

2.9

IL "SALTO NEL BUIO" DELLA DIPENDENZA: L'ARTETERAPIA PER CORREGGERE IL SILENZIO INTERIORE

**Marcelli S.^[2], Pelusi G.^[1], Borgognoni C.^[1], Gatti C.^[1],
Baglioni I.^[3], Liberati S.^[3], D'Angelo G.^[2]**

^[1]AZIENDA OSPEDALIERA UNIVERSITARIA DELLE MARCHE ~ ANCONA ~ Italy, ^[2]AST ASCOLI PICENO ~ ASCOLI PICENO ~ Italy, ^[3]AST MACERATA ~ MACERATA ~ Italy

Il campo delle dipendenze, nella sua priorità di salvare vite umane, ha posto l'accento sulla riduzione del danno, dove le storie traumatiche e le difficoltà cognitive di questa popolazione richiedono innovazione, dove l'arteterapia velocizza l'acquisizione di informazioni chiave, capaci di catturare l'anima della fragilità¹.

Background

La criticità della dipendenza traccia perimetri delineati da omessi trattamenti, dove il 16,5% della popolazione statunitense ha fatto richiesta di presa in carico e solo il 6% ha ricevuto attenzioni assistenziali, numeri probabilmente molto più alti, dovuti a delle sottostime, causate da risorse limitate per monitorare tale fenomeno, dove i tassi di mortalità si sono storicamente quadruplicati dal 2002, con 108.000 decessi nel 2022. È stato dimostrato che l'arteterapia aumenta l'apprendimento, l'intuizione e la motivazione, potenziando i canali comunicativi. Coloro che hanno fatto uso di sostanze per anni o decenni hanno vissuto in stati alterati di coscienza che hanno influenzato il proprio senso di realtà, tempo, identità e percezione, con la possibilità comunque di comprendere la propria dissociazione post-traumatica. La creatività coinvolge la storia personale del paziente orientato al presente, con la sfida di rappresentare un sentimento o un'esperienza, attraverso il suo coinvolgimento visivo e tattile. Aiutare il paziente a elaborare il proprio trauma, che potrebbe essere stato perso nella memoria dichiarativa o verbalmente inibito a causa di alti livelli di eccitazione, può ridurne l'influenza dirompente che può estendersi dall'infanzia fino all'età adulta. Ricercatori di settore, hanno compreso che l'integrazione dell'arteterapia nelle sessioni individuali o di gruppo promuove la consapevolezza del trauma e riduce la negazione, promuove una maggiore consapevolezza degli eventi negativi e della loro influenza sull'individuo, spesso risolvendo una sintomatologia di lunga data. La creazione artistica assorbe l'attenzione della persona con

pianificazione e organizzazione esterne, mentre le associazioni con ciò che si sviluppa, promuovono l'autoriflessione dove risposte specifiche danno luogo alla ricostituzione dell'autoregolazione, della cognizione e della memoria. Soggetti che sviluppano tali situazioni di "vita", vanno incontro a sintomi che si riconducono a ricordi intrusivi e panico, che minano il senso di autocontrollo, con ridotta capacità di socializzazione e di raggiungimento degli obiettivi, con conseguenze negative per tutto l'arco della vita. L'arteterapia produce un maggiore senso di autoefficacia, migliora la ritenzione, media i ricordi traumatici e facilita la memoria implicita.

Un ostacolo importante nel trattamento della dipendenza è la riduzione del ricordo euforico delle sostanze durante i desideri di astinenza che portano alla ricaduta, dove l'arte può svolgere un ruolo nel ripristino della capacità del cervello nell'anticipare le ricompense naturali, al fine di contrastare il potere della compulsione sensoriale della droga che non risponde più efficacemente alla cognizione, dove la creazione artistica può aiutare a rilasciare neurotrasmettitori che stimolano lo striato dorsale che risponde a nuove esperienze sensoriali attivando la produzione di acetilcolina, che favorisce l'attenzione, che se mantenuto nel tempo può contribuire a decisioni favorevoli al recupero dopo il trattamento. Le evidenze scientifiche, che nel tempo si sono concentrate su questo specifico argomento critico di sanità pubblica, hanno messo in rilevanza che i trattamenti di gruppo attraverso questo approccio per la presa in carico dei soggetti affetti dal fenomeno della dipendenza, sono in grado di coinvolgere le capacità degli stessi, l'attenzione e la perspicacia, esprimendo processi interiori finalizzati a identificare e gestire i sentimenti difficili. Le arti svolgono un ruolo significativo nelle moderne scienze della salute e possono essere utilizzate per interpretare abilmente le emozioni, aiutando a comprendere meglio se stessi e gli altri. Nell'assistenza sanitaria, oltre a concentrarsi sui segni e sui sintomi di un problema di salute o di una malattia, l'obiettivo è quello di prestare attenzione al potenziale (competenze o punti di forza) e alla soddisfazione (aree, azioni e attività), che in un senso più ampio, dovrebbe includere interventi sanitari incentrati sulla persona e interventi non farmacologici che utilizzano l'arte.

Obiettivi

Contemplare, attraverso le migliori evidenze, come l'arteterapia può aiutare i soggetti con deficit da consumo di sostanze ad esprimersi più liberamente, mediante la propria narrazione di vita, capace di raccontare le proprie storie di vita e la consapevolezza di potersi esprimere senza vincoli fornendo un canale di comunicazione non verbale e sicuro, dove i sentimenti difficili da verbalizzare possono essere esplorati simbolicamente attraverso il processo creativo.

Materiali e metodi

L'indagine delle evidenze scientifiche a supporto della ipotesi di studio, è stata realizzata tramite la consultazione di specifiche banche dati, come PubMed, EMBASE, Scopus, Cochrane Library, e CINAHL attraverso l'utilizzo di specifiche parole chiave, come: "Art therapy and Drug addiction", "Art therapy and Substance use disorder (SUD)", "Art therapy and the Recovery Process", "Art therapy and Literature Review", "Art therapy and drug addiction and appropriate care" e "Alternative medical (CAM) and Substance use disorder (SUD)".

Risultati

Approfondimenti delle migliori ricerche razionali sull'argomento in oggetto, hanno sviluppato nel tempo la convinzione che la contestualizzazione dell'arteterapia nelle dipendenze, come approccio alternativo ai comuni trattamenti farmacologici, confermi azioni la cui vivacità promuove l'espressione emotiva non verbale, facilita l'elaborazione del vissuto e dei conflitti interiori, sviluppa autostima e coping, e costruisca relazioni significative con sé stessi e con gli altri. Le arti possono essere definite come musica, arti performative (teatro, danza), arti visive e arti letterarie (romanzi, poesia, altre forme di testo), valide per svolgere un ruolo integrativo nel facilitare l'apprendimento permanente, visto come la scoperta e l'acquisizione di nuove competenze e la capacità di dare significato all'esperienza, perché attraverso l'arte i pensieri passati e presenti possono essere combinati. L'impegno artistico può essere ricettivo (assistere a concerti, teatro, lettura) o attivo (fare arte), dove non è necessario essere artisti o possedere competenze specifiche, ma la cosa più importante è possedere e dar luogo ad un atteggiamento aperto alla creatività nella vita di tutti i giorni, per permettere di dare a se stessi e agli altri la possibilità di interagire ed essere toccati dall'arte e di variare il modello della vita quotidiana. L'espressione creativa è caratterizzata dalla partecipazione attiva al processo di creazione di qualcosa di nuovo: la produzione o l'esecuzione di opere d'arte o la creazione di un'idea, una prospettiva o un processo originale. Le attività creative facilitano l'espressione di sé, l'interazione sociale, la comunicazione, la stimolazione sensoriale e il sollievo emotivo in un ambiente privo di fallimenti, dove si sviluppano collegamenti attraverso i quali gli individui possono esplorare esperienze passate e presenti, rivedere la propria vita, affrontare, adattarsi ai cambiamenti legati all'età, ricevere supporto durante una crisi emotiva o ricevere assistenza in caso di una perdita fisica. Studiosi sottolineano i benefici delle attività artistiche di gruppo e il loro valore nell'aiutare le persone a riprendersi dall'abuso di sostanze, offrendo loro uno sfogo per condividere il dono dell'attività artistica e come mezzo per trasmettere la propria intuizione e il proprio supporto ad altre persone con problemi simili, come «guaritori feriti». Treder-Wolff, J, ha

esplorato gli effetti della musicoterapia, branca afferente all'arte terapia, come un processo creativo che sviluppa azioni positive all'interno dei gruppi dei pazienti ambulatoriali, aumentando non solo l'aggregazione ma anche la comunicazione e l'espressione di sé, contribuendo a promuovere l'efficacia, aiutando i partecipanti ad acquisire consapevolezza della fase di negazione del cambiamento, che è un pilastro fondamentale di qualsiasi lavoro sulla dipendenza. Una revisione della letteratura degli anni '80, ha esaminato 20 studi di arteterapia con persone che abusano di sostanze, pubblicati tra il 1953 e il 1982, mettendo in risalto che le produzioni artistiche forniscono un canale per liberare le emozioni come manifestazione di sé, oltre a consentire esperienze condivise. Altri ricercatori hanno evidenziato come le arti possano contribuire a promuovere l'espressione emotiva e l'esplorazione di queste emozioni in un ambiente sicuro e contenuto, oltre a promuovere la spiritualità, che può favorire il recupero dando agli individui un'identità e un significato diversi alla loro vita. Gli studiosi di ambito hanno identificato come le terapie artistiche per persone che abusano di sostanze si adattino in larga misura a due teorie: il modello dei 12 passi proposto dagli Alcolisti Anonimi e il modello delle fasi del cambiamento, che in pratica utilizza tecniche di colloquio motivazionale. In riferimento a ciò, studi americani sull'arteterapia dichiarano che la stessa viene utilizzata per favorire il processo di recupero in individui che abusano di sostanze seguendo la linea del modello di trattamento dei 12 passi, mentre la letteratura britannica sullo stesso argomento si adatta spesso maggiormente al modello delle fasi dell'innovazione. Una ricerca di Cox e Price ha esaminato l'utilizzo dei «disegni di incidenti» nelle sessioni di gruppo con adolescenti tossicodipendenti, dove ai partecipanti è stato chiesto di rappresentare graficamente specifici eventi traumatici derivanti dall'uso di sostanze, per collegare le proprie esperienze interiori con una visualizzazione esterna, offrendo uno sfogo alle loro emozioni e un ponte per i pensieri, sentimenti ed emozioni repressi a causa dell'abuso di sostanze, con l'obiettivo di condividere il proprio ritmo della meditazione finalizzata a sviluppare armonia. Dall'analisi della letteratura appare ormai evidente che la partecipazione ad attività artistiche di gruppo abbia effetti positivi sui percorsi di recupero delle persone che abusano di sostanze, dove vi è un supporto convergente sia da studi qualitativi che quantitativi.

Conclusioni

Le attività artistiche sembrano essere adatte a ogni contesto e possono promuovere la centralità della persona e la misurazione dei risultati, e dovrebbero essere considerate una parte essenziale dell'assistenza sanitaria, della formazione e della programmazione del management³⁹. L'arteterapia in tutte le sue sfaccettature per le persone che fanno uso di composti illeciti, come

morfina, eroina, anfetamina, allucinogeni, alcol e cannabis, nel corso degli anni ha ricevuto i propri riconoscimenti scientifici come un approccio alternativo che dà luogo a benefici, che consente di esplorare l'immaginazione, al fine di rappresentare simbolicamente i propri sentimenti ed esperienze come mezzo per acquisire una propria intuizione, oltre a ridurre il pensiero distorto attraverso la condivisione di idee, che in un certo senso aiutano il singolo a ridurre progressivamente il proprio disagio sociale e l'isolamento all'interno della propria comunità. L'arte rappresenta un elemento significativo nel settore terapeutico ed è utilizzata in diverse procedure di recupero e trattamento, dove ci si avvale di tecniche integrative per catturare l'anima, il corpo e la mente, dove la sola espressione verbale non sembra capace di avere gli effetti sperati.

Bibliografia

1. Quinn P. Art therapy's engagement of brain networks for enduring recovery from addiction. *Front Psychiatry*. 2025 Jan 6;15:1458063.
2. Mojtabai R. Estimating the prevalence of substance use disorders in the US using the benchmark multiplier method. *Original Investigation. JAMA Psychiatry*. 2022, 79:1074–80.
3. Spencer MR, Garnett MF, Miniño AM. Drug overdose deaths in the United States 2002–2022. *NCHS Data Brief*, no 491. 400 7th St. SW Washington, DC: National Center for Health Statistics (2024).
4. Freilich R, Shechtman Z. The contribution of art therapy to the social, emotional, and academic adjustment of children with learning disabilities. *Arts Psychother*. 2010;37:97–105.
5. Arriaga P, Simoes MP, Marques S, Freitas R, Pinto HD, Prior MP, et al. From art to insight: The role of a creative arts therapies group workshop on college students' well-being, self-awareness, and loneliness. *Arts Psychother*. 2024;90:102188.
6. Cho JM, Lee K. Effects of motivational interviewing using a group art therapy program on negative symptoms of schizophrenia. *Arch Psychiatr Nurs*. 2018;32:878–84.
7. Collie K, Backos A, Malchiodi C, Spiegel D. Art therapy for combat related PTSD: Recommendations for research and practice. *Art Therapy: J Am Art Ther Assoc*. 2006;23:157–64.
8. Ricci V, Maina G, Martinotti G. Dissociation and temporality in substance abuse: A clinical phenomenological overview. *Psychopathology*. 2024;57:219–28.
9. Vance R, Wahlin K. Memory and art. In: Hass-Cohen N, Carr R, editors. *Art Therapy and Clinical Neuroscience*. London: Jessica Kingsley Publishers. 2008,159–73.
10. Anda RF, Felitti VJ, Bremner JD, Walker JD, Whitfield CH, Perry BD, et al. The enduring effects of abuse and related adverse experiences in childhood: A convergence of evidence from neurobiology and epidemiology. *Eur Arch Psychiatry Clin Neurosci*. 2006;256:174–86.
11. Walker MS, Kaimal G, Koffman R, DeGraba TJ. Art therapy for PTSD and TBI: A senior active duty military service member's therapeutic journey. *Arts Psychother*. 2016;49:10–8.
12. Tolomeo S, Yu R. Brain network dysfunctions in addiction: A meta-analysis of resting-state functional connectivity. *Trans Psychiatry*. 2022;12:41.
13. Simpson TL, Goldberg SB, Loudon DK, Blakey SM, Hawn SE, Lott A, et al. Efficacy and acceptability of interventions for co-occurring PTSD and SUD: A meta-analysis. *J Anxiety Disord*. 2021;84:102490.
14. Kaimal G, Ayaz H, Herres J, Dieterich-Hartwell R, Makwana B, Kaiser DH, et al. Functional near-infrared spectroscopy assessment of reward perception based on visual self-expression: Coloring, doodling, and free drawing. *Arts Psychother*. 2017;55:85–92.
15. Belkofer CM, Van Hecke AV, Konopka LM. Effects of drawing on alpha activity: A quantitative EEG study with implications for art therapy. *Art Therapy: J Am Art Ther Assoc*. 2014;31:61–8.
16. Lusebrink V. Art therapy and the brain: An attempt to understand the underlying processes of art expression in therapy. *J Am Art Ther Assoc*. 2004;3:125–35.
17. Balleine B, Delgado M, Hikosaka O. The role of the dorsal striatum in reward and decision-making. *J Neurosci*. (2007) 31:8161–5.
18. Carr R. Sensory process and responses. In: Hass-Cohen N, Carr R, editors. *Art Therapy and Clinical Neuroscience*. London: Jessica Kingsley Publisher. 2008, 41–61.
19. Schouten KA, de Niet GJ, Knipscheer JW, Kleber RJ, Hutschemaekers GJ. The effectiveness of art therapy in the treatment of traumatized adults: A systematic review on art therapy and trauma. *Trauma violence Abuse*. 2015, 16:220–8.
20. Blomqvist L., Pitkälä K., Routasalo P. Images of loneliness: using art as an educational method in professional training. *J Cont Educ Nurs*. 2007;38(2):89–93.
21. WHO regional office for Europe Fact sheet - what is the evidence on the role of the arts in improving health and well-being in the WHO European Region? 2019.
22. McManus I.C., Furnham A. Aesthetic activities and aesthetic attitudes: influences of education, background and personality on interest and involvement in the arts. *Br J Psychol*. 2006;97:555–587.
23. Noice T., Noice H., Kramer A.F. Participatory arts for older adults: a review of benefits and challenges. *Gerontol*. 2014;54(5):741–753.
24. Stephenson R.C. Promoting self-expression through art therapy. *Gener*. 2006;24–26.
25. Phillips L.J., Conn V.S. The relevance of creative expression interventions to person-centered care. *Res Gerontol Nurs*. 2009;2(3):151–152.
26. Knill P.K., Levine S.K., Levine E.G. *Jessica Kingsley Publishers; London: 2014. Principles and practice of expressive arts therapy: toward a therapeutic aesthetics*.

27. Johnson, L. Creative therapies in the treatment of addictions: The art of transforming shame. *The Arts In Psychotherapy*. 1990,17(4):299–308.
28. Treder-Wolff, J. (1990). Music therapy as a facilitator of creative process in addictions treatment. *The Arts in Psychotherapy*, 17(4), 319–324.
29. Moore R. Art therapy with substance abusers: A review of the literature. *The Arts In Psychotherapy*. 1983,10(4):251–260.
30. Holt E, Kaiser D. The First Step Series: Art therapy for early substance abuse treatment. *The Arts In Psychotherapy*. 2009,36(4):245–250.
31. Feen-Calligan, H. The Use of Art Therapy in Detoxification from Chemical Addiction. *Canadian Art Therapy Association Journal*. 2007,20(1):16–28.
32. Horay BJ. Moving Towards Gray: Art Therapy and Ambivalence in Substance Abuse Treatment, *Art Therapy*. 2006;23(1):14–22.
33. Bill, W. *Alcoholics Anonymous: The story of how many thousands of men and women have recovered from alcoholism*. Alcoholics Anonymous World Services, New York.1939.
34. Prochaska, JO, DiClemente CC. Transtheoretical therapy: Toward a more integrative model of change. *Psychotherapy: Theory, Research & Practice*. 1982,19(3):276–288.
35. DiClemente CC, Velasquez MM. Motivational interviewing and the stages of change. In W. R. Miller & S. Rollnick (Eds.), *Motivational interviewing: Preparing people for change*. 2002,201–216.
36. Cox K, Price K. Breaking through: Incident drawings with adolescent substance abusers. *The Arts in Psychotherapy*. 1990,17(4):333–337.
37. Newman, T. (2017). Creating the role: how dramatherapy can assist in re/creating an identity with recovering addicts. *Dramatherapy*. 2017,38(2-3):106–123.
38. Megranaahan K, Lynskey. M. Do reduce substance misuse? A systematic review. *The Arts in Psychotherapy*. 2018,57, 50–58.
39. Vaartio-Rajalin H, Santamäki-Fischer R, Jokisalo P, Fagerström L. Art making and expressive art therapy in adult health and nursing care: A scoping review. *Int J Nurs Sci*. 2020 Sep 28,8(1):102–119.
40. Adams C, Stickley T. Group art activities and arts therapies for people using substances: A rapid review of the literature. 2019,1:47–59.
41. Hu J, Zhang J, Hu L, Yu H, Xu J. Art Therapy: A Complementary Treatment for Mental Disorders. *Frontiers in Psychology*. 2021,12.