gruppo attraverso giochi *evocativi* una serie di parole (in proporzione verbi, aggettivi e avverbi) e poi utilizzandole mediante disegni di spostamenti nello spazio a comporre versi che nel loro insieme erano in grado di fotografare l'identità del gruppo e la sua fase di sviluppo lavorativo e/o psicologico.

Altrettanto interessante rispetto alla produzione creativa ritengo l'ascolto e la lettura della poesia. Come in seguito è stato diffusamente reso noto attraverso l'importante scoperta sui *neuroni specchio*, avevamo compreso quale complesso rapporto potesse esserci tra uno stimolo percettivo e la condizione psicofisica dell'osservatore (Ruggieri, 1997) anche negli specifici linguaggi dell'arte. Sapevamo cioè che uno stimolo visivo o acustico come quello dell'ascolto di un brano musicale o poetico era in grado, se effettuato con precise tecniche psicofisiologiche facilitanti il contatto, di elicitare emozioni, ricordi, elementi rimossi ecc. In contatto con lo stimolo, cioè, l'individuo lo decodifica riscrivendolo al suo interno attraverso un gioco di tensioni e de-tensioni muscolari che sono alla base del vissuto soggettivo e del *piacere estetico*. Questo meccanismo che abbiamo chiamato *decodificazione imitativa dello stimolo*, studiato sperimentalmente, si è rivelato un elemento fondamentale per la comprensione degli eventi trasformativi attraverso la poesia e del loro *perché*. Ciò che avviene nell'ascolto fiabesco (Della Giovampaola 2004) attraverso i processi di identificazione con gli eventi narrati, accade con sue specifiche peculiarità anche nel contesto poetico, in cui gli elementi decodificati sono per lo più di natura pre-semantica legati alla *prosodia*. Gli accenti, il ritmo, le pause diventano una sorta di danza interiore che permette al lettore che vi entra in contatto di sperimentare giochi di tensione che sono alla base dei vissuti soggettivi emozionali (Ruggieri, Gennaro 1986).

Il lavoro sulla poesia *L'infinito* (2012), esplorata nelle sue componenti grammaticali e ritmico-espressive, mi ha fornito uno strumento di lavoro importante per la clinica per favorire l'ampliamento della sfera esistenziale mediante l'approccio della poesioterapia e sulla costruzione-decostruzione di *confini corporei* intesi anche come *limiti percettivi* (pensiamo il ruolo che la percezione del limite e del senza limite ha nella gestione della rabbia o del comportamento oro-alimentare o sessuale).

Un altro aspetto degno di nota è il lavoro di interdisciplinarietà che pratico da diciassette anni con musicisti, danzatori e con pittori in cui il linguaggio poetico si intreccia con altri linguaggi artistici, attraverso un canovaccio che permette di lavorare più incisivamente sugli stessi nuclei esistenziali. Per nominare alcune esperienze sperimentali condotte con alcune classi del Master in Arti-Terapie a orientamento psicofisiologico di Roma:

- Il lavoro poesia e danza condotto in collaborazione con Gerolamo Minasi sul canovaccio di alcuni passaggi della Divina Commedia dall'Inferno al Paradiso, a suggerire un cedimento verso il basso, le profondità, assecondando la forza di gravità fino al sollevamento verso l'alto espresso nell'energia del salto.
- Il lavoro gruppale sulle *identità di genere* condotto con il musicoterapeuta Roberto Calabrese attraverso le due poesie *Torso arcaico di Apollo* e *la*

nascita di Venere di Rainer Maria Rilke, in cui le immagini evocate venivano amplificate attraverso il suono di diversi strumenti musicali utilizzati dai membri del gruppo, sia come risuonatori interni che in interazione l'un l'altro.

- Negli ultimi anni sto lavorando con l'architetto e pittore Angelo Palloni a un lavoro di autoritratto sviluppando attraverso tecniche di autocontatto un componimento poetico sulla base delle ombre del volto.

Questi alcuni esempi di lavoro, evocativi della complessità delle tematiche esplorabili attraverso la poesia e di quanto la terapeuticità della poesia possa essere esplorata anche nell'ambito della ricerca scientifica, oltre che clinico.

Storia della poesiaterapia: intervista a Leonora Cupane

Quando, dove e come ha iniziato a occuparsi di poetry therapy?

Ho iniziato a scoprire il valore curativo della parola poetica nella primavera del 1989, a Milano, grazie a un seminario indimenticabile intitolato "Il linguaggio che nutre: fare poesia coi bambini".

La conduttrice era Elizabeth McKim, poeta e pedagoga statunitense che utilizzava la poesia nei suoi percorsi formativi già da molti anni. Pur non essendo una poeta terapeuta in senso stretto, e nonostante il laboratorio fosse presentato più come un'occasione formativa per educatori, insegnanti e pedagogisti, i suoi metodi e i contenuti proposti andavano molto oltre. Elizabeth lavorava sia con la musicalità e il ritmo che con lo scambio e l'intreccio fra *tranche de vie* autobiografiche dei partecipanti, nella direzione di uno scambio profondo e della contaminazione fra le identità che si narrano, per giungere a una corallità e tornare nuovamente all'individualità arricchiti delle risonanze dell'altro. Fu una folgorazione, da cui poi è iniziato un lavoro di ricerca, mai interrotto, sulla poesia come forma a sé stante di arte-terapia, e sulle ragioni peculiari che la rendono tale. In quell'esperienza non erano stati dati spunti teorici, mentre a me interessava dare alla pratica delle motivazioni. Perché la poesia cura, attraverso quali meccanismi e strumenti? Ecco le domande che ho iniziato a pormi, ancora giovanissima. Nel 1989, infatti, avevo ventun anni e frequentavo la facoltà di pedagogia, che avrei poi abbandonato per studiare psicologia, declinando sempre di più i miei interessi in senso terapeutico. Tuttavia i semi preziosi di quel laboratorio sono sbocciati solo dieci anni più tardi, avevo bisogno di maturare competenze trasversali. Ho cominciato a interessarmi di scrittura narrativa di invenzione e dal 1998 al 2001 ho frequentato moltissimi seminari in giro per l'Italia, relativi fondamentalmente alla scrittura narrativa.

Nel 2001 ebbi la fortuna di frequentare alla scuola Holden un laboratorio di tecnica poetica con Elena Varvello, che nulla aveva a che fare con la poesiaterapia, ma che fu molto utile e stimolante, ma soprattutto un laboratorio preziosissimo condotto da Claudio Mustacchi alla Libera Università dell'Autobiografia di Anghiari (dove stavo iniziando il mio percorso per diventare specialista in metodologie autobiografiche nelle relazioni di cura) "Raccontarsi attraverso la poesia, il disegno, il movimento". Anche Claudio Mustacchi, oggi docente universitario in Svizzera, è un pedagoga che si è speso molto per promuovere l'utilità formativa della ridondanza dei linguaggi, dell'utilizzo dell'espressione di sé su più canali simultaneamente per generare ricchezza trasformativa e crescita del

sé. Durante quel laboratorio presi a comporre sonetti e mi innamorai così della metrica della tradizione italiana, sulla quale poi ho lavorato molto, e che ho approfondito, soprattutto studiando il valore terapeutico della sestina; appresi anche la tecnica micropoetica surrealista del *petit onze* e iniziai a interessarmi degli haiku e della poesia giapponese. Erano piccoli spunti, luminescenze, già di grande valore in sé, ma che risaltavano ancora di più in un deserto assoluto quale appariva, almeno a me, il panorama italiano delle proposte formative e curative relative alla poesia. Nello stesso periodo, grazie a internet che cominciava a diffondersi, sono entrata in contatto con la NAPT, associazione nazionale di poetry therapy statunitense, e la lettura di articoli pubblicati sul loro Journal of Poetry Therapy è un altro essenziale tassello della mia formazione.

Continuando il mio percorso formativo alla Libera Università dell'Autobiografia di Anghiari mi sono imbattuta in Laura Formenti, una docente preziosa, che non ha mai lavorato con la poesia, ma che, come già Elizabeth McKim, ha rafforzato in me la convinzione e la capacità di utilizzare nei contesti formativi i dispositivi di scrittura – al di là della forma narrativa o poetica – in una maniera che intensificasse e valorizzasse al massimo grado lo scambio e la messa in comune dei testi, uscendo dalla cornice di solitudine in cui siamo abituati a pensare la scrittura.

Dal 2000-2001 ho iniziato a condurre laboratori di scrittura autobiografica, poetica e narrativa d'invenzione in diversi enti e scuole e con varie tipologie di utenze, fra cui studenti, insegnanti, malati oncologici, anziani e infine con i pazienti, in sessioni terapeutiche individuali e soprattutto di gruppo, dopo l'incontro con la psicoterapia della Gestalt che ha completato la mia formazione, data l'attenzione data dal fondatore Paul Goodman all'aspetto sensoriale della parola e dunque alla poesia come forma espressiva opposta alla nevrosi, a un verbalizzare vuoto, stereotipato, alienato dal corpo.

Alcuni miei docenti hanno raccolto queste intuizioni e a loro sicuramente sono grata per importanti spunti teorici: Margherita Spagnuolo Lobb, Giovanni Salonia, Giuseppe Sampognaro, Jean-Marie Robin, Joseph Zinker.

Oltre Goodman, molti sono stati i maestri incontrati solo sulla carta, soprattutto filosofi (anche Goodman lo era): Maria Zambrano (*Filosofia e poesia*), grazie anche agli studi di Luigina Mortari (*Un metodo ametodico. La pratica della ricerca in Maria Zambrano*), il maestro di Maria Zambrano Ortega Y Gasset, Gaston Bachelard (*La poetica dello spazio*), Merleau Ponty (*Fenomenologia della percezione*), Martin Heidegger (*In cammino verso il linguaggio, L'abbandono*), Paul Ricoeur (*Metafora viva*), Jean Baudrillard (*Lo scambio simbolico e la morte*), Umberto Galimberti (*Il corpo*), Chiara Zambon (*Parole non consumate*), lo psicoanalista junghiano James Hillman (*Le storie che curano, L'anima del mondo e il pensiero del cuore*), lo psicologo Paul Fraisse (*Psicologia del ritmo*), l'antropologa Grazia Marchianò (*La parola e la forma*), Rainer Maria Rilke (*I quaderni di Malte Laurids Brigge, Lettere a un giovane poeta*), il poeta Osip Mandel'stam, il linguista George Lakoff e lo psicologo cognitivo Mark Johnson (*Metafora e vita quotidiana*), il poeta terapeuta statunitense John Fox, della NAPT. La poetessa Gabriella Sica (*Scrivere in versi. Metrica e poesia*), la poetessa, formatrice e saggista Donatella Bisutti (*La poesia salva l'anima, Parole magiche*), la poetessa Chiara Carminati (*Fare poesia con voce corpo sguardo*).

Non ho nominato tutti.

Il lavoro di ricerca per dare una fondazione alla poesia-terapia è certosino, poiché nessuno finora se n'è occupato in modo capillare e articolato: si tratta di leggere volumi e volumi, spesso seguendo intuizioni, per trovare una sola frase che corrobori le proprie ricerche, e aggiungerla, come un frammento minuscolo di oro finissimo, al mosaico che si sta cercando, da anni e anni, di comporre.

Perché la poesiaterapia non ha preso piede fino ad oggi?

Allora nessuno si occupava di laboratori di scrittura poetica, e non soltanto in senso terapeutico: erano proprio rarissimi, mentre già fiorivano, soprattutto al nord Italia, numerose scuole di "scrittura creativa" relative alla narrazione in prosa. Come mai? Perché la poesia era così trascurata? La mia ipotesi è che in Italia abbiamo avuto un triplice problema: il primo riguarda probabilmente l'intera civiltà occidentale ed è relativo al fatto che negli anni Settanta le avanguardie artistiche hanno bollato il linguaggio verbale come censorio, razionale, giudicante e quindi non adatto a liberare le energie creative più profonde: lasciando deserto e incolto il terreno preparato dai surrealisti e dei futuristi che volevano praticare un tipo di scrittura differente da quella ordinaria; si è formato nel giro di qualche anno il pregiudizio che la scrittura fosse da abbandonare in favore di pratiche formative e terapeutiche che non la includesse, come la danzaterapia, l'arteterapia (intesa però non come terapia di tutte le arti, come il nome ingannevolmente farebbe presupporre, ma come terapia attraverso pittura e manipolazione dei materiali), la musicoterapia, e poi, ma molto meno diffusa, anche la drammaterapia o la teatroterapia, che però in gran parte dei casi si basa sulla messa in scena di testi improvvisati basati sull'oralità. Ma poiché l'essere umano è legato indissolubilmente al linguaggio verbale, imprescindibile strumento di comunicazione, la scommessa non credo sia quella di liquidare, di abolire la parola, e la parola scritta in particolare, ma di rifondare una parola che abbia una profonda connessione con il nostro corpo, con il ritmo, con il battito cardiaco, una parola che sia radice, sangue, terra: questa è per me, ma ben prima di me anche per importanti filosofi, come per esempio Maria Zambrano, la parola poetica, unica forma espressiva verbale completa e totale, perché in grado di abbracciare il senso uditivo, tattile cinestesico, visivo e di riunificarli in una totalità armonica, ritmicamente organizzata e permanente (nel senso di non vincolata a una performance effimera), veicolando anche significati concettuali.

Tuttavia, in paesi come gli Stati Uniti è riuscita a fiorire la poetry therapy e dunque questo pregiudizio nei confronti della parola scritta non è stato così forte, perché in Italia abbiamo un secondo problema: un atteggiamento di sudditanza e reverenza verso la nostra enorme e intimorente tradizione poetica. I poeti, e gli scrittori in generale, in Italia hanno un forte snobismo e rifiuto verso l'utilizzo della poesia in senso terapeutico perché sembrerebbe loro di svilirla e ridicolizzarla, incoraggiando in questo modo molte persone incapaci a scrivere versi, ma questo è un completo fraintendimento dell'obiettivo della poesiaterapia; il terzo problema è il profondo dissesto dell'istituzione scolastica che ha, fra le sue nefaste ricadute, un pessimo insegnamento della poesia fin dalle elementari, ma soprattutto alle medie e al liceo, basata sulla parafrasi, su un apprendimento meccanico e astratto, e mai sulla sua composizione, a differenza di quanto accade con le altre materie artistiche. Nell'ora di musica si fa musica, nell'ora di disegno si disegna, durante il laboratorio di teatro si recita, nell'ora di ginnastica ci si muove,

nell'ora di italiano si scrivono temi e saggi, ma se si studia poesia non si scrive MAI poesia. Complice anche il secondo problema succitato, cioè il timore reverenziale verso i grandi della letteratura. Così la poesia non viene affrontata come un oggetto plastico, una palla di creta, un cioccolatino da impastare, fondere, assaporare e gustare, una sinfonia fatta di meravigliosi strumenti da accordare, ma come un testo freddo e morto da vivisezionare e tradurre in prosa senza avere prima sperimentato in prima persona il linguaggio poetico. Un'aberrazione formativa che ha la disastrosa conseguenza di allontanare i ragazzi dalla poesia, in molti casi per sempre.

Per queste tre ragioni la poesia in Italia non è mai assurda, a differenza di altre arti, al ruolo di arte terapia autonoma e non si sono mai coltivate le sue straordinarie potenzialità. D'altro canto, negli USA, la poetry therapy, sorta su un terreno più sgombro di pregiudizi legati alla tradizione e a un modo antiquato di insegnare, soffre però di carenze nella sua fondazione teorica, e si è strutturata come una pratica che funziona senza che nessuno abbia mai realizzato uno studio ampio e approfondito sulle basi teoriche (filosofiche, psicologiche, neuroscientifiche) di tale funzionamento. Occorre colmare le lacune esistenti e inaugurare una disciplina ricca e robusta dal punto di vista teorico e pratico e legittimata nella sua esistenza a pieno titolo, al pari delle altre forme arte-terapeutiche.

Per una bibliografia italiana di poetry therapy

Quella che segue non è la bibliografia da cui sono tratte le citazioni e i contenuti inseriti nel testo. Vuole essere piuttosto una prima imbastitura, ordinata cronologicamente, di testi italiani o tradotti in italiano che potrebbero formare l'armadietto della cura poetica, che abbiamo a disposizione e che, in molti casi, non immaginavamo nemmeno di avere.

Bibliografia italiana

- 1979, Jung Gustav, *Psicologia e poesia*, Bollati Boringhieri, Torino
- 1986, Ruggieri Vezio, Gennaro M.G.: *Il ruolo del ritmo e della semantica di una poesia nella produzione di emozioni estetiche*. *Attualità in psicologia*. 1, 17-26.
- 1992, Bisutti Donatella, *La poesia salva la vita. Capire noi stessi e il mondo attraverso le parole*, Mondadori, Milano
- 1994, Zagaroli Antonella, *Counseling e poesia*, Aspic, Roma
- 1994, Lo Iacono Antonio, *Navigando: poesie terapeutiche*, Pieraldo editore, Roma
- 1996, Demetrio Duccio, *Raccontarsi. L'autobiografia come cura di sé*, Raffaele Cortina Editore, Milano
- 1997, Ruggieri Vezio, *L'esperienza estetica. Fondamenti psicofisiologici per un'educazione estetica*, Armando Editore, Roma
- 1999, Demetrio Duccio, *Il gioco della vita. Kit autobiografico. Trenta proposte per il piacere di raccontarsi*, Guerini e Associati, Milano
- 2003, Bartalotta Giuseppe, *Manuale di arte terapia poetica. La poesia per liberare il nostro inconscio*, Edup, Roma.
- 2004, 101 poesie per sopravvivere, Maurizio Cucchi, Guanda, Parma
- 2004, Della Giovampaola Sara, *Il potere dell'immaginazione: psicofisiologia dell'ascolto fiabesco*. "Arti Terapie", N. ¾ mar-aprile.
- 2005, Revault Jean Yves, *Guarire con la scrittura*, Red Edizioni, Milano.
- 2006, Monaco Monica, 2006, *Dei giorni di sole e delle notti di pioggia: dalla poesia alla poesia-terapia*, in press, Palermo (attualmente non reperibile)
- 2006, Meloni Piero, *Poesia e terapia. Pensieri di strada*, Travel Factory, Roma
- 2007, Bert Giorgio, *Medicina narrativa. Storie e parole nella relazione della cura*, Il Pensiero Scientifico, Roma
- 2007, Silvera Miro, *Libroterapia*, Salani editore, Milano
- 2008, Duccio Demetrio, *La scrittura clinica. La consulenza autobiografica e fragilità esistenziali*, Raffaele Cortina Editore, Milano (per formatori)
- 2008, Teora Pasqua, *La finestra sul confine. Trasduzioni poetiche di una psicoterapeuta*, Autoproduzione, Bergamo
- 2010, Bulfaro Dome, Sirtori Ivan, *Leggere con cura* (progetto editato), Mille Gru, Monza
- 2010, Tognolini Bruno, *Rime di rabbia*, Salani Editore, Milano
2010. Racci Manuela, *Iniziazione alla Libroterapia*, Edizioni mediterranee, Roma
- 2011, *Cartorime*, A cura di Zeroconfini Onlus, Carthusia Edizioni, Milano
- 2012, Gioia Patrizia, *Tita su una gamba sola*, Mille Gru, Monza
- 2012, Monti Silvia, *La poesia salva l'anima* (progetto editato), Mille Gru, Monza
- 2012, Della Giovampaola Sara, *In ascolto de L'infinito di Giacomo Leopardi*. Il Politecnico le scienze le arti. N 1-3 41-70
- 2012, Silvera Miro, *Libroterapia due. Un nuovo viaggio nell'universo dei libri, perché leggere salverà il mondo*, Salani editore, Milano
- 2013, Acocella Anna Maria, Rossi Oliviero (2014, ed. or. 2013). *Le nuove arti terapie. Percorsi nella relazione d'aiuto*, FrancoAngeli, Milano
- 2014, Centonze Stefano, *La tecnica della fiabazione*, Edizioni Circolo Virtuoso, Lecce
- 2015, Bulfaro Dome, Castellari Anna, Cesana Simona e Gioia Patrizia (A cura di), *Scacciapensieri. Poesia che colora i giorni neri*, Mille Gru, Monza

- 2015, Coltellacci Giulia Fiore, *I libri che ci aiutano a vivere felici*, Newton Compton, Roma
- 2016, Detambel Règine, *I libri si prendono cura di noi: per una biblioterapia creativa*, Ponte alle Grazie, Milano
- 2016, di Berthoud Ella, Elderkin Susan, *Curarsi con i libri. Rimedi letterari per ogni malanno*, Sellerio, Palermo
- 2016, D'Agostino Azzurra, Matteoni Francesca (A cura di), *Un ponte gettato sul mare*, Perda Sonadoras Imprentas, Seneghe (OR)
- 2017, Grisoni Franca, *Alzheimer d'amore. Poesie e meditazioni su una malattia*, Interlinea edizioni, Novara
- 2017, Bulfaro Dome, Castellari Anna, Cesana Simona, Colombo Barbara e Gioia Patrizia (A cura di), *Ninniamo. Ninne nanne per dire sogniamo*, Mille Gru, Monza
- 2017, Della Giovampaola Sara, *15 anni di Master di Arti-Terapie ad orientamento psicofisiologico: intervista a Rolando Renzoni*. Il Politecnico le scienze le arti. N.1-2 1-6
- 2017, di Berthoud Ella, Elderkin Susan, *Crescere con i libri. Rimedi letterari per mantenere i bambini sani, saggi e felici*, Sellerio, Palermo
- 2018, Bulfaro Dome, *Così va molto meglio. Nuove pratiche di Poetry Therapy*, Mille Gru, Monza
- 2018, Bulfaro Dome, *Ninne nanne allopatiche, omeopatiche, olistiche*, Mille Gru, Monza
- 2018, Leardini Isabella, *Domare il drago*, Mondadori, Milano
- 2018, Dalla Valle Marco, *Biblioterapia. Strumenti applicativi per le diverse professioni*, QuiEdit, Verona
- 2019, Mazza Nicholas, *Poetry Therapy. Teoria e pratica*, Mille Gru, Monza
- 2019, Mascolo Vincenzo (Coordinato da), *Piccolo dizionario della cura, poesie e saggi*, AA.VV., Mursia Editore, Milano
- 2019, Buonaguidi Luca e Gori Francesca (A cura di), *L'isola che c'è. Un laboratorio autobiografico in comunità*, SassiScritti Associazione Culturale, Porretta Terme (BO)
- 2019, Marciano Gabriele, *Sguardo, forma, verità. Indagine multidisciplinare sull'esperienza conoscitiva ed estetica*, Edizioni Universitarie Romane, Roma
- 2019, Fezzi Paolo, *Poesia cura dell'anima. Contributo a una Gestalt Poetry*, in "Monografie di Gestalt - Rivista Quadrimestrale di Psicoterapia e Scienze Umane", n° 6, agosto.
- 2020, Manfredini Angela, *Habitare secum*, a cura e con una nota sulla Poetry Therapy di Marisa Brecciaroli, Puntoacapo edizioni, Pasturana (AL)

Riviste Specializzate

- 1996, "Lettere dalle Muse", rivista di Antonella Zagaroli
- 2020, "Poetry Therapy Italia", rivista online e cartacea, n° 0 febbraio e n°1 giugno, Mille Gru, Monza (numero cartaceo previsto per febbraio 2021)

Tesi sulla poetry therapy

- 2008, Turra Giovanni, *La Poetry terapia: la poesia e la scrittura creativa nella psicoterapia e nella crescita personale*, Iusve, Istituto Universitario Salesiano Venezia, (Tesi del 5-12-2008, attualmente non reperibile)

2012, Buonaguidi Luca, *Poesia e psiche: l'enigma, la storia e l'incontro del mondo poetico con la psicologia*, Facoltà di Psicologia, Università degli Studi di Firenze (Tesi magistrale)

2015, Cupane Leonora, *La parola che danza e canta, la parola che crea e incanta: la poesia come canale di integrazione terapeutica nella cornice della psicoterapia della Gestalt*, Istituto di Gestalt HCC ITALY, sede di Palermo, (Tesi di specializzazione)

2018, Fezzi Paolo, *La poesia sei tu - La poesia nel counseling gestaltico*, CSTG, Centro Studi Terapia della Gestalt, edizione 2015-2017, (Tesi finale per il Corso di counseling ad orientamento gestaltico)

La bibliografia da farsi

La “bibliografia italiana” qui sopra elencata, in quanto prima imbastitura, è certamente incompleta. L’individuazione nei testi affini ma non specialistici, di quali siano i materiali più utili e funzionali alla conoscenza e lo sviluppo di questo ambito, andrebbero analizzati nel dettaglio.

Si potrebbe comunque credere che i titoli pubblicati in Italia siano, tutto sommato, molti di più di quanto uno potesse immaginarsi. E probabilmente è così. Ma a ben vedere, di questa bibliografia, sono pochi i libri che trattano espressamente ed esclusivamente di poetry therapy. E fra questi, sono ancora meno i titoli che corrispondono a testi veramente significativi inerenti la poesiaterapia. In realtà tutti i più importanti libri di questa arte terapia, a eccezion fatta del manuale di Nicholas Mazza, devono essere ancora tradotti e divulgati. Siamo solo all’inizio di un lavoro culturale imponente che ci aspetta e che non dobbiamo più procrastinare, se vogliamo che la poesia espleti appieno il suo potere di guarigione e si moltiplichi la sua precisione chirurgica nell’asportare e trasformare ciò che procura sofferenza, non solo quella di noi umani.