

VIRGINIA M. AXLINE

PLAY THERAPY



edizioni la meridiana

p e r s o n e

p e r s o n e

*Collana curata dallo IACP
e diretta da Alberto Zucconi*

Virginia M. Axline

PLAY THERAPY



Ringraziamenti

Pubblicare un libro a distanza di 62 anni dalla sua prima edizione, comporta non poche difficoltà.

L'evoluzione della lingua innanzitutto, ma anche l'evoluzione della materia impongono revisioni e attenzioni notevoli soprattutto quando si è scelto di non operare alcun taglio al testo originale.

Per questo ringraziamo il dott. Mario Meringolo e la dott.ssa Milena Masciarri per la preziosa collaborazione all'editing e alla cura dell'edizione italiana, oltre che Sara Marchesini che ha collaborato alla revisione dei capitoli finali.

2009 © edizioni la meridiana

Via G. Di Vittorio, 7 - 70056 Molfetta (BA) - tel. 080/3346971

www.lameridiana.it

info@lameridiana.it

ISBN 978-88-6153-099-7

Traduzione di Orazio Drago

Progetto grafico: L'immagine

Copyright 1947 by Virginia Mae Axline. La traduzione ha tenuto conto dell'edizione del 1969 pubblicata dalla BALLANTINE BOOK, INC

L'editore è a disposizione degli aventi diritto alla pubblicazione.

Indice

| | |
|--|----|
| Prefazione all'edizione italiana di <i>Alberto Zucconi</i> | 9 |
| Prefazione all'edizione <i>Ballantine</i> di <i>Virginia M. Axline</i> | 13 |

PARTE I

| | |
|--|----|
| 1. Alcuni bambini sono proprio così! | 17 |
| 2. La play therapy | 25 |

PARTE II – Il setting della play therapy non direttiva ed i partecipanti

| | |
|--|----|
| 3. La <i>playroom</i> : i materiali consigliati | 77 |
| 4. Il bambino | 83 |
| 5. Lo psicoterapeuta | 89 |
| 6. Un partecipante indiretto: il genitore o la figura parentale sostitutiva | 95 |

PARTE III – I principi della play therapy non direttiva

| | |
|---|-----|
| 7. Gli otto principi fondamentali | 103 |
| 8. Creare la relazione | 107 |
| 9. Accettare il bambino | 121 |
| 10. Creare un clima di libertà | 129 |
| 11. Riconoscere e rispecchiare i sentimenti | 137 |
| 12. Avere rispetto per il bambino | 149 |
| 13. Il bambino “indica” la strada | 165 |
| 14. La psicoterapia non può essere affrettata | 173 |
| 15. Il valore dei limiti | 179 |

PARTE IV – Implicazioni per il contesto scolastico

| | |
|--|-----|
| 16. Applicazioni pratiche a scuola | 191 |
| 17. Applicazioni nelle relazioni fra genitori e insegnanti | 211 |

| | |
|---|------------|
| 18. Applicazioni nelle relazioni fra insegnanti e dirigenti scolastici | 217 |
| 19. Play therapy individuale: presentazione e commento di alcune sedute | 227 |
| 20. Estratti di registrazioni di psicoterapie di gruppo | 277 |
| 21. Registrazione e valutazione di una psicoterapia di gruppo completa | 289 |
| 22. Combinazione di sedute individuali e di gruppo | 325 |
| 23. Un insegnante psicoterapeuta si prende cura di un bambino con bisogni educativi problematici | 391 |
| | |
| Il Kids' Workshop: laboratorio esperienziale per bambini | 447 |
| | |
| Bibliografia..... | 455 |

In memoria di mio padre Roy G. Axline

Prefazione all'edizione italiana

Siamo molto lieti di poter offrire al pubblico italiano la lettura di questo testo fondamentale. Forse in Italia non tutti sono a conoscenza che il campo della play therapy è in gran parte basato sull'approccio di Virginia Axline denominato "play therapy non direttiva" o "play therapy centrata sul bambino".

Psicologa clinica statunitense, Virginia Axline è stata allieva e poi collega di Carl Rogers, il padre della Psicoterapia Centrata sul Cliente, il primo approccio psicoterapeutico olistico centrato sulla salute, cioè sulla facilitazione dello sviluppo delle innate risorse umane. Tale approccio era stato anche definito come psicoterapia non direttiva poiché articolato in modo da evitare il rischio di passivizzare il cliente: lo psicoterapeuta invece di suggerire specifiche soluzioni promuove nei clienti lo sviluppo delle risorse necessarie per affrontare e risolvere le sfide della propria vita.

In questo testo della Axline la fiducia nella capacità di autocomprensione e di autoregolazione dei piccoli clienti anima in modo evidente ogni aspetto delle varie relazioni terapeutiche con i bambini in sedute di play therapy individuale o di gruppo.

Come è noto Rogers – con la sua Psicoterapia Centrata sul Cliente – si era focalizzato sulla facilitazione del processo di cambiamento degli adulti. Virginia Axline ha applicato i principi della Psicoterapia Centrata sul Cliente adattandola alla realtà e alle esigenze dei bambini servendosi del gioco come mezzo di comunicazione più efficace per questo tipo di clienti.

In *Storia di Dibs*, un suo libro famoso scritto nel 1964 e pubblicato in Italia da Mondadori nel 1969 basato sulle audio registrazioni di tutte le sedute nelle quali l'autrice descrive l'affascinante processo di cambiamento in psicoterapia di Dibs, un suo piccolo cliente, la Axline stessa dichiarerà:

La play therapy si basa sul fatto che il gioco è il mezzo naturale di auto espressione del bambino. Essa offre al bambino la possibilità di esplorare e lavorare sui propri sentimenti e problemi...



È utile notare che Carl Rogers scrisse nel 1942 il suo celebre libro *Counseling and Psychotherapy* (pubblicato da Astrolabio con il titolo *Psicoterapia di Consultazione*) e che questo testo della Axline, che solo ora proponiamo al pubblico italiano, è del 1947.

Fedele al metodo iniziato da Rogers – che a quei tempi era una innovazione rivoluzionaria – di registrare con il magnetofono tutte le sedute dei trattamenti psicoterapeutici ed usare il materiale per la ricerca – la Axline con questo libro offre al lettore un prezioso sguardo sulla sua relazione terapeutica con i piccoli clienti fornendo le trascrizioni delle registrazioni delle sedute di play therapy sia individuali che di gruppo nelle quali risalta chiaramente che il concetto di non direttività non è affatto un mero atteggiamento di passività o di *laissez faire* ma una notevole capacità di sviluppare empowerment e una congruente modalità d'incarnare e comunicare fiducia dello psicoterapeuta nelle capacità di scelta e di autoregolazione dei bambini: una efficace modalità di responsabilizzare i suoi piccoli clienti senza cadere nelle limitanti e passivizzanti strategie di controllo e prescrizione che caratterizzavano a quel tempo il modo di operare di molti psicoterapeuti di diverso orientamento.

La notevole capacità della Axline e la sua fiducia palpabile nelle innate capacità di autoregolazione dei bambini a lei affidati sono un esempio eloquente di come si possa incarnare (concretamente nel disegno e nella gestione dei *setting* clinici e quindi nella relazione con il cliente e nelle specifiche azioni dello psicoterapeuta) questa fiducia nelle capacità autopoietiche dei bambini e come una relazione improntata alla fiducia divenga una profezia autorealizzante.

Oggi, dopo più di 70 anni dalla pubblicazione dei libri di Rogers e della Axline è a mio avviso ancora doveroso e necessario avere piena consapevolezza che la visione della natura umana, implicitamente ed esplicitamente articolata da noi professionisti delle relazioni di aiuto con i nostri clienti, costituisca una sorta di canovaccio, una narrativa, una costruzione sociale della realtà che impatta in maniera notevole il processo ed i risultati di ogni processo di cambiamento.

È affascinante vedere come la Axline (nel 1947) è disponibile ad ammettere e commentare i suoi errori e per ogni intervento non efficace ad offrire al lettore una ampia gamma di modalità alter-



native migliorative. In questo Axline, come del resto Carl Rogers, sono maestri nel mettere in pratica il proprio messaggio: imparare dagli errori è una delle qualità più significative della salute dell'organismo umano non nevrotico, dotato di una innata capacità di autoconsapevolezza e autoregolazione, raro esempio di coerenza, teoretica, clinica e deontologica.

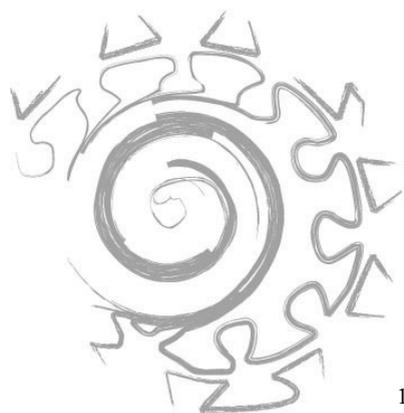
Numerosi sono nel mondo gli eredi del lavoro della Axline, una di essi è Barbara Williams che oltre alla play therapy ha sviluppato anche un interessante aspetto di promozione della salute dei bambini attraverso il suo *Kids' Workshop*, che non è psicoterapia ma intervento psicoeducazionale che ha finalità di protezione e promozione delle innate capacità dei bambini. In altre parole, come ben si evince già nei primi anni dello sviluppo della Psicoterapia Centrata sul Cliente e della play therapy, l'enfasi di Rogers e della Axline, coerentemente con la loro visione olistica della natura umana, non è di tipo meramente riparativo ma di tutela e sviluppo dell'innato potenziale umano. Barbara Williams in Italia collabora in esclusiva con l'Istituto dell'Approccio Centrato sulla Persona che ha un sezione diretta da Irene Hawkins, interamente dedicata al *Kids' Workshop*, di cui fanno parte Sabrina Maio e Patrizia Di Serio.

Alberto Zucconi



1.

**Alcuni bambini
sono proprio
così!**



“SOLO LITI, LITI, E PER TUTTO IL GIORNO LITI!”

1.1

L'insegnante sconvolta si precipitò verso l'ufficio del dirigente scolastico, anticipando con passi agitati Tom che la seguiva pieno di astio e di risentimento.

“Aspettami qui fuori”, gli disse in modo deciso, mentre entrava per prima, nel rispetto della gerarchia e della priorità che le conferivano il suo ruolo, per esporre al dirigente le sue lamentele. Questo dodicenne spavaldo e disobbediente le procurava un sacco di problemi perché creava continuamente confusione in classe. Il ragazzo le ricordava di continuo chi era – “semplicemente una supplente” – e le faceva anche notare che “nessuno poteva comandarlo a bacchetta”.

Tom era abbastanza intelligente da ottenere buoni risultati ma si rifiutava di applicarsi nello svolgimento dei compiti durante le lezioni. Quando riusciva a spuntarla, in altre parole a fare quello che voleva, trascorrevva tutto il tempo a leggere. Non accettava alcuna critica e aveva un atteggiamento antagonista verso i suoi compagni di cui si lamentava dicendo: “Mi prendono sempre in giro”. Quel giorno, la classe aveva appena terminato l'intervallo durante il quale si era consumata l'ennesima lite nella quale si era addirittura arrivati alle mani. Tom disse che tutti i maschi si erano coalizzati come una *gang* contro di lui, sostenendo che aveva sputato sulla bandiera americana. Quando la classe ritornò nell'aula, Tom mostrava chiari segni della violenza subita dai compagni. L'insegnante li rimproverò per aver fatto a botte nel cortile della scuola; i ragazzi dissero di essere dispiaciuti e raccontarono l'episodio legato alla bandiera americana. Tom guardò intensamente l'insegnante con un atteggiamento di sfida, con rabbia e disprezzo buttò i libri e tutto il resto a terra e disse: “Adesso io faccio quello che mi pare! Hanno incominciato *loro*. Si sono messi tutti contro di me. Li odio tutti quanti, dal primo all'ultimo. Li odio da morire e mi vendicherò. Che vadano al diavolo!”. I suoi occhi scuri erano arrossati e la sua voce tremava. Sì, grande e grosso com'era, si era messo persino a piangere; scene come queste turbavano tutta la scolaresca, rendevano l'insegnante nervosa, la facevano tremare fino a farla scoppiare.



re in lacrime. La supplente non era più in grado di sopportare questa situazione. Proprio non ne poteva più!

Quando, nell'ufficio del dirigente scolastico, la docente finì di sgranare il rosario delle lamentele, Tom fu invitato ad entrare nella *santa sanctorum*.

“La signorina Blank mi ha appena detto che hai di nuovo fatto a botte.”

“Beh, tutti gli altri ragazzi si sono messi contro di me.”

“Mi ha pure riferito che hai avuto un atteggiamento irrispettoso nei riguardi della bandiera americana.”

“No, non ho sputato sulla bandiera, *veramente*. L'ho solo detto”.

“L'insegnante mi ha raccontato che ti sei comportato male in classe: hai buttato a terra i libri ed hai usato un linguaggio volgare e minaccioso.”

“Non riesco più a sopportare questa scuola!”, dice Tom urlando e si mette di nuovo a piangere.

“Tutti mi prendono in giro e dicono bugie su di me e...”

“Basta!, incomincio ad essere piuttosto stanco di tutti i problemi che mi crei: non passa un giorno senza che tu sia accompagnato nel mio ufficio; quotidianamente mi viene riferito il tuo pessimo comportamento. Solo liti, liti, liti e per tutto il santo giorno. Le parole non sembrano avere alcun effetto positivo su di te. Beh, forse questo ti farà bene!” Il dirigente si tolse la cinghia e stufo e disperato, ma con forza, colpì il ragazzo pensando di poter ottenere risultati migliori.

Tom e l'insegnante ritornarono in classe mentre il dirigente riprese il suo lavoro dal punto in cui era stato interrotto. Nel pomeriggio l'insegnante informò il dirigente che Tom era assente. Lo stesso dirigente telefonò a casa del ragazzo per avere informazioni ma la madre di Tom gli disse che non aveva la più pallida idea di dove potesse essere il figlio; francamente pensava fosse ritornato a scuola. Tom mancò da scuola e da casa per tre giorni.

Tutti coloro che furono coinvolti in questa spiacevole vicenda si sentirono inutili e inadeguati. La soluzione che era stata adottata non sembrava essere adeguata a risolvere questo tipo di problema; ma cosa si potrebbe fare di diverso in casi di questo genere? Ci deve assolutamente essere ordine, controllo e disciplina altrimenti la classe diventa un manicomio. Tom è certamente un ragazzo difficile e problematico.



“E COSÌ VAI A CASA PER QUALCHE GIORNO, NON È VERO?”

La direttrice del collegio stava in piedi sotto il portico laterale di uno dei *cottage* ed osservava Emma e gli altri bambini che giocavano nel cortile. L'abbigliamento di Emma faceva chiaramente intuire che era in partenza. Inoltre, aveva accanto a sé il borsone e si capiva che stava aspettando qualcuno sotto il portico. Gli altri bambini stavano alla larga da Emma e le facevano smorfie che lei contraccambiava. C'era tensione nel suo atteggiamento e, mentre aspettava, aveva quasi un'aria arcigna. A forza di attorcigliare e contorcere il fazzoletto, quel quadrato di stoffa aveva assunto l'aspetto di un cordoncino.

“Ehi, Emma pensa di essere una tipa in gamba perché sta andando via”, grida con tono sarcastico uno dei bambini che stava giocando in cortile.

“Chiudi quella boccaccia – replica Emma – puzzola fetente; topaccio, storpio, sporco e dalla faccia ammuffita!”

“Smettila di offendermi in questa maniera!” grida con rabbia il bambino oggetto degli insulti.

Emma va verso chi la sta tormentando.

“Sì, vi sputo addosso, volete vedere?” E così fa. Lo scontro fisico inizia immediatamente.

“Bambini! Bambini!” grida la direttrice che col suo intervento riesce a farli smettere. Emma scuote la testa con un atteggiamento di sfida e guarda impaziente verso la strada per vedere se arriva un'automobile. Infatti, sua madre le ha promesso che sarebbe venuta a prenderla per trascorrere insieme una breve vacanza.

Si apre la porta di uno dei *cottage* ed esce un'altra delle responsabili dell'istituto. Le due donne parlano per alcuni minuti dopodiché la direttrice afferra il borsone di Emma e si rivolge alla ragazzina: “Emma. Emma cara. Tua madre ha appena telefonato e ha detto che non riuscirà a venire per questo fine settimana.”

Emma si gira verso la direttrice come se fosse stata attraversata da una scarica elettrica. I suoi occhi verdi sembrano infuocati e guarda la direttrice con il solito atteggiamento di sfida.

“Dai Emma, vai a cambiarti.”

Gli altri bambini gridano ed esultano, soddisfatti e compiaciuti per quello che è appena stato detto ad Emma.



“Sì! Sì! Presuntuosa! E così vai a *casa* per il fine settimana, non è vero?”

Entrambe le donne gridano: “Bambini! Bambini!”.

Emma si gira agilmente e con la velocità di una gazzella attraversa il cortile e corre a più non posso fino a quando non raggiunge un luogo isolato. Si butta giù con la faccia a terra e lì giace tesa e in silenzio. Quando la direttrice la trova riesce a convincerla a fare ritorno al suo *cottage*. Episodi di questo genere si sono già verificati tantissime volte. Infatti, la madre spesso prometteva ad Emma di venire a prenderla ma, di fatto, non manteneva la promessa provocando nella figlia un'enorme delusione. Dopo essere ritornata nel suo *cottage* Emma non riesce né a mangiare né a dormire; non ce la fa nemmeno a piangere. Si ammala e viene ricoverata nell'infermeria. Quando si riprende – in men che non si dica – e ritorna in mezzo agli altri bambini è carica d'odio, astiosa e cattiva. Anche lei è una bambina problematica.

1.3

“QUESTO BAMBINO NON HA BISOGNO DI FARMACI!”

Da quando i genitori si erano separati ed erano stati dati in affidamento Timmy e Bobby avevano l'impressione di non essere al sicuro.

Quando la madre era venuta a prenderlo per portarlo a casa per alcuni giorni, Timmy era stato riluttante ad andare con lei che però aveva insistito. Timmy in questo periodo della sua vita aveva disordini alimentari: non aveva appetito e vomitava quel che mangiava. Non sembrava naturale che un bambino di otto anni fosse inappetente e così infantile. Piangeva frequentemente, era difficile andare d'accordo con lui e spesso faceva a botte col fratello più piccolo, Bobby. Sembrava sempre teso e nervoso.

La madre lo accompagnò dal dottore la cui diagnosi fu “esaurimento nervoso”. All'improvviso, approfittando di un momento di silenzio, Timmy esclamò rapidamente con voce alta e acuta: “Ieri ho visto mio padre. È venuto a casa. I miei genitori non vivranno più assieme, stanno divorziando. Papà non ama più la mamma e lei non ama lui che magari si risposerà e io non lo vedrò più o lo vedrò pochissimo. L'ho sentito dalla mamma: gli



ha detto che non lascerà Bobby e me e papà le ha risposto che gliela farà vedere lui!”.

“Suppongo che di tutto questo ne abbiate già parlato?”, chiese il medico.

“Beh – disse la madre sulle difensive – prima o poi avrebbe dovuto saperlo. Quindi forse è meglio che lo sappia già da ora!”

Timmy disse: “Io e Bobby viviamo con una famiglia affidataria... adesso”. Gridava mentre si rivolgeva al medico: “Viviamo con mamma R. e ci *piace* abitare là!”.

“Non mi può dare una ricetta o qualcosa? – chiese la madre di Timmy al dottore – Sa, non dorme bene di notte e vomita quasi tutto quello che mangia. La donna con cui vive dice che è nervoso e si comporta in modo così... selvaggio.”

Il medico replicò: “Le darò una ricetta... ma questo bambino non ha bisogno di *medicine*”.

Un po' disgustato il dottore scrisse la ricetta e mentre la consegnava alla madre disse causticamente: “Timmy ha bisogno di una casa e di genitori adeguati più di quanto necessiti di psicofarmaci”.

Quando Timmy fu riaccompagnato a casa dei genitori affidatari, immediatamente cercò Bobby per informarlo su quanto stava accadendo: “I nostri genitori stanno divorziando e la mamma ha detto che se può non permetterà mai a papà di averci e...”.

Timmy e Bobby sono bambini problematici.

Tom, Emma, Timmy e Bobby sono tutti descritti come “bambini problematici”. Sono tesi, infelici e affranti al punto che talvolta sentono quasi che la loro vita sia troppo difficile e insopportabile. Coloro che sono interessati alla crescita personale di questi bambini provano una genuina preoccupazione nei loro confronti. Le condizioni ambientali sono sfavorevoli e c'è poco da aspettarsi dai genitori o dalle altre figure adulte che hanno delle responsabilità nei loro riguardi. Se non altro, domandiamoci cosa si può fare per aiutarli ad essere se stessi?

Esiste un metodo per aiutare bambini di questo tipo ad elaborare i problemi che li affliggono ed è stato usato con successo proprio con Tom, Emma, Timmy e Bobby. Questo metodo si chiama play therapy.

Lo scopo di questo libro consiste nello spiegare cos'è la play therapy – verrà presentata la teoria della personalità su cui si basa e

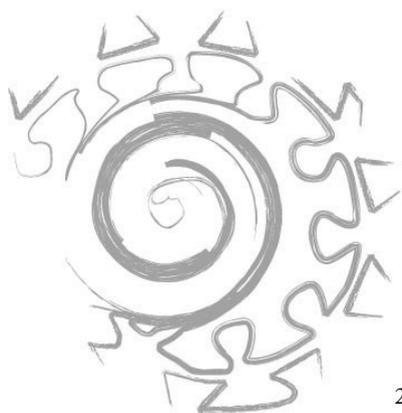


descritta nel dettaglio l'organizzazione del setting, si parlerà di coloro che partecipano al processo terapeutico e dei principi fondamentali per condurre con successo la terapia, saranno riportati casi clinici attraverso la trascrizione delle registrazioni fatte durante le sedute – per mostrarne la sua efficacia nell'aiutare i cosiddetti bambini problematici, ad aiutare se stessi nel trovare il loro personale adattamento ed, infine, per indicare le implicazioni che essa ha rispetto alla pedagogia e al mondo della scuola in generale.



2.

La play therapy



UN METODO PER AIUTARE I BAMBINI PROBLEMATICI AD AIUTARE SE STESSI

2.1

La play therapy si basa sul concetto secondo cui il gioco rappresenta lo strumento naturale di autoespressione dei bambini. Tale esperienza offre loro l'opportunità di esprimere i sentimenti che provano e i problemi che li affliggono proprio come, in alcune forme di psicoterapia, gli adulti i quali usano la comunicazione verbale per parlare delle loro difficoltà, affrontarle e superarle.

La play therapy può essere *direttiva* – in altre parole lo psicoterapeuta si assume la responsabilità di scegliere la direzione che deve prendere la seduta e di fornire delle interpretazioni di quanto emerge nel *setting* terapeutico – oppure, viceversa, può essere *non direttiva* – lo psicoterapeuta lascia ai bambini la possibilità e la responsabilità di dare una direzione all'esperienza di play therapy. In questo libro sarà preso in considerazione l'approccio teorico della play therapy non direttiva e saranno presentati alcuni casi clinici.

Tuttavia, prima di addentrarci nella descrizione dettagliata della play therapy non direttiva e illustrare dei casi clinici, è opportuno parlare della visione dell'essere umano o, in altre parole, della teoria della personalità su cui è fondato questo approccio psicoterapeutico. In sintesi possiamo dire che esso si fonda sul riconoscimento che ogni individuo possiede delle innate potenzialità.

Ci sono molte fonti di informazioni concernenti la struttura di base della personalità dal momento che questo è uno dei più affascinanti, se non addirittura imperscrutabili, aspetti dell'essere umano. Nel corso degli anni moltissime teorie della personalità sono state avanzate, scartate, riesaminate, modificate e nuovamente studiate. Sono stati fatti tentativi per “testare” la personalità, “predirne” i tratti e spiegarne la “struttura”. Ciononostante, il campo rimane completamente aperto e le teorie che sono state avanzate fino ad oggi non sembrano essere totalmente adeguate a spiegare in modo soddisfacente tutto ciò che è stato osservato sulle dinamiche interiori dell'individuo.

Detto ciò, al fine di stabilire una cornice di riferimento all'interno della quale procedere, la spiegazione della struttura della personalità che seguirà viene presentata come una teoria provviso-



ria, che cerca di avvicinarsi il più possibile alla realtà; per questa ragione, rimane aperta a critiche e valutazioni nonostante sia basata sull'osservazione e lo studio di bambini e adulti durante e dopo l'esperienza della psicoterapia non direttiva.

2.2 LA TEORIA DELLA STRUTTURA DELLA PERSONALITÀ SU CUI SI BASA LA PLAY THERAPY NON DIRETTIVA

Ogni individuo sembra avere dentro di sé una potente forza che lo spinge a lottare continuamente per raggiungere una completa autorealizzazione. Questa forza può essere definita come una spinta verso la maturità, l'indipendenza e l'autoregolazione. È sempre all'opera, nell'individuo, per consentirgli di autorealizzarsi ma ha bisogno di un buon "terreno di crescita" per sviluppare una struttura ben equilibrata. Proprio come una pianta ha bisogno del sole, della pioggia e di un terreno fertile per raggiungere la sua massima crescita, allo stesso modo l'individuo necessita della libertà di essere se stesso, di una totale accettazione – da parte di se stesso così come da parte degli altri – della possibilità di essere un individuo che ha il diritto al rispetto, alla dignità – propria di ogni essere umano – e il diritto a soddisfare questa innata tendenza verso la crescita.

La crescita è un processo di cambiamento a spirale, relativo e dinamico. Le esperienze di vita cambiano la prospettiva ed il focus dell'individuo. Tutto è in un costante processo di evoluzione, cambiamento e di assunzione di diversi gradi di importanza per l'individuo alla luce della riorganizzazione e della integrazione dei suoi atteggiamenti, sentimenti.

L'impatto degli eventi, le interazioni fra persone e la stessa natura umana producono questa integrazione costantemente mutevole all'interno dell'individuo. Tutto è relativo, la struttura muta e si riorganizza costantemente: un po' come in un caleidoscopio, all'interno del quale si osservano pezzi di vetro colorato dalle più svariate forme. Nel momento in cui si ruota il caleidoscopio, la configurazione che si poteva osservare va, per così dire, in frantumi e si riorganizza in qualcosa di diverso. Le diverse posizioni



assunte dalle varie parti del disegno danno vita ad una nuova struttura. A prescindere dal modo in cui il caleidoscopio viene ruotato, la struttura mantiene un equilibrio; la differenza è nel modello stesso che è talvolta compatto e indicativo di forza mentre altre volte è disseminato ed apparentemente fragile e senza una vera e propria forma. C'è sempre ritmo e armonia nella struttura che si viene a creare di volta in volta. Ciascuna configurazione è unica, si differenzia da qualsiasi altra e la diversità è causata dal modo il cui la luce colpisce le singole parti, dalla fermezza della mano che afferra il caleidoscopio, così come dalle mutevoli posizioni che assumono i pezzetti di vetro colorato.

La personalità sembra dunque assomigliare ad un caleidoscopio: ogni organismo vivente contiene al suo interno “tutti questi pezzetti di vetro colorato” e la personalità è “strutturata” dall'organizzazione di questi “pezzetti”.

Le dinamiche della vita sono tali che tutte le esperienze, gli atteggiamenti e i pensieri di ciascun individuo sono in costante cambiamento in rapporto alle relazioni fra le forze psicologiche ed ambientali che vengono esercitate su di lui. In questo modo ciò che è accaduto ieri non ha oggi il medesimo significato per la persona, dal momento che è diverso l'impatto degli eventi della vita e quello dell'interazione fra gli individui; allo stesso modo la medesima esperienza sarà integrata domani in maniera diversa.

Questa caratteristica del processo del cambiamento si applica anche al comportamento. Comportamenti che sembrano essere molto simili perché ripetuti giorno dopo giorno e per questo vengono talvolta definiti abitudini, svaniscono improvvisamente nel nulla quando l'individuo si accorge di non averne bisogno o quando scopre un tipo di comportamento più soddisfacente.

È questa osservabile flessibilità della personalità e del comportamento che introduce speranza e ci consente di guardare con fiducia, invece che con pessimistica rassegnazione, anche a coloro che sembrano essere sfavoriti fin dall'inizio della loro esistenza. Quando l'individuo diventa consapevole del ruolo che può giocare nell'imprimere una direzione alla propria vita – e quando accetta la responsabilità che deriva dal seguire la propria voce interna – allora è capace di vedere il corso della sua vita con più chiarezza.

Perché Emma continua a sperare, nonostante le continue delusioni e i ricorrenti rifiuti della madre? Cosa alimenta la sua spe-



ranza e continua a renderla fiduciosa anche dopo ogni esperienza negativa e devastante? Potrebbe questo essere il risultato di un aumento di “saggezza”, “esperienza” e crescente consapevolezza delle sue capacità di far fronte alla situazione? Sta crescendo in lei la fiducia nelle proprie capacità di sopportare le delusioni e di riuscire a camminare con le proprie gambe? Sta gradualmente costruendo un senso di accettazione nei confronti della madre che le permette – sostenuta da una irresistibile fiducia nell’umanità – di spalancarle di nuovo le braccia per incontrarla ogni volta che giunge una sua telefonata carica di promesse?

Solitamente i bambini impiegano meno tempo a perdonare e altrettanto rapidamente dimenticano le esperienze negative; inoltre, a meno che le condizioni in cui si vengono a trovare non siano estremamente dure o addirittura insopportabili, accettano la vita così com’è e le persone con cui vivono. Manifestano in tutte le maniere desideri intensi, curiosità ed un profondo amore per la vita che li riempie di entusiasmo e allegria attraverso i piaceri più semplici. Normalmente ai bambini piace moltissimo crescere e si impegnano con forza e costanza in questo processo, talvolta superando se stessi spinti dall’entusiasmo. Allo stesso tempo sono umili e orgogliosi, coraggiosi e spaventati, dominanti e sottomessi, pieni di entusiasmo e indifferenti. Amano e odiano, litigano e fanno pace, sono al settimo cielo per la felicità e disperatamente tristi. Perché? Alcuni psicologi spiegano questi comportamenti come classici esempi di reazioni di fronte a diversi tipi di stimoli. Io preferisco parlare di reazioni di bambini che stanno crescendo enormemente nel campo dell’esperienza, della comprensione, dell’accettazione di se stessi e del loro mondo. Stanno assimilando tutti quegli ingredienti che si integreranno per dare vita a configurazioni uniche e irripetibili. Si tratta, in altre parole, di ciò che viene definito “personalità”.

È stato detto molte volte che ogni individuo ha dei bisogni fondamentali e che l’organismo cerca con tutte le sue forze di soddisfarli. Quando tale soddisfazione si verifica si dice che l’individuo è “ben adattato”. Quando lo sforzo che punta alla soddisfazione di questi bisogni è bloccato si intraprendono percorsi alternativi o “deviazioni”: in questo caso si dice che il soggetto è “disadattato”. Quella appena data è una spiegazione molto semplice dell’adattamento e del disadattamento che non sembra essere adeguata a spiegare i risultati complessi che l’organismo umano



è in grado di ottenere. Certamente in tale spiegazione del comportamento umano c'è poco per giustificare espressioni quali "rispetto per ogni individuo" e "l'innato diritto al rispetto e alla dignità di ogni persona". Di fatto, si è più attratti ed inclini a studiare il "comportamento di tipo disadattato" perché sembra più complesso, ingegnoso e più selettivo di quello basato sulla diretta soddisfazione dei bisogni.

La personalità sembra eludere qualsiasi tentativo di mera classificazione, di identificazione in stereotipi e compartimentalizzazione. Un individuo che è rigido e timoroso in una particolare situazione o quando si trova di fronte ad una certa persona, spesso reagisce in modi piuttosto differenti in diverse circostanze o relazioni. Il comportamento dell'individuo sembra sempre guidato da una sola spinta, quella che va verso la completa autorealizzazione. Quando questa spinta viene bloccata da pressioni che provengono dall'esterno, la crescita che punta verso questo obiettivo non si arresta, anzi continua con maggior vigore a causa della forza generata dalle tensioni create dalla frustrazione.

Quando un individuo si trova di fronte ad una barriera che ostacola il cammino verso la completa realizzazione di se stesso, si viene a creare un'area di resistenza, contrasto e tensione. La spinta verso l'autorealizzazione continua e il comportamento dell'individuo dimostra che sta cercando di soddisfare questo bisogno interiore lottando contro le forze esterne avverse per affermare il concetto di Sé nel mondo della realtà esterna o, al contrario, che sta realizzando una soddisfazione vicaria ritirandosi nel suo mondo interiore dove può costruire il concetto di Sé con una lotta di minore intensità. Più questa spinta è rivolta verso l'interno, più diventa pericolosa; più l'individuo si allontana dal mondo della realtà, più difficile diventa la possibilità di aiutarlo.

Le manifestazioni del comportamento dipendono dall'integrazione di tutte le esperienze, condizioni e relazioni passate e presenti ma sono indirizzate verso la realizzazione di questa spinta interiore che continua fino a quando c'è vita. Forse la differenza fra il comportamento messo in atto da un individuo ben adattato rispetto a quello disadattato potrebbe essere spiegata in questo modo: quando il soggetto sviluppa un'autostima sufficiente da portare il proprio concetto di Sé fuori dall'ombra e alla luce del sole e con consapevolezza e decisione, dirige il proprio comportamento con la valutazione, la selezione e l'applicazione per



raggiungere l'obiettivo supremo della sua vita – la completa autorealizzazione – allora egli sembra essere ben adattato.

Viceversa, quando l'individuo non ha un'autostima sufficiente per pianificare l'insieme delle sue azioni apertamente, sembra accontentarsi di un'autorealizzazione vicaria piuttosto che diretta e fa poco o niente per canalizzare questa spinta in direzioni più costruttive e produttive. Allora si dice che è disadattato.

I vari tipi di comportamenti disadattivi come, ad esempio, sognare ad occhi aperti, chiudersi in se stessi o quelli caratterizzati da compensazione, identificazione, proiezione, regressione, repressione – e tutti gli altri cosiddetti automatismi del comportamento disadattivo – sembrano essere la prova dei tentativi messi in atto dal Sé interiore per approssimarsi ad una piena realizzazione del concetto di Sé.

Ma ciò si realizza in modo “sotterraneo”. Il comportamento dell'individuo non è coerente con il concetto di Sé che è stato creato come tentativo di ottenere una completa autorealizzazione. Il grado di disadattamento è direttamente proporzionale alla distanza che esiste fra comportamento dell'individuo e concetto di Sé. Quando il comportamento ed il concetto di Sé sono coerenti e quest'ultimo, costruito all'interno dell'individuo, trova un'adeguata espressione all'esterno, allora si dice che l'individuo è ben adattato. Non esiste più una frattura, non c'è più il conflitto interiore.

Ad esempio, Emma vuole essere una ragazzina rispettata e riconosciuta come un individuo che ha importanza. Vuole sentirsi una persona che merita di essere amata, che ha dignità e capacità ma le condizioni ambientali la costringono a vivere in una situazione in cui le sono negate le condizioni necessarie ad esprimere esternamente la sua spinta interiore per stabilire la sua individualità o la sua personalità. È per questa ragione che tenta di raggiungere tali obiettivi in modo vicario: racconta bugie, litiga fino ad arrivare allo scontro fisico e si ritira nel mondo dei sogni dove può finalmente realizzare il concetto di Sé.

Lo stesso vale per Tom, Timmy e Bobby. Sembra che questi bambini – e come loro tutti gli altri – abbiano bisogno di provare stima di sé. Tale sentimento talvolta è generato nei bambini dall'amore, dalla sicurezza e dal senso di appartenenza. Questi fattori sembrano essere per i bambini la prova che essi sono accettati come persone che hanno valore, piuttosto che rappresentare mera-



mente la semplice soddisfazione dei loro bisogni d'amore e di sicurezza in se stessi. I bambini che incontrerete nella lettura di questo libro in molte circostanze non avevano relazioni interpersonali in grado di fornire loro amore, sicurezza e senso di appartenenza. Ciononostante, questi bambini, attraverso il processo terapeutico, hanno acquisito l'indispensabile e crescente consapevolezza di avere valore, di essere capaci di autoregolazione, di avere dentro di sé i mezzi per camminare con le proprie gambe, di accettarsi e di assumersi la responsabilità della loro personalità conscia. In questo modo essi sono riusciti a sincronizzare le due proiezioni della loro personalità: ciò che l'individuo è dentro di sé e come manifesta il suo Sé interiore all'esterno.

L'individuo ha reazioni e comportamenti in relazione a tutta la complessità delle sue esperienze. Le sue reazioni sono una realtà complessa, ponderata, che richiede chiarimenti, obiettività, accettazione e il prendersi la responsabilità di agire per gestire meglio possibile le proprie cose.

LA TERAPIA NON DIRETTIVA

2.3

La terapia non direttiva è fondata sull'ipotesi che l'individuo ha dentro di sé, sia la capacità di risolvere i propri problemi in modo soddisfacente, sia una spinta verso la crescita che rende il comportamento maturo più appagante di quello immaturo.

Questo tipo di terapia inizia esattamente dal punto in cui si trova l'individuo e basa il suo processo sul "*qui ed ora*", permettendo e accettando anche il cambiamento repentino durante le sedute terapeutiche, nel caso in cui esso si verificasse così rapidamente. I tempi del cambiamento dipendono dalla riorganizzazione delle esperienze, atteggiamenti, pensieri e sentimenti accumulati dall'individuo. Egli fornisce l'*insight*, che è il prerequisito di una psicoterapia di successo.

La psicoterapia non direttiva offre all'individuo la libertà di essere se stesso, accettandolo completamente senza fare valutazioni o esercitare pressioni che ne possano determinare una pressione verso il cambiamento; inoltre, riconosce e chiarisce gli atteggiamenti carichi di emozioni, attraverso il rispecchiamento/rimando fatto dallo psicoterapeuta di ciò che il cliente esprime. Pro-



prio attraverso il processo di questa terapia si offre all'individuo l'opportunità di essere se stesso, di apprendere riguardo a sé, di tracciare il suo percorso apertamente e, con la medesima apertura, volendo usare l'immagine a cui s'è fatto riferimento in precedenza, egli si permette di ruotare il caleidoscopio, in modo da poter dare forma ad un più soddisfacente progetto di vita.

Quando ci si trova di fronte a Tom, Emma, Timmy e Bobby è evidente che questi bambini stanno sviluppando personalità "distorte": la sfida consiste nel fare qualcosa che possa aiutarli a comprendere se stessi, a liberarsi dalle tensioni e dalle frustrazioni, a realizzare pienamente le potenti forze che dentro di loro lottano incessantemente e con ardore per la crescita, la maturità e l'autorealizzazione.

2.4 LA PLAY THERAPY

La play therapy non direttiva, come è già stato affermato in precedenza, può essere descritta come un'opportunità che viene offerta ai bambini per fare un'esperienza di crescita nelle condizioni più favorevoli possibili. Dal momento che essi utilizzano il gioco come strumento naturale di autoespressione, gli viene data la possibilità di esprimere, attraverso l'attività ludica, i sentimenti di tensione, frustrazione, insicurezza, aggressività, paura, smarrimento e confusione che si sono accumulati dentro di loro.

I bambini portano in superficie questi sentimenti, li mettono allo scoperto, li guardano in faccia, imparano a controllarli o ad abbandonarli. Una volta raggiunto uno stato di rilassamento emozionale, incominciano a rendersi conto della forza che hanno dentro di loro in quanto individui che hanno valore come persone, che pensano e prendono decisioni in modo autonomo, per diventare psicologicamente più maturi e così facendo autorealizzarsi.

La stanza in cui ha luogo la play therapy è un terreno fertile che favorisce la crescita. All'interno dell'atmosfera di sicurezza offerta da questo contesto, i *bambini*, che sono le persone più importanti, sono padroni della situazione e di se stessi; qui nessuno gli dice cosa devono fare, critica le loro azioni, li sgrida o li infastidisce, gli dà suggerimenti, li sprona a intraprendere una qualche direzione, spia o mette il naso all'interno del loro mondo priva-



to. Gradualmente, sentendosi accettati totalmente avvertono che *in questo luogo* possono dispiegare le ali e guardare onestamente se stessi. È un luogo in cui possono testare e mettere alla prova le loro idee perché questo è il *loro* mondo, all'interno del quale non devono più competere con altre forze come, ad esempio, l'autorità degli adulti, i coetanei rivali e non si trovano in situazioni in cui ricoprono il ruolo di "pedine umane" alla mercé di genitori che litigano o brontolano oppure in altre circostanze in cui rappresentano il bersaglio delle frustrazioni o dell'aggressività di qualcun altro. Sono individui a tutti gli effetti e con tutti i diritti e, pertanto, trattati con dignità e rispetto. Possono dire ciò che desiderano esprimere, possono giocare come vogliono, utilizzare i giochi presenti nella stanza come più gli piace; sono liberi di odiare, amare o di essere indifferenti – e ciononostante sono completamente accettati. Possono essere veloci come il vento o lenti come lumache: nessuno cercherà di rallentarli o gli metterà fretta.

Scoprire che suggerimenti, comandi, rimproveri, limitazioni, critiche, disapprovazioni, intrusioni e che i supporti degli adulti sono improvvisamente scomparsi, per i bambini è un'esperienza più unica che rara. Tutti questi interventi provenienti dal mondo degli adulti sono stati rimpiazzati, all'interno della terapia, dall'accettazione assoluta e dalla possibilità data di essere se stessi.

Non stupisce che i bambini durante la prima seduta di play therapy spesso siano stupiti, confusi e quasi sconcertati. *Che roba è? Dove sono capitato?* Non sorprende nemmeno che siano sospettosi e curiosi di fronte a questa nuova e strana realtà. Per tutta la vita hanno sperimentato la presenza di qualcuno che li aiutava ad andare avanti o addirittura, in alcuni casi, una presenza più invadente determinata a vivere la loro vita come in una sorta di sostituzione/sovrapposizione. Improvvisamente tutte queste interferenze scompaiono e i bambini non sono più costretti a vivere all'ombra di qualcuno che sembra essere più vasto dei loro orizzonti. Sono fuori, alla luce del sole, e le sole ombre che si possono vedere sono quelle che loro desiderano proiettare.

Senza dubbio si tratta di una sfida che i bambini avvertono chiaramente e alla quale corrisponde qualcosa di profondo del loro mondo interiore: la sfida di *essere*, di esercitare il potere della vita che è al loro interno, imprimere una direzione a questa forza, diventare più determinati, decisivi e autonomi.



All'inizio con fare circospetto e guardingo mettono alla prova questa nuova realtà, ma nel momento in cui avvertono e sentono la libertà e la sicurezza della situazione esplorano le possibilità che essa offre con maggiore intraprendenza e audacia. Non essendo più bloccati e inibiti da forze esterne, la spinta interiore verso la crescita non ha più barriere che la ostacolano, limitano o deviano; la resistenza psicologica che hanno incontrato in precedenza è scomparsa.

La presenza nella *playroom*¹ di uno psicoterapeuta accettante, comprensivo e disponibile fornisce ai bambini un senso di sicurezza. Le limitazioni, che sono pochissime, rappresentano una sorta di valore aggiunto sia al senso di sicurezza sia a quello di realtà. Il tipo di partecipazione del professionista rappresenta un'ulteriore fonte di sicurezza. Lo psicoterapeuta è sensibile verso tutto quello che i bambini provano ed esprimono attraverso il gioco e le verbalizzazioni che lo accompagnano, riflette loro questi atteggiamenti espressivi e carichi di emozioni in modo da aiutarli a comprendersi un po' meglio. Rispetta i bambini, la loro abilità nel camminare con le proprie gambe e di diventare individui più maturi e indipendenti offrendo loro tale opportunità. Oltre ad aiutare i bambini ad ottenere una migliore comprensione di se stessi riflettendo i loro atteggiamenti carichi di sentimenti, lo psicoterapeuta "comunica" ai bambini che li sta capendo e accettando in ogni momento a prescindere da ciò che dicono o fanno. In questo modo, egli alimenta il coraggio necessario a spingersi sempre più in profondità all'interno del loro mondo interiore e a lasciare emergere il loro Sé più autentico.

Per i bambini, la psicoterapia è davvero una sfida per la loro spinta interiore che cerca incessantemente la realizzazione. Nella mia esperienza con i bambini non ho mai ignorato né trascurato questa sfida. La velocità con cui si avvalgono di tale opportunità varia da individuo a individuo ma il fatto che ciò si verifica nell'esperienza di *play therapy*, anche se in diversa misura, è stato dimostrato ripetutamente.

Per lo psicoterapeuta si tratta di un'opportunità per verificare l'ipotesi che, se ai bambini è offerta la possibilità, realmente possono e di fatto diventano più maturi, più positivi nei loro atteggiamenti e più costruttivi nei modi in cui esprimono la loro forza interiore.



Credo che si tratti della medesima spinta interiore che preme verso l'autorealizzazione, la maturità e l'indipendenza e che crea anche le condizioni che noi chiamiamo disadattamento, che sembra essere una determinante aggressiva dei bambini a voler essere se stessi con ogni mezzo, oppure una forte resistenza al blocco della loro completa autoespressione. Ad esempio, quando Tom è disprezzato da genitori, insegnanti e amici perché i suoi atteggiamenti e comportamenti lo hanno reso inaccettabile, allora lui è determinato a mantenere questo suo modo di essere nei loro confronti nonostante sia proprio per questo che tutti lo fanno a pezzi. Tom combatterà, terrà il broncio, li sfiderà, li provocherà, si rifiuterà di obbedire e resisterà al loro tentativo d'imporsi. Fingerà di sputare sulla bandiera americana e, in questa situazione di totale conflittualità e frustrazione, piangerà disperatamente. Questo sembra essere vero anche per gli altri bambini che sono già stati menzionati in precedenza e di tutti gli altri di cui si parlerà in questo libro. Stanno tutti lottando per raggiungere la maturità, per ottenere l'indipendenza e il diritto ad essere se stessi. Se il lettore esamina tutto il materiale che riporta le esperienze di play therapy e si chiede "*Cos'è realmente successo ai bambini durante questa seduta terapeutica di un'ora?*", la risposta è evidente: ai bambini è stata offerta l'opportunità di canalizzare questa spinta interiore verso la crescita in modo costruttivo e positivo e loro non hanno fatto altro che cogliere al volo e con entusiasmo tale opportunità. Diventano capaci di risolvere i problemi che li affliggono, di fare delle scelte e di assumersi delle responsabilità verso se stessi, molto di più di quanto gli è solitamente permesso di fare.

Le citazioni con cui i bambini hanno descritto la play therapy, dal momento che si tratta di descrizioni e commenti che sono emersi spontaneamente, ci fanno capire con più efficacia cosa significhi per loro tale esperienza più di qualsiasi altra descrizione fatta da uno psicoterapeuta.

Tre bambini di otto anni erano impegnati in un'esperienza di psicoterapia di gruppo². Durante l'ottava seduta, Herby improvvisamente chiese alla psicoterapeuta: "*Sei costretta a fare questo lavoro o ti piace? – poi aggiunse – Io non saprei come farlo*". Ronny chiese a Herby: "*Ma cosa vuoi dire? Giochi. Tutto qua! Semplicemente giochi*". Owen si disse d'accordo con Ronny chiedendo e affermando: "*Perché? È semplicissimo*". Ma Herby



continuò la discussione: “Quello che intendo dire è che non saprei fare ciò che lei fa – disse, riferendosi alla psicoterapeuta – non so nemmeno cosa fa, anzi mi sembra che non faccia niente. Eppure tutto ad un tratto mi sento libero. Dentro di me sono libero”. (Allarga e muove liberamente le braccia). “Sono Herb, Frankenstein, Tojo³ e un diavolo”. (Ride e si batte il petto). “Sono un supergigante e un eroe grandioso. Sono meraviglioso e terribile. Sono stupido e intelligentissimo. Io sono due, quattro, sei, otto, dieci persone; litigo, faccio a pugni e uccido!” La psicoterapeuta disse a Herby: “Tu sei tutte queste persone, sono tutte presenti dentro di te”. Ronny aggiunse: “E anche tu fai schifo”. Herby guardò intensamente verso Ronny e replicò: “Io faccio schifo e tu fai schifo. Perché io se voglio ti spezzo in due”. La psicoterapeuta continua a parlare ad Herby: “Qui dentro tu sei tutti i tipi di persone. Sei meraviglioso e terribile, stupido e intelligente”. Herby, esultante, la interrompe: “Sono buono e cattivo e tuttavia sono sempre io, Herby. Le dico che sono meraviglioso. Posso essere qualsiasi cosa io voglia essere!”. Evidentemente Herby sentiva che durante la seduta terapeutica poteva manifestare pienamente tutti gli atteggiamenti e i sentimenti che erano espressione della sua personalità. Avvertiva l'accettazione e la libertà di poter essere se stesso. Sembrava riconoscere il potere di autodirezione che aveva dentro di sé.

Un altro ragazzo di dodici anni fece questo commento durante la prima seduta di play therapy: “Questa esperienza è così strana e diversa da tutte le altre. Qui lei mi dice che posso fare tutto ciò che voglio *io*. Non mi dice cosa fare. Se voglio, invece di un disegno posso fare un gran pasticcio. Posso fare con l'argilla la mia insegnante e permettere che un coccodrillo la divori”. Detto questo si mise a ridere a crepapelle, poi continuò: “Posso fare qualsiasi cosa. Posso essere me stesso!”. Billy, che aveva solo cinque anni, faceva sempre riferimento a se stesso in seconda ed in terza persona. Quando voleva fare qualcosa come, ad esempio, togliersi la giacca diceva; “Ora ti togli la giacca” anziché dire “Ora mi tolgo la giacca”. Oppure: “Adesso dipingi” invece di “Adesso dipingo”. Gradualmente, durante il percorso di play therapy, Billy è diventato un “Io” ed ha iniziato a parlare in prima persona. Così verso la conclusione di una seduta disse: “Io ho trovato interessante giocare con la sabbia”. Durante la sesta seduta finalmente entrò nel grande contenitore della sabbia, si mise



a sedere e fece scivolare la sabbia pura e bianca fra le sue dita e disse con un tono di meraviglia nella sua voce: “Oggi *io* sono entrato nel contenitore della sabbia. Un passo alla volta ci sono riuscito”. Questo era proprio vero infatti, settimana dopo settimana, aveva un po’ alla volta superato ogni paura e si era avvicinato sempre più al contenitore fino al giorno in cui ha potuto esclamare: “Oggi *io* sono entrato nel contenitore della sabbia”. Poter sentire e provare i propri sentimenti, mettersi alla prova, dispiegare la propria personalità, assumersi le proprie responsabilità... Questo è ciò che accade durante la play therapy e la psicoterapia più in generale.

Dozzine di esempi simili potrebbero essere citati. L’esperienza di ogni psicoterapeuta dimostra quest’unica costante manifestazione: i bambini acquisiscono il coraggio di andare avanti, progredire e di diventare individui più maturi e indipendenti.

Dal momento che la completa accettazione dei bambini sembra essere un elemento di capitale importanza, merita uno studio più approfondito. Innanzitutto vale la pena domandarsi: accettazione di che cosa? La risposta sembra essere: accettazione dei bambini e profonda fiducia nel fatto che sono capaci di autodefinizione. Sembra pure voler dire, rispetto delle capacità dei bambini in quanto esseri pensanti, indipendenti e costruttivi.

L’accettazione sembra anche implicare la comprensione dell’incessante spinta verso la completa autorealizzazione – la completa realizzazione di se stessi come individui liberi psicologicamente in modo da essere capaci di funzionare al massimo delle loro capacità. Una persona adattata è un individuo che nel suo cammino non incontra troppi ostacoli e a cui è stata offerta l’opportunità di essere libero e indipendente così com’è giusto che sia. La persona disadattata, viceversa, sembra essere qualcuno a cui, in un modo o nell’altro, è stato negato il diritto di ottenere tutto questo senza dover ingaggiare una lotta faticosa. L’attento esame delle “registrazioni” indica ripetutamente quanto sopra affermato. Talvolta l’individuo è rifiutato e messo in disparte; altre volte è asfissiato dalle cure eccessive che gli impediscono di superare gli ostacoli. Sembra che gli individui non manifestino disturbi del comportamento a meno che non stiano lottando con tutte le forze per ottenere il loro status di individui. I modi in cui cercano di ottenere questo sono molti e vari ma sembra esserci sempre una qualche manifestazione della resistenza dell’indi-



duo al blocco dello sviluppo della propria maturità e indipendenza. Persino i bambini che sono sottomessi e che diventano molto dipendenti sembrano paradossalmente riuscire ad ottenere in modo indiretto una loro capacità di controllo e quindi d'indipendenza. Ad esempio, quei bambini *infantilizzati* che rifiutano di imparare a leggere quando sono mandati a scuola, di primo acchito sembrerebbe che stiano lottando contro la propria maturità e indipendenza. Può darsi però che questa è la migliore maniera che il bambino ha scoperto per poter controllare la situazione, un'importante soddisfazione perché si tratta di un'espressione del potere di dirigere se stessi e divenire a tutti gli effetti degli individui. Si tratta di un'ipotesi molto controversa ed è presentata come una interpretazione della primaria manifestazione delle registrazioni della play therapy – in altre parole, la costante presenza della spinta dall'interno verso la crescita dell'individuo, che talvolta si dispiega in un tempo incredibilmente breve ma che è sempre presente in grado maggiore o minore. Molti casi sembrano dimostrare che l'unico bisogno dell'individuo è quello di non essere ostacolato, di essere libero, di avere il permesso di espandersi in un Sé completo senza che ci sia una lotta frustrante e deformante nella soddisfazione di questa spinta interiore. Questo non significa che la persona è ripiegata solo su di sé e che per lei il resto del mondo circostante cessa di esistere. Viceversa, significa libertà di realizzare questa spinta interiore in modo naturale, senza che essa diventi necessariamente la questione centrale della sua intera esistenza e senza la necessità di dover canalizzare tutte le sue energie in un assalto furibondo contro gli ostacoli che impediscono il raggiungimento della sua maturità o senza che l'individuo sia costretto a rivolgere tutte le sue attenzioni verso l'interno.

Quando quindi questa spinta interiore è soddisfatta in modo naturale e costante – poiché la crescita è un processo continuo, che dura per tutta la vita – si tratta di una realtà che istintivamente si muove verso l'esterno. L'individuo sta raggiungendo una maturità fisica e, deve ottenere anche la maturità psicologica affinché ci sia equilibrio.

Così come l'individuo fa ricorso ad una crescente indipendenza fisica per espandere i limiti delle sue capacità corporee, allo stesso modo utilizza una crescente indipendenza psicologica per allargare il ventaglio delle sue abilità mentali.



I bambini in grado di correre sono in grado di andare più lontano di quelli più piccoli che riescono solo a gattonare. Chi ha imparato a parlare riesce a comunicare più efficacemente di chi è allo stadio della lallazione, del linguaggio olofrastico oppure riesce solo a farfugliare. Con la maturità giunge anche l'apertura dell'individuo al mondo, nella misura in cui riesce a inglobarlo nel suo progetto di vita. E così avviene in tutto l'arco della vita. I bambini che sono psicologicamente liberati sono in grado di ottenere in modo creativo e costruttivo molto di più di coloro che spendono energie in una battaglia frustrante e piena di tensioni per raggiungere questa libertà e la consapevolezza della loro individualità.

Saranno degli individui. Se non riescono a raggiungere questo obiettivo in modo legittimo allora intraprenderanno percorsi sostitutivi. È per questo che i bambini fanno i capricci, infastidiscono gli altri, tengono il broncio, sognano ad occhi aperti, litigano, fanno a botte e cercano di sconvolgere chi li circonda attraverso tali comportamenti. Molte volte gli insegnanti impegnati a gestire qualcuno che vuole "mettersi in mostra" hanno affermato: "Dategli una ragione legittima per mettersi in mostra. Permettetegli di prendere parte ad una recita. Affidategli una qualche responsabilità all'interno della classe!". Allo stesso modo hanno fatto ricorso ad altri stratagemmi per soddisfare il bisogno del bambino di essere riconosciuto come una persona che ha valore. Similmente durante la seduta di play therapy ai bambini viene offerta l'opportunità di realizzare questa forza interiore che gli permette di essere se stessi.

I giocattoli implementano questo processo perché rappresentano il mezzo di espressione per antonomasia dei bambini. Si tratta di materiali che possono utilizzare come se fossero i propri. Il loro gioco libero è espressione di ciò che *vogliono* fare. Possono dare un certo ordine a questo loro mondo e questa è la ragione per cui lo psicoterapeuta non direttivo in alcun modo non conduce il gioco né lo indirizza verso certi percorsi. Lo psicoterapeuta restituisce ai bambini ciò che già appartiene a loro, nella fattispecie i giochi e l'uso non direttivo degli stessi. Quando giocano liberamente senza che sia loro imposta una direzione, essi esprimono la loro personalità, sperimentano libertà di pensiero e di azione ed esprimono sentimenti e atteggiamenti che tentavano di uscire allo scoperto.



Questa è la ragione per cui non sembra necessario che i bambini siano consapevoli di avere dei problemi prima di poter beneficiare della seduta terapeutica. Molti bambini che hanno fatto l'esperienza della psicoterapia, hanno in seguito manifestato segni tangibili di atteggiamenti e comportamenti più maturi e tuttavia, non si sono resi conto che le sedute erano molto di più che un semplice spazio dedicato al gioco libero.

La play therapy non direttiva non intende essere uno strumento finalizzato alla sostituzione di un certo tipo di comportamento ritenuto "poco desiderabile" secondo i parametri degli adulti con un altro che viene invece considerato più accettabile. Non si tratta di un tentativo di imporre al bambino la voce dell'autorità che dice: "Tu hai un problema e io voglio che tu lo risolva". Quando si verifica questo i bambini oppongono una resistenza che può essere attiva o passiva perché non vogliono essere sopraffatti. Lottano, sopra ogni cosa, con tutte le forze per essere se stessi. Questi modelli di comportamento non gli appartengono in quanto non li hanno scelti e sono realtà fragili per cui non vale la pena spendere tempo e approfondire sforzi per imporglieli con la forza.

Il tipo di psicoterapia che stiamo descrivendo si basa su una teoria positiva riguardante le abilità dei singoli individui. Non limita la crescita di nessun individuo anzi permette che questa si realizzi in pienezza. Inizia dal punto in cui l'individuo *si trova* e gli permette di andare il più lontano possibile in relazione alle sue potenzialità. Questa è la ragione per cui non ci sono incontri diagnostici prima che la psicoterapia abbia inizio. A prescindere dai comportamenti e dai sintomi, lo psicoterapeuta incontra l'individuo esattamente nella fase evolutiva in cui si trova. Questa è la ragione per cui, per quanto è possibile, l'interpretazione viene esclusa. Ciò che è accaduto in precedenza è la storia del passato. Dal momento che le dinamiche della vita cambiano costantemente la relatività delle cose, anche le esperienze passate sono colorate dalle interazioni della vita e quindi sono anch'esse in continuo mutamento. Qualsiasi cosa tenti di ostacolare la crescita dell'individuo è un'esperienza bloccante. Portare la psicoterapia nella storia passata dell'individuo esclude la possibilità che egli nel frattempo sia cresciuto e di conseguenza il passato non ha più lo stesso significato che aveva un tempo. Per questa stessa ragione sono escluse anche le domande che



mirano ad indagare e investigare. È l'individuo che sceglie ciò che ritiene più importante e questo avviene solo *quando si sente pronto a farlo*. Quando lo psicoterapeuta non direttivo afferma che la psicoterapia è centrata sul cliente intende affermare proprio questo perché per lui è nel cliente che risiede la forza vitale che orienta la crescita che trae origine dalla sua interiorità.

Durante l'esperienza di play therapy si stabilisce questo tipo di relazione facilitante fra lo psicoterapeuta e il bambino: questo permette al piccolo cliente di rivelare il suo vero Sé allo psicoterapeuta e dal momento che il suo vero Sé viene accettato – proprio grazie a questa accettazione autentica – cresce l'autostima del bambino, rendendolo capace di una maggiore espressione della propria personalità.

I bambini vivono in un loro mondo e pochissimi adulti sono realmente in grado di capirli. In quest'epoca caratterizzata da frenesia e pressione diventa difficile per i bambini stabilire relazioni autentiche e profonde con gli adulti, che sono figure indispensabili per dargli la fiducia e la sicurezza necessarie a mettere a nudo la loro vita interiore. Troppe persone sono tentate di sfruttare la personalità dei più piccoli che per questa ragione si mettono sulla difensiva e proteggono la loro identità. Si isolano, si chiudono e si divertono con gli oggetti che per loro sono enormemente importanti e interessanti.

I bambini, attentamente ripiegati su semplici cose, dedicano tempo alla loro insaziabile curiosità e ai loro interessi sensoriali, mentre gli adulti spesso sono inclini a farsi gioco di loro oppure a sminuirli quando essi con la voce carica dell'entusiasmo di un vero ricercatore e scopritore affermano: “Ma perché la sabbia è fatta di granelli abrasivi e non ha alcun sapore? È proprio *questo* il sapore del *niente?*”. Oppure: “La pittura con le dita cola, passa dall'altra parte – passa dall'altra parte – come fango rosso o verde – fango che trasuda, che trasuda”. Oppure l'osservazione: “Le persone tornano a casa dopo il lavoro – a casa dal lavoro, a casa dal lavoro. Vanno verso est quando vanno a casa dal lavoro – vanno a cena. Poi domani ritorneranno di nuovo. Ritorneranno di nuovo. Verranno di nuovo a ovest. Vengono a ovest al mattino e tornano al lavoro”. O ancora, come nel caso di un bambino di cinque anni che guarda, dalla finestra della *playroom*, una grande chiesa nelle vicinanze: “C'è una chiesa – la grande, grandissima chiesa. La chiesa che va su fino in cielo. La chiesa che



produce musica. La chiesa che rintocca uno, due, tre, quattro volte quando sono le quattro in punto. La chiesa circondata da arbusti e nella quale entrano le persone”. Poi, dopo una lunga pausa, aggiunse: “E il cielo! Così tanto cielo – lontano, lassù. E un uccello, un aeroplano e il fumo”. Un’altra pausa, lunghissima e poi: “E Dibs che è affacciato ad una piccola finestra e guarda fuori nella vastità”.

“Il mondo ti sembra molto, molto grande da qui”, disse sottovoce la psicoterapeuta.

“Esatto. – Replicò il bambino anche lui a voce bassa –. Grandezza. Semplicemente grandezza.”

“Tutto sembra grande, grandissimo”, affermò la psicoterapeuta. Dibs si allontanò dalla finestra e sospirò. “Ma Dibs no – disse – Dibs non è grande come la chiesa.”

In queste osservazioni c’è ritmo, poesia, perspicacia e intensità. Gli adulti talvolta vanno così di fretta che non riescono a prendersi il tempo per apprezzare i bambini. Questo bambino di cinque anni che ha fatto le summenzionate osservazioni durante la psicoterapia, appena tre mesi prima era “particolare, strano, lento e incapace di comunicare con gli altri”.

La nostra cultura impone ai bambini la dipendenza; essi invece continuano a crescere autonomamente fra le mura del loro mondo interiore. Durante l’ora della play therapy, una volta che i bambini hanno acquisito fiducia nello psicoterapeuta e l’hanno accettato così come loro sono stati accettati, condividono con lui il loro mondo interiore e attraverso questa condivisione si allargano gli orizzonti di entrambi i loro mondi.

2.5

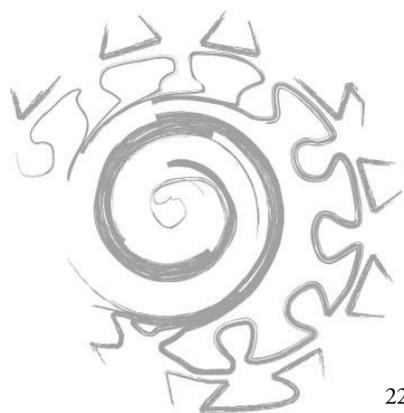
PSICOTERAPIA DI GRUPPO NON DIRETTIVA

Finora abbiamo parlato solo della psicoterapia individuale. Di fatto le tecniche della psicoterapia non direttiva possono essere applicate anche ai gruppi. La psicoterapia di gruppo è un’esperienza terapeutica non direttiva a cui si aggiungono, da un lato, l’elemento della contemporanea valutazione di comportamenti di più persone e, dall’altro, le reazioni che si verificano fra diverse personalità. L’esperienza di gruppo porta nella psicoterapia un



19.

Play therapy individuale: presentazione e commento di alcune sedute



Come abbiamo fatto notare più volte, il gioco è lo strumento naturale attraverso il quale i bambini esprimono i propri sentimenti. Infatti, i pensieri e i sentimenti che caratterizzano le relazioni con gli altri vengono portati alla luce proprio durante le attività ludiche. Per i bambini le parole sono strumenti inadeguati con le quali non hanno una sufficiente dimestichezza. Non sono capaci di esprimere efficacemente il loro mondo interiore con la comunicazione verbale, viceversa, il gioco rappresenta un'attività che riescono a gestire adeguatamente.

Gli esempi che seguono, scelti casualmente dalle numerose annotazioni riguardanti sedute terapeutiche, permettono di vedere in modo inequivocabile quanto il gioco libero dei bambini sia strettamente legato e vicino ai loro problemi.

Alla conclusione di ogni estratto vengono riportate le ragioni per cui al bambino è stata consigliata la play therapy e un breve riassunto dei problemi del piccolo cliente che ha partecipato alla seduta. Questo materiale è stato collocato di proposito alla fine della presentazione del "caso" affinché il lettore possa formulare le proprie ipotesi attraverso la lettura di quanto avviene durante la seduta in modo tale da vedere tutti gli elementi emotivi che il gioco porta in superficie. Emerge con chiarezza come i bambini esprimano attraverso il gioco i problemi che li affliggono e come in alcune circostanze siano in grado di consapevolizzare quei sentimenti che hanno espresso nelle loro attività ludiche.

LE DIFESE DI DICKIE CONTRO IL MONDO

19.1

Il caso di Dickie, sette anni: estratto dalla prima seduta

Dickie prende l'argilla, va verso il tavolo e si siede di fronte alla psicoterapeuta.

Dickie: Facciamo qualcosa.

Psicoterapeuta: Vuoi fare qualcosa con l'argilla.

Dickie: Ho detto "Facciamo". Anche lei farà qualcosa.

Psicoterapeuta: Cosa vuoi che faccia?

Dickie (aggrotta le ciglia e si gratta la testa): Voglio che lei faccia un gatto e lo nasconda dietro una grande roccia.



Psicoterapeuta (incomincia a fare un gatto e la roccia dietro cui nascondarlo): Ti piace comandarmi e dirmi cosa fare.

Dickie: Faccia quello che le dico. (*La psicoterapeuta e Dickie continuano a plasmare l'argilla. Dickie dà forma ad un coniglio e ad un cumulo di rocce dietro al quale nasconderlo.*) Ora venga fuori e combatta. (*La psicoterapeuta avvicina il gatto al coniglio. Il bambino senza perdere tempo e con un movimento improvviso fa saltare il coniglio sul gatto e lo schiaccia.*) Ecco! Questa è la fine di quello sporco gatto. Ne faccia un altro.

Psicoterapeuta (crea un altro gatto): Hai distrutto il mio primo gatto ed ora vuoi che ne faccia un altro.

Dickie: Sì. (*Al secondo gatto tocca la stessa sorte del primo.*) Ne faccia un altro; questa volta, però, sarà il suo gatto a saltare sopra il mio coniglio. (*La psicoterapeuta plasma un terzo gatto ma, ancora una volta, con grande tempismo il coniglio lo colpisce e gli fa cadere la testa; Dickie prende il resto del corpo dalle mani della psicoterapeuta.*)

Psicoterapeuta: Ti piace distruggere il mio gatto.

Dickie: Certamente. Mi piace combattere.

Psicoterapeuta: Ti piace anche combattere.

Dickie: Certamente. E mi piace anche vincere i combattimenti. Ora, faccia un serpente.

Psicoterapeuta: Vuoi che faccia un serpente. (*La psicoterapeuta fa un serpente. Anche Dickie ne crea uno. Allunga la mano e prende il serpente della psicoterapeuta, lo mette di fianco al suo per confrontarne le dimensioni: deliberatamente ne fa uno più lungo.*) Vuoi che il tuo serpente sia più grande del mio.

Dickie: Sì. Staccherà e spapperà la testa del suo. Qui. Nasconda il suo serpente dietro questa roccia. Il mio, invece, si nasconderà da quest'altra parte. (*Il serpente di Dickie è protetto da un grosso cumulo di rocce.*)

Psicoterapeuta: Vuoi che il tuo serpente sia ben protetto.

Dickie: Questa volta permetterò al suo serpente di uccidere il mio. Forza. Ssss. Ssss. (*I serpenti sono l'uno di fronte all'altro, ma non appena la psicoterapeuta cerca di colpire il serpente del bambino, Dickie fa cadere una grossa palla d'argilla su quello della psicoterapeuta e con la mano esercita una forte pressione per schiacciarlo per bene. Ride molto divertito.*) L'ho ingannata. L'ho presa in giro.

Psicoterapeuta: Ti piace quando riesci ad ingannarmi e a prevalere su di me.



Dickie: Certo. Ora vediamo se lei riesce ad ingannarmi e a prevalere su di me. Ci provi seriamente e vediamo se ci riesce.

Psicoterapeuta: Vuoi vedere se riesco ad ingannarti e avere la meglio su di te.

Dickie: Sì. Voglio proprio vedere se ci riesce.

Psicoterapeuta: Pensi che io non ci riesca.

Dickie: No. Penso che lei non ci riesca ma ci provi. *(Inizia la lotta fra i due serpenti, dopo le prime manovre di studio dell'avversario quello della psicoterapeuta ha la meglio e stacca la testa a quello di Dickie. Il bambino si alza di scatto dal tavolo e grida alla psicoterapeuta.)* Guardi cos'ha fatto! Guardi cos'ha fatto al mio serpente!

Psicoterapeuta: Mi hai detto di provare perché volevi verificare se ero in grado di prevalere ma quando ci sono riuscita non ti è piaciuto.

Dickie: No, non mi è piaciuto per niente. Ora sistemi la testa del mio serpente. Ora gli presti le cure necessarie.

Psicoterapeuta: Vuoi che gli sistemi la testa dal momento che sono stata io a staccargliela.

Dickie: Voglio che lei faccia quello che dico.

Psicoterapeuta: Ti piace darmi ordini e dirmi cosa devo fare.

Dickie (inizia improvvisamente a ridere): Tutto questo è proprio divertente. In realtà non mi interessano questi orribili serpenti d'argilla. Sto solo giocando. *(Aspetta fino a quando la psicoterapeuta non ha aggiustato il suo serpente, poi lo prende per la coda, lo schiaccia e crea una palla. Dopo va verso gli scaffali, prende i soldatini e incomincia un'altra battaglia ma in questa circostanza volta le spalle alla psicoterapeuta.)*

Psicoterapeuta: Stai dando vita ad una grande battaglia.

Dickie: Perché non sta zitta?

Psicoterapeuta: Vuoi che io smetta di parlare quando tu me lo dici.

Dickie: Sì. Perché non sta zitta? *(La psicoterapeuta tace. Di tanto in tanto, Dickie lancia una qualche occhiata verso la psicoterapeuta e sembra molto soddisfatto di essere riuscito a metterla a tacere.)* Posso ritornare?

Psicoterapeuta: Sì, se vuoi.

Dickie: Dico sul serio, sto solamente giocando con lei. In effetti, lei mi ha detto che potevo giocare nel modo che ritenevo più opportuno quando sono qui.

Psicoterapeuta: Sì, questo è ciò che ho detto; dicevo sul serio, non stavo scherzando o mentendo.



Dickie: Posso anche dirle tutto quello che voglio?

Psicoterapeuta: Sì.

Dickie: Se volessi in questa sede posso anche dire parolacce?

Psicoterapeuta: Se vuoi.

Dickie (ride allegramente): Quando posso ritornare? Tutti i giorni?

Psicoterapeuta: Puoi venire tutti i mercoledì alla stessa ora.

Dickie: Lei è una donna, una persona adulta e io posso dirle tutto ciò che voglio (*ride*).

Psicoterapeuta: Trovi divertente e forse anche strano poter dire tutto quello che vuoi ad una persona adulta.

Dickie: Sì. (*Ghigna.*) Taci, signora X. (dice il nome della direttrice dell'istituto). *Taci*, signora X.

Psicoterapeuta: Qualche volta ti piacerebbe ordinare alla direttrice di tacere.

Dickie: Taci, signor M. (si riferisce al sovrintendente dell'istituto). Chiudi quella boccaccia!

Psicoterapeuta: Talvolta vorresti ordinare al signor M. di chiudere la sua "boccaccia".

Dickie: Mi piacerebbe ma non *oserei* mai!

Psicoterapeuta: Ti piacerebbe dirglielo ma non oseresti.

Dickie (si siede di fronte alla psicoterapeuta): Sa una cosa?

Psicoterapeuta: Hmm?

Dickie: Voglio bere con il biberon.

Psicoterapeuta: Eccolo là, sullo scaffale. Bevi pure con il biberon se ti va.

Dickie: Sa una cosa?

Psicoterapeuta: Hmm?

Dickie: Voglio gattonare lungo la stanza e bere con il biberon.

Psicoterapeuta: Vuoi comportarti proprio come un bambino piccolo. Beh, fai pure. (*Dal momento che Dickie esita.*) Non sai se dovresti farlo oppure no.

(*Dickie* prende il biberon, si siede di fronte alla psicoterapeuta, chiude gli occhi ed incomincia a succhiare; poi si sdraia sul pavimento e continua a succhiare con gli occhi chiusi.)

Dickie: Io... piccolo bambino.

Psicoterapeuta: Ti piace essere un bambino piccolo.

Dickie: Ummhummm. (*Rimane sdraiato sul pavimento e continua a bere con il biberon fino al termine della seduta.*)



Commenti

A Dickie fu consigliato un trattamento di play therapy perché secondo il parere della direttrice dell'istituto era un bambino "molto immaturo". Nella sua relazione scriveva, inoltre, che Dickie piangeva facilmente, aveva attacchi di collera e soffriva di enuresi. Nel momento in cui iniziò le sedute di play therapy il bambino viveva nell'istituto da quattro mesi e non si era ancora adattato in modo soddisfacente alla nuova situazione. La madre si era risposata dopo il divorzio con il padre di Dickie e andava a far visita al figlio molto raramente. Il patrigno non voleva avere a che fare con il ragazzino che di conseguenza era stato affidato all'istituto. Il padre non era mai andato a fargli visita. Di fatto, aveva abbandonato la moglie e il figlio quando quest'ultimo aveva cinque anni. Dickie, che era figlio unico, inizialmente era stato affidato alle cure di un'anziana signora quando la madre era al lavoro e non aveva avuto l'opportunità di relazionarsi con altri bambini. In questo contesto, poteva fare quello che desiderava purché non facesse rumore. Le cose però cambiarono drasticamente quando iniziò a vivere nell'istituto. Improvvisamente era stato costretto a relazionarsi con molti altri bambini e a seguire regole ben precise; sentendosi abbandonato ed insicuro, si era rifugiato in un comportamento immaturo e, talvolta, dava libero sfogo alla sua collera quando qualcuno lo faceva arrabbiare. È interessante notare come Dickie abbia utilizzato la prima seduta: fin dall'inizio esprime i problemi che l'affliggono, nella fattispecie i propri sentimenti di antagonismo nei confronti dell'autorità troppo oppressiva dell'istituto. Inoltre, usa un materiale plastico facilmente manipolabile e controllabile per quanto riguarda dimensioni e durata. Si è relazionato alla psicoterapeuta in modo molto insolito, coinvolgendola nei suoi giochi come simbolo dell'autorità adulta, esprimendo verso di lei i propri sentimenti antagonistici che non avrebbe mai osato manifestare agli adulti dell'istituto che di fatto erano coloro che lo controllavano e lo opprimevano. È stato interessante vederlo fluttuare dal ruolo del bambino dittatore a quello di bambino piccolo e impotente. Dal momento che si trattava della prima seduta, Dickie non era sicuro del clima di libertà che pareva caratterizzare questa nuova situazione e nemmeno del grado di accettazione su cui avrebbe potuto contare. Questo emerge abbastanza chiaramente quando



afferma – “Dico sul serio, sto solamente giocando con lei” – e quando, a seduta inoltrata, chiede se può dire parolacce e domanda se può ritornare nella *playroom*. Verso la fine della seduta Dickie sembra avvicinarsi un po' troppo ai propri reali problemi quando dice al sovrintendente dell'istituto di chiudere “quella boccaccia”. In questa circostanza, la risposta della psicoterapeuta sembra essere troppo forte per Dickie che preferisce ritirarsi nel sicuro mondo in cui vive un neonato. L'impatto delle sue stesse parole ripetute dalla psicoterapeuta gli hanno, infatti, provocato uno shock troppo intenso. Il suo comportamento mentre succhiava il biberon sembrava rilassato e sgombro da qualsiasi preoccupazione, proprio come quello di un bambino piccolo. Il comportamento immaturo di Dickie poteva realmente funzionare come un suo meccanismo di difesa da un mondo che per lui era decisamente troppo oppressivo.

La risposta della psicoterapeuta è sembrata essere inadeguata nella circostanza in cui Dickie ha menzionato il biberon per la prima volta. Probabilmente avrebbe avuto maggiore efficacia una risposta che avesse rispecchiato i sentimenti ed il desiderio di comportarsi come un infante piuttosto che dirgli – “Bevi pure con il biberon se ti va”, – che in un certo senso ha rappresentato un incoraggiamento ed un supporto. La decisione avrebbe dovuto essere lasciata completamente nelle mani di Dickie.

19.2

SHIELA STIRA I CAPELLI ALLA SUA RIVALE

Il caso di Shiela, sette anni: estratto dalla quinta seduta

Shiela entra nella *playroom* ed immediatamente prende il biberon: quando non lo succhia, lo tiene in mano o lo appoggia sul tavolo, comunque, sempre a portata di mano. Poi si siede al tavolo di fronte alla psicoterapeuta, prende le matite colorate, un foglio da disegno e inizia a disegnare.

Shiela: Guardi, questo è un orologio. Vede, qui ci sono i numeri, qui ci sono le lancette e qui c'è l'interno dell'orologio.

... non le piace doversi lavare.

Shiela: Ora, guardi un po' questo. (*Si china sul foglio e disegna*



una testa con tantissimi capelli, lunghi, rossi e ricci.)

Scriva per me: “La signora B. (la direttrice dell’istituto) ha detto: “Non voglio lavare questi orribili capelli”. (*Shiela ride mentre la psicoterapeuta scrive la frase richiesta.*)

Psicoterapeuta: Alla direttrice non piacciono i suoi capelli. Non le piace doverli lavare.

Shiela (prende il pastello nero e fa dei segni sui capelli rossi): Guardi come sono sporchi? La signora B. ha detto: “Non voglio lavare questi capelli rossi... sono sporchi, orribili e schifosi!”. Questo genere di capelli folti devono essere rossi. I suoi occhi azzurri, eh? Shirley ha i capelli rossi, gli occhi azzurri ed è anche carina. E lei è pure felice ma io la farò piangere. Le tirerò i capelli per tre volte e la farò piangere.

Psicoterapeuta: Shirley ha dei bei capelli rossi, gli occhi azzurri ed è felice ma tu la farai piangere tre volte.

Shiela: Sì. Guardi pure quello che faccio ora. (*Disegna altre due teste.*) Guardi queste lacrime. Non sono grandi? Splash! Splash! Splash! Splash!

Psicoterapeuta: La stai facendo piangere sul serio. L’hai conciata per le feste e così non è più felice.

Shiela: Direi proprio di no. E ora le stiro i capelli così non sono più ricci. Vede? (*Disegna capelli assolutamente lisci sopra quelli ricci.*)

Psicoterapeuta: Ti piacerebbe che avesse i capelli lisci.

Shiela: Certamente. Sono lisci adesso. Vede? E ora guardi. (*Prende il pastello rosso e traccia lunghe linee dritte sulla faccia.*) Ah! Le ho graffiato il viso. Ora quando sua madre verrà non sarà in grado di riconoscerla.

Psicoterapeuta: Non vuoi che la mamma di Shirley venga a trovarla. Le hai graffiato la faccia e stirato i capelli così la madre non riuscirà a riconoscerla.

Shiela (con amarezza): Sua mamma è venuta a trovarla ieri sera e le ha portato un sacchetto di caramelle; non ha voluto darmene nemmeno una.

Psicoterapeuta: Shirley non ti ha voluto dare neanche una caramella, questo non ti è piaciuto affatto e così l’hai sistemata per le feste.

Shiela (sorride): Guardi qua. (*Disegna una pallina marrone nei capelli di Shirley.*) Ha un chewing gum nei capelli! (*Shiela è piuttosto felice per questo.*)



Psicoterapeuta: Le hai messo un chewing gum nei capelli. Stai rovinando quei riccioli rossi.

Shiela: Non sono più carini adesso, non è vero?

Psicoterapeuta: No, adesso non sono più carini.

Shiela (ride ed è felice): Ora scriva: “Piangi, piccola bambina, piangi, asciuga i tuoi occhi gonfi di lacrime, indica verso ovest, indica verso est, indica verso dove ti piace di più⁹”. E poi scriva anche quello che dice sempre Shirley di sé ma cambiamo nome: “Io preferisco Shiela!”.

(La psicoterapeuta fa quello che le viene chiesto.)

Psicoterapeuta: Vuoi veramente piacere a Shirley.

Shiela (sospirando): Sì! *(Prende il biberon e succhia felice e soddisfatta.)*

Commenti

A Shiela fu consigliato un percorso di play therapy perché era aggressiva, invidiosa, litigiosa, spesso imbronciata ed aveva un atteggiamento antagonistico verso qualsiasi proposta e/o suggerimento. Era stata messa in un istituto privato per bambini dall'età di quattro anni in seguito al divorzio dei genitori. La madre, dopo essersi risposata, si era trasferita in un'altra città e andava raramente a far visita alla figlia. Il padre era nella marina militare e quindi quasi sempre troppo lontano per andare a trovare Shiela. La bambina non parlava mai direttamente con il papà anche se aveva saputo dalla direttrice dell'istituto che lui le inviava regolarmente del denaro affinché alla figlia fossero comprati “tutti quegli extra che erano consentiti ai bambini”.

Questo è un esempio piuttosto semplice e chiaro di come i bambini utilizzino il tempo delle sedute per esprimere quei sentimenti che provano con maggiore intensità. Shirley era una bambina molto bella con splendidi capelli rossi e ricci. La madre le faceva visita tutte le sere ed era in grado di mantenere una buona relazione con la figlia nonostante fosse stata costretta ad affidarla temporaneamente all'istituto dopo la morte del padre. Shirley piaceva a tutti: era una bambina tranquilla, dolce, educata anche se un po' piena di sé ed egocentrica. Shiela, invece, era decisamente “bruttina”, con capelli lisci e radi di color grigio topo e dagli occhi castani. Aveva un'intelligenza al di sopra del-



la media ma i risultati scolastici erano insoddisfacenti a causa del suo comportamento litigioso.

Quando si trovava nella *playroom* il suo giocattolo preferito era indubbiamente il biberon. Immaneabilmente all'inizio di ogni seduta l'afferrava, lo teneva a portata di mano per tutto l'incontro e lo succhiava in modo intermittente nel corso dell'ora dedicata alla play therapy.

Nell'episodio suddetto, apparentemente banale, la bambina ha espresso con il disegno il suo antagonismo nei confronti della ragazzina rivale all'interno dell'istituto. L'invidia che provava nei suoi confronti era così vicina alla superficie che Shiela esprime con forte enfasi – “tre volte” – i propri sentimenti attraverso l'uso delle matite colorate. Apparentemente l'invidia per dei capelli ricci e rossi potrebbe sembrare una banalità ma per Shiela la questione era molto importante. Le è stato utile liberare tali sentimenti: infatti, alla fine della seduta è stata in grado di esprimere un sentimento positivo nei confronti di Shirley quando ha affermato che desiderava piacere alla sua rivale.

Questo esempio dimostra anche come il comportamento possa essere canalizzato verso azioni socialmente accettabili.

L'UOMO D'ARGILLA

19.3

Il caso di Joann, sei anni: estratto dalla quarta seduta

Joann entra nella *playroom*, si siede al tavolo ed inizia a giocare con l'argilla. Generalmente è tranquilla, non fa rumore e parla pochissimo. Nel corso di tutte le sedute gioca sempre con l'argilla e plasma sempre la stessa cosa: un uomo con il bastone. Ogni volta dopo aver terminato la sua creazione a quest'uomo accadono cose orribili. Viene colpito con pugni, picchiato con un bastone, investito dal camion-giocattolo; il suo corpo viene sforacchiato o seppellito sotto un mucchio di lego. Durante la quarta seduta, una volta che Joann ha dato forma al solito personaggio, la psicoterapeuta afferma: “Ecco che arriva di nuovo quell'uomo”.

Joann: Sì. (*La sua voce è tesa e determinata.*)

Psicoterapeuta: L'uomo con il bastone.



Joann: Sì. (*Incomincia a colpirlo e perforare il suo corpo.*)

Psicoterapeuta: Stai bucando l'uomo d'argilla.

Joann: Una coltellata! Un'altra! Un'altra ancora!

Psicoterapeuta: Lo stai accoltellando.

Joann (a bassa voce): Ahia. Mi hai fatto male. (*Cambia voce.*) Non mi interessa. Farti male è proprio ciò che voglio.

Psicoterapeuta: L'uomo d'argilla sta piangendo perché è stato ferito.

Joann (interrompe la psicoterapeuta): È mia intenzione fargli del male.

Psicoterapeuta: Gli vuoi fare male.

Joann (in modo enfatico): Quest'uomo non mi piace.

Psicoterapeuta: Quest'uomo non ti piace.

Joann: Non mi piace. Lo odio. Guardi, questo buco attraversa tutto il suo corpo: inizia davanti e arriva fino a dietro.

Psicoterapeuta: Ha buchi che vanno da una parte all'altra del corpo. L'hai conciato per le feste.

Joann: Sì. Adesso gli stacco la testa.

Psicoterapeuta: Gli staccherai persino la testa.

Joann: Lo so. Lo so. Lo metterò sul fondo di un vasetto, poi lo ricoprirò d'argilla così morirà soffocato. (*Lo fa a pezzetti, preme con forza conficcando il pollice nell'argilla e con cura sistema il tutto in fondo al vasetto; infine, lo ricopre con l'argilla rimasta.*)

Psicoterapeuta: L'hai fatto a pezzi e l'hai seppellito in fondo al vasetto.

(*Joann annuisce e sorride alla psicoterapeuta. Poi va verso la bambola che rappresenta una bambina piccola, la prende e finge di nutrirla; la tiene teneramente in braccio e infine la mette a letto. Successivamente apparecchia la tavola e gioca con la casa delle bambole molto silenziosamente.*)

Questo è stato il modello di comportamento di Joann durante le sedute nella *playroom*. Creava sempre un uomo con l'argilla, lo faceva a pezzetti e se ne sbarazzava; infine giocava con la bambola che rappresentava una bambina piccola. Questo si è verificato fino alla settima seduta dopo la quale ha smesso di creare l'uomo d'argilla. Talvolta giocava con l'argilla ma faceva dei gatti, dei piatti-giocattolo o delle candele. Era molto affezionata alla bambola e ha continuato ad utilizzarla nei suoi giochi.



Commenti

Joann ha avuto un invio per un trattamento di play therapy perché sembrava nervosa, tesa e chiusa in se stessa. Quale reale significato avesse quest'uomo d'argilla è rimasto per lungo tempo un mistero. Il padre era morto da tre anni, Joann viveva con la madre e con una sorella di dieci anni ma nella cerchia familiare non era presente alcuna figura maschile. Tuttavia, sembrava che lei provasse del risentimento nei confronti di un uomo ma nel momento in cui giocava nella *playroom* l'identità di questa figura maschile non sembrava importante. Joann non aveva mai fatto nomi, la psicoterapeuta ha tenuto a freno la propria curiosità e ritenuto opportuno evitare domande inquisitorie per smascherare l'identità di quest'uomo. Si era, infatti, resa conto di quanto fosse importante per Joann mantenere questa figura maschile nell'anonimato. Ad un certo punto la bambina ha smesso di creare e massacrare l'uomo d'argilla e ha mostrato notevoli miglioramenti nel suo atteggiamento e comportamento.

In seguito, dopo che le sedute di play therapy erano giunte a compimento, la psicoterapeuta ha incontrato la madre della bambina che le ha confidato che stava pensando di risposarsi: "L'unico difetto di quest'uomo – disse – è che è zoppo e cammina aiutandosi con un bastone. Inoltre, Joann si comporta come se avesse paura di lui".

Questa è sembrata essere una spiegazione verosimile della presenza dell'odiato e temuto uomo con il bastone nelle attività ludiche di Joann. L'intrusione di quest'uomo nella casa della bambina giustificava tutte le botte e i maltrattamenti che lei perpetrava nei confronti dell'uomo d'argilla.

ERNEST SI PREPARA PER IL RICOVERO OSPEDALIERO

Il caso di Ernest, sette anni: seduta focus

Ernest entra nella *playroom* e velocemente prende in esame i giocattoli e gli altri attrezzi.

19.4



Ernest: Oh, le tempere! (*Guarda nel contenitore dell'argilla. Prende il telefono e lo mette sul tavolo. Prende la bambola e la culla e le porta nella casa delle bambole.*) Oh, che bella casa delle bambole. Ora la risistemo. (*E così fa, dicendo il nome di ogni oggetto mentre lo prende in mano. Mette a letto le due bambine e lancia la madre ed il padre nella scatola dei lego; anche tutti gli altri "bambini" finiscono nella scatola. Poi prende il blocco di legno più grande e con questo sbarra quasi tutte le vie d'accesso alla casa lasciando un'apertura alle due estremità.*) Questa è la porta che dà sul retro. Possiamo entrare di qua, dirigerci verso il frigorifero, prendere un'arancia o un biscotto e uscire di nuovo. Vede?

Psicoterapeuta: C'è del cibo in questa casa.

Ernest: Sì. (*Prende il telefono.*) Pronto. Va bene, porto il bimbo piccolo fra un pochino. Arrivederci. Ora farò un cartello e ci scriverò "Chiuso"; una volta finito lo attaccherò al muro della casa così nessuno potrà entrare. Vede, la casa è completamente chiusa. Nessuno può entrare.

Psicoterapeuta: La casa è completamente chiusa.

Ernest: Forse è meglio che con delle assi sbarri le porte. (*Va verso la casa e con delle assi sbarra tutti i punti d'accesso. Dipinge una casa senza porte e senza finestre: lo sfondo è di un blu scuro. Poi si dirige verso i soldatini e prende le loro armi: mette una mitragliatrice in prossimità di ogni porta.*) Metterò questa mitragliatrice proprio qui vicino alla casa e se *qualcuno* cerca di entrare quest'arma lo ucciderà. Vede?

Psicoterapeuta: Non vuoi che nessun altro entri nella casa. Chi ci prova sarà ammazzato.

Ernest: Bang! Bang! In questo modo. (*Fa camminare il poliziotto sul pavimento e lungo il braccio della psicoterapeuta ridendo per tutto il tempo. Ritorna al tavolo utilizzato per la pittura e con tempere e pennelli rappresenta un'altra casa anch'essa senza porte e senza finestre.*) Venga qui. Scriva "CHIUSO" qui sopra. (*Indica il tetto della casa.*) Scriva utilizzando tempere e pennello. (*Tempera verde.*) Scriva in grande. Ora scriva: "Questa è la mia casa. È carina, non è vero? Arrivederci. Chiuso". (*La psicoterapeuta fa quanto le viene richiesto.*) Vorrei avere più tempere a casa, in particolare i colori caratteristici dell'esercito, così quando dipingo le jeep e roba del genere posso farle del colore giusto. Talvolta mescolo il verde e il nero ma il colore che ne viene fuori non è un granché. Guardi. Ho ricoperto con il colore blu il mio nome



ma si riesce a leggere ancora. (*Ritorna verso la casa delle bambole.*) Ora ti sdrai là e dormi. (*Mette un bambolotto-bambino a letto.*) Ecco, sta arrivando qualcuno. Ora sparo. Bang! Bang! Bang! (*Di corsa prende il martello, il tavolo da lavoro e batte con tutte le sue forze.*) Facendo questo mi viene male al braccio. Altre tre martellate e questo cilindro di legno si conficcherà nel buco. Vede? (*Martella un altro po'. Prende le scatole con i soldatini, le armi da fuoco e le barche.*) Tirerò fuori tutte le mitragliatrici e le barche. (*Riproduce il suono delle mitragliatrici.*) Vedrà cosa farà quel cacciatorpediniere. Vede? L'ha distrutta. Vede?

Psicoterapeuta: Ha distrutto l'imbarcazione.

Ernest (prende un foglio e le matite colorate): Sa cosa sarà questo?

Psicoterapeuta: No.

Ernest: Provi ad indovinare.

Psicoterapeuta: Un aeroplano?

Ernest: No, non un aeroplano. Questo sarà il viola, semplicemente il colore viola. Si è sbagliata. (*Ride.*)

Psicoterapeuta: Ti diverte il fatto che io non sia riuscita ad indovinare.

Ernest: Ho delle vesciche nel tallone ma non ho dei calli. Perché non ha dei pupazzi e il teatrino qui?

Psicoterapeuta: Ti piacerebbe avere i pupazzi e il teatrino?

Ernest: Sì, come a scuola.

Psicoterapeuta (indicando gli oggetti richiesti che sono sullo scaffale): Sono lassù.

Ernest: Questo è Doony, il pagliaccio. La mangerà!

Psicoterapeuta: Doony mi mangerà.

Ernest: Vergognati Doony. Morsicarla! (*Mentre butta Doony nella scatola.*) Stai lì dentro!

Psicoterapeuta: Pensi che Doony si debba vergognare... morsicare la sua amica?

Ernest: Sì! Una così cara amica. (*Prende il biberon e avvicina la tettarella alle labbra della bambolotto piccolino.*) Bevi piccolino. Mi hai capito? Lo berrai di sicuro, arriverò fino al punto da costringerti con la forza.

Psicoterapeuta: Costringerai il bambino piccolo a mangiare.

Ernest: Ah. Ecco. Vede? Il bambino mangerà.

Psicoterapeuta: Il bambino mangerà.

(Ernest sorride. Poi va velocemente a prendere l'ambulanza e riproduce il suono della sirena. Spinge l'ambulanza verso la casa,



prende la bambola che rappresenta la bambina piccola e la nasconde dentro la scatola dei lego.)

Ernest: La bambina è in ospedale. Dov'è l'ospedale? (*Si guarda attorno.*) Oh, è qui, sotto a questo tavolo. (*Si sentono di nuovo le sirene; spinge l'ambulanza sotto il tavolo.*) È all'ospedale adesso. (*Salta su e prende il telefono.*) Faccia finta che stia parlando con lei. *Risponda* a questa telefonata. Pronto!

Psicoterapeuta: Pronto!

Ernest: Come sta?

Psicoterapeuta: Benissimo. E tu come stai?

Ernest: Quando posso ritornare qui?

Psicoterapeuta: Vuoi ritornare.

Ernest: Sì che voglio. Quando posso venire? È possibile venire martedì prossimo?

Psicoterapeuta: Vorresti ritornare la prossima settimana.

Ernest: Voglio ritornare. Mi piace qui. Quando posso venire?

Psicoterapeuta: Non appena esci dall'ospedale.

Ernest: Anche se esco domani?

Psicoterapeuta: Anche se esci domani.

Ernest: Allora uscirò domani.

Psicoterapeuta: Cercherai di uscire domani così potrai ritornare qui prima di andare a casa.

Ernest (prende la bambola piccolina): Dai piccolina. È l'ora del tuo omogeneizzato. Adesso è notte. Copriti e dormi. (*La porta in un angolo della playroom.*) Adesso è nella sua camera da letto e dorme. (*Prende il pupazzo-pagliaccio e gli fa stringere la mano alla psicoterapeuta.*) Arrivederci, signorina...

Psicoterapeuta: Sta dicendo "Arrivederci" a me.

Ernest: Sì.

Psicoterapeuta: Arrivederci.

Ernest: Arrivederci. (*Getta il pupazzo-pagliaccio nella scatola e prende quello che rappresenta il padre.*) Adesso il papà incomincerà a martellare. (*Ernest martella nuovamente.*) Lo guardi; a forza di martellate riduce tutte le cose a pezzetti. Adesso la bimbetta è uscita dall'ospedale e sta benissimo. La casa è nuovamente aperta. (*Rimuove le assi con cui aveva sigillato la casa.*) Vede? Adesso tutto è a posto.

Psicoterapeuta: È stata all'ospedale, ora è a casa e tutto è a posto. (*Ernest mette una delle bambole seduta al tavolo della sala da pranzo e un'altra a quello della cucina.*)



Ernest: Mangerà in cucina perché è una ragazzina cattiva.

Psicoterapeuta: Perché è cattiva?

Ernest: Perché vomita tutto quello che le danno da mangiare. Oh, guardi. (*Ernest butta a terra la bambola.*) È caduta e si è rotta l'osso del collo. E questa è la sua fine! La seppellirò. (*La seppellisce sotto i lego che sono all'interno della scatola.*)

Psicoterapeuta: Questa è la fine che ha fatto la ragazzina che vomitava tutto quello che le davano da mangiare.

Ernest: Sì. È morta. Ora cambierò tutto qui. Questa non sarà più la cucina. Guardì. Sposto il pianoforte, la lampada e questa sedia... li metto qui fuori. (*Prende l'orologio-giocattolo.*) Che ora indica?

Psicoterapeuta: Le otto e venti.

(Ernest colloca l'arredamento del soggiorno in cucina e viceversa; la camera da letto laddove c'era il soggiorno e quest'ultimo al piano di sopra. Di fatto cambia completamente la sistemazione dell'arredamento.)

Ernest (prende l'altra bambola-bambina): Guardì. Si è rotta una gamba. L'ambulanza sta ritornando per venire a prenderla. (*Si sente il suono della sirena e sopraggiunge l'ambulanza. Anche questa bambola viene gettata nel contenitore dei lego.*) È di nuovo in ospedale.

Psicoterapeuta: Continua ad andare ripetutamente all'ospedale.

Ernest: Sì.

Psicoterapeuta: Le piace ritornare là.

Ernest: Sì. (*Poi, immediatamente.*) No.

Psicoterapeuta: L'ospedale le piace e al tempo stesso non le piace.

Ernest: Ha paura.

Psicoterapeuta: Ha paura di andare all'ospedale.

Ernest (prende la bambina piccola della famiglia): Adesso incomincerà a ballare. (*La lancia in aria.*) Guardì. Ha paura. È sparita. (*La butta nel contenitore dei lego.*)

Psicoterapeuta: Anche lei ha paura.

Ernest (si dirige verso il contenitore dell'argilla e ne prende un po): Farò qualcosa. Creerò un asino. (*Si mette a sedere e plasma l'argilla.*) Farò prima la testa, poi il corpo e la coda. (*Canta mentre lavora.*) Ora l'appiccico su questo foglio di carta. (*Si protende, allunga il braccio e prende un'arma da fuoco.*) Bang! Bang! (*Prende l'aeroplano-giocattolo e lo fa volare. Il velivolo si schianta contro la casa. Tutte le stanze della casa sono state distrutte. Grida.*) Sono



morti tutti! (*Mette a soqquadro la casa.*) Tutto è stato distrutto! (*Prende la casa la mette sottosopra e la scuote.*) E questa è la fine della casa! (*Urla.*) E questa è la fine della casa!

Psicoterapeuta: Tutti sono morti. Tutto è stato distrutto. Questa è la fine della casa. Volevi distruggere la casa e l'hai fatto realmente.

Ernest (si sposta in un'altra parte della playroom): Io ho distrutto tutto. (*Ridacchia.*)

Psicoterapeuta: Aver distrutto tutto ti fa sentire bene.

Ernest: Sì. (*Si dirige verso la bambola-adulta, la porta verso la psicoterapeuta e gliela mette sulle gambe.*) Ecco. Dia da mangiare alla piccolina. Lei è la madre.

Psicoterapeuta: Vorresti che io fossi la madre.

Ernest: Gli do da mangiare io alla piccola. (*Prende il biberon e nutre la piccola. Poi prende la bambola che è ancora sulle gambe della psicoterapeuta e la mette nella culla. Parla alla bambina.*) Ecco, adesso, piccolina dormi. Oh. Ha bagnato il letto? No. Oh! (*In modo agitato.*) Porti la bambina dal dottore: è ammalata.

Psicoterapeuta: Che problema ha la bambina?

Ernest: La bambina ha mal di gola; è ammalata. Poverina! Povera bambina ammalata.

Psicoterapeuta: Sei dispiaciuto per la bambina perché è ammalata. (*Cerca di mettere la bambina di nuovo nella scatola dei lego.*) Vuoi sbarazzarti della bambina ammalata.

Ernest (riesce ad infilare la bambina dentro la scatola): Ce l'ho fatta. Vede? (*Prende i soldatini e li dispone dentro la casa; siccome era ancora sottosopra la rimette a posto.*) I soldati assumeranno il controllo della casa. Vede? (*Gioca con i soldatini e i cavalli. Abbatte i soldatini, la scatola in cui erano contenuti e la casa. Porta il cavallo alla psicoterapeuta, ritorna verso la casa, la raddrizza e raccoglie i soldatini.*)

Psicoterapeuta: Ernest, ci sono rimasti cinque minuti.

Ernest (prende il pupazzo e lo porta alla psicoterapeuta): Sto venendo lì per dirle "Arrivederci". (*Infila la mano dentro il pupazzo.*) Ahia! Mi ha morsicato (*Ride.*) Quando posso ritornare?

Psicoterapeuta: Puoi ritornare un'altra volta, quando esci dall'ospedale e prima di andare a casa.

Ernest (va verso il suo dipinto e con un pennello intinto nella tempera gialla copre la scritta "Chiuso"): Voglio usare il rosso. (*Ricopre la casa di rosso.*) Sangue!

Psicoterapeuta: Sembra sangue.



Ernest: Sì.

Psicoterapeuta: Il tempo a nostra disposizione è finito.

Ernest: Ora andiamo a pranzare e poi vado all'ospedale (*Sospira.*)

Psicoterapeuta: Hai paura di andare all'ospedale?

Ernest: Non ho *paura*. Semplicemente non voglio andarci. Ma appena esco berremo assieme una bibita prima che io vada a casa, non è vero?

Psicoterapeuta: Non hai paura. Semplicemente non ci vuoi andare. Sì berremo qualcosa insieme.

Commenti

Ernest fu accompagnato per sottoporsi ad una seduta di play therapy in preparazione all'ennesimo ricovero ospedaliero. Aveva fatto uno percorso ludoterapeutico con la stessa psicoterapeuta per parecchi mesi dall'inizio dell'anno. Questa è stata una seduta focus, con un obiettivo specifico, perché quel pomeriggio il bambino sarebbe stato nuovamente ricoverato in ospedale. Il problema con cui doveva fare i conti Ernest era un'ansia emotiva molto forte dovuta alla preoccupazione del piccolo intervento chirurgico a cui doveva sottoporsi. Aveva la gola gonfia e all'inizio della play therapy il ragazzino aveva un tubo allo stomaco necessario per integrare la sua alimentazione. Nel momento in cui ebbe luogo questa seduta, Ernest per parecchi mesi si era alimentato normalmente. Ciononostante, periodicamente era necessario dilatare la sua gola: proprio per questo tipo di intervento sarebbe stato ricoverato quel giorno. Naturalmente, dopo l'intervento chirurgico la gola gli faceva male ed era possibile che gli uscisse del sangue. Sfortunatamente, l'intervento precedente aveva avuto delle spiacevoli complicazioni e, all'idea di un nuovo intervento, il bambino aveva reagito con un'ansia maggiore rispetto a quella manifestata nelle altre occasioni¹⁰.

Nel gioco di Ernest emergono parecchi elementi degni di nota: la sua preoccupazione riguardante l'alimentazione, il dover andare all'ospedale, l'essere ammalato, la morte, un generale senso di distruzione ed il dover congedarsi dalla psicoterapeuta. Inoltre, ha espresso e sfogato i propri sentimenti aggressivi a suon di martellate. Il suo gioco segue un modello ben preciso: l'infante, il cibo, la casa chiusa, l'ospedale, le armi da fuoco e le martellate. In altre parole, Ernest esprime le proprie paure e l'aggressività attraverso il



gioco. Al termine della seduta afferma di non aver paura di andare all'ospedale, comunque, non vuole essere ricoverato. È interessante osservare che Ernest alla fine ha avuto una reazione emozionale meno intensa a questa ospedalizzazione rispetto alle precedenti. Il giorno dopo la seduta è stato dimesso dall'ospedale e, prima di andare a casa, è ritornato nella clinica dove insieme ad altri bambini ha preso parte ad una seduta di play therapy di gruppo, l'ultimo incontro nella *playroom* che aveva lui stesso richiesto¹¹.

Certamente questo caso rappresenta una prova che la vita emozionale dei bambini è spesso alla base dei loro giochi e che attraverso l'attività ludica trovano sollievo alle loro tensioni.

19.5

SYLVIA CONTROLLA IL FANTASMA

Il caso di Sylvia, quattro anni: estratto dalla prima seduta con un sostituto della psicoterapeuta

Sylvia, precedentemente a questa seduta gestita da un sostituto perché la psicoterapeuta normalmente presente non era disponibile, aveva da tempo intrapreso un percorso di playtherapy. Alla bambina piaceva dipingere con le dita e trascorse un po' di tempo a "pasticciare". Utilizzava parecchia tempera che stendeva sul foglio con movimenti ampi e liberi. In questa circostanza specifica, Sylvia stava dipingendo con entrambe le mani usando due colori: il blu ed il verde.

Sylvia: Acqua! Acqua! Queste sono onde grandissime.

Psicoterapeuta: Hai dipinto l'acqua e le onde.

Sylvia: Swish. Swish. Woooo.

Psicoterapeuta: Le onde producono strani rumori.

Sylvia: Mi dia il nero. Mi dia il nero. (*La psicoterapeuta le porge il colore richiesto.*)

Sylvia (il tono della voce cambia completamente): Ecco sta arrivando il fantasma!

Psicoterapeuta: Sta arrivando il fantasma.

Sylvia (crea una forma nera al centro del foglio): Woouooooo.

Psicoterapeuta: Il fantasma grida: "Woouooooo". Si trova proprio al centro delle acque.



Sylvia (sorridendo alla psicoterapeuta): Questo mi piace.

Psicoterapeuta: Ti piace fare questo. Ti piace “pasticciare” dipingendo con le dita.

Sylvia: Guardi! Guardi! Io sono il fantasma che vive sottacqua. Vede?

Psicoterapeuta: Quello è il fantasma che vive sottacqua.

Sylvia: Io sono il fantasma che di notte entra in volo dalla finestra.

Psicoterapeuta: Tu sei il fantasma che di notte entra in volo attraverso la finestra aperta.

Sylvia: Mi fa paura.

Psicoterapeuta: Il fantasma ti fa paura.

Sylvia: Sì. (Con ampi movimenti delle mani passa sopra l'acqua verde-blu). Vattene. Vattene!

Psicoterapeuta: Stai mandando via il fantasma.

Sylvia: Wooooooooo. Wooooooooo. (sorride alla psicoterapeuta).

Psicoterapeuta: Il fantasma sta gridando nel suo modo solito: “Wooooooooo”.

Sylvia: Adesso il fantasma se n'è andato; di lui non c'è più alcuna traccia.

Psicoterapeuta: Il fantasma è andato via, adesso.

Sylvia: Lo trovi.

Psicoterapeuta (esamina attentamente il foglio): Qui il fantasma non c'è.

Sylvia (scuote la testa con enfasi): Il fantasma qui non c'è più. (Ancora una volta stende la tempera con movimenti delle mani liberi e circolari; poi si allontana dal tavolo.) Ora giocherò con la sabbia.

Commenti

Sylvia fu inviata in play therapy a causa delle paure e delle ansie che si erano scatenate in lei dopo l'esperienza traumatica di un ricovero ospedaliero per un piccolo intervento chirurgico. Era stata una vera e propria esperienza traumatica perché i genitori non l'avevano preparata al ricovero né le avevano dato alcuna spiegazione. Una evidente manifestazione della sua tensione e del suo nervosismo era consistita nello strapparsi i capelli fino al punto da procurarsi una chiazza di calvizie.

La seduta appena riportata fu condotta da una psicoterapeuta supplente perché quella che normalmente seguiva la bambina



era ammalata. Secondo gli appunti presi dalla psicoterapeuta durante le sedute, il fantasma era presente nella maggior parte dei giochi di Sylvia. A questo fantasma non era mai stato dato un nome, forse si trattava di una paura non ben definita che la bambina stava cercando di tirar fuori. Giunti a questo punto del percorso di play therapy, Sylvia aveva superato la maggior parte delle sue paure e delle sue ansie e aveva anche smesso di strapparsi i capelli. Attraverso il gioco Sylvia ha portato allo scoperto il fantasma e l'ha distrutto a suo piacimento. La pittura con le dita, scelta da lei, è sembrato lo strumento più adatto per portare alla luce questo sgradito ospite spettrale e annientarlo.

19.6

JEAN E IL BAGNO

Il caso di Jean, quattro anni: prima seduta

Mentre sta andando verso la *playroom*, Jean fa qualche passo indietro e guarda la madre.

Jean (rivolgendosi alla psicoterapeuta): Forse è meglio che non venga con lei.

Psicoterapeuta: Pensi che forse non dovresti venire con me.

Jean: No.

Madre: Ma Jean, io ho alcune faccende da sbrigare; inoltre, mi avevi promesso che saresti rimasta con la signora fino a quando non sarei venuta a riprenderti.

Jean: Sì, ma sarebbe stato meglio se non ti avessi fatto questa promessa.

Madre: Jean, adesso, non metterti a fare la bambina piccola.

Psicoterapeuta: Nonostante tu abbia fatto una promessa alla mamma, non sei così sicura di voler stare con me. Forse, hai un po' paura.

Jean (sussurra alla psicoterapeuta): Forse, qui, lei non ha un bagno.

Psicoterapeuta: C'è n'è uno proprio accanto alla *playroom*. Ti piacerebbe vederlo?

Jean: Sì. (*La psicoterapeuta accompagna la bambina a vedere il bagno.*)

Jean (annuisce alla psicoterapeuta): Va bene mamma. Rimango qui.



(*La madre se ne va e Jean incomincia ad esplorare la playroom.*) Oh, adesso mi faccia vedere. Dunque, cosa posso fare? Cosa posso fare? Potrei dipingere ma magari va a finire che mi sporco.

Psicoterapeuta: Hai paura di sporcarti il vestito. Se vuoi puoi usare questo grembiule.

Jean: Bene, allora dipingo. Mi aiuti a mettere il grembiule. Adesso mi passi il colore nero. (*Incomincia a dipingere con la tempera nera che però cola.*) Oh, è come un succo, un liquido che cola. Vede? Oh! (*È evidentemente irritata dalla tempera che cola.*)

Psicoterapeuta: Non ti piace il fatto che il colore coli sul foglio.

Jean: No. (*Ripone la tempera nera e chiede quella bianca. Quando si accorge che anche questa si mette a colare decide di smettere di dipingere.*) Mi aiuti a togliere questo grembiule. Anzi, aspetti un attimo. Cos'è quella roba.

Psicoterapeuta: Quelli sono colori per la pittura con le dita e con le mani.

Jean: Colano anche quelli?

Psicoterapeuta: No, a meno che tu non li faccia colare. (*La psicoterapeuta le fa vedere come si utilizzano i colori per la pittura con le dita.*)

Jean: Mi dia un po' di quel colore. (*Con il dito indica il barattolo che contiene il nero.*) Nero. Un intero barattolo di roba viscida. (*Poi, senza toccarlo lo spinge lungo la superficie del tavolo per allontanarlo.*) No! No! No! È roba troppo sporca, sudicia; mi sporco tutta. (*Non riesce a sopportare nemmeno l'idea di toccare il colore. Si allontana dal tavolo.*) Ora, mi tolga il grembiule. (*La psicoterapeuta esegue la richiesta.*) Oh, una famiglia di bambole e la loro casa. (*Va verso il tavolo con il contenitore della sabbia dove è stata messa la casa delle bambole. Si protende in avanti per cercare di raggiungere il centro del contenitore ma è così bassa da non riuscire a giocare agevolmente.*)

Psicoterapeuta: Jean, ti piacerebbe entrare nel contenitore con la sabbia? Una volta dentro puoi giocare senza problemi con la casa delle bambole.

Jean (sorridente): Va bene. (*La psicoterapeuta la solleva e la mette dentro il contenitore con la sabbia; non appena i piedi toccano la sabbia Jean li ritira piegando le gambe.*) No! No! No! Mi tiri fuori non voglio andare lì dentro. Mi entrerebbe la sabbia nelle scarpe.

Psicoterapeuta: Vuoi che ti tolga le scarpe e le calze?

Jean: No! No! No! (*La psicoterapeuta appoggia la bambina sul pavimento.*)



Psicoterapeuta: Preferisci stare fuori piuttosto che far entrare la sabbia nelle scarpe o di togliertele insieme alle calze.

Jean (mentre gioca con le bambole e la loro casa): Dov'è la ragazza? Dov'è la ragazza? Ah, questa è la ragazza. Questa è la ragazza. È con sua madre. È con sua madre. (*Jean parla continuamente e ripete sempre varie volte quello che dice.*) Tesoro, adesso vieni dentro e vai a letto. Vanno a letto, a letto, a letto. Non riesco a capire. Questo è il tavolo della cucina, della cucina, della cucina. La ragazza grande va a scuola tutte le mattine, tutte le mattine, tutte le mattine. C'è un orologio vicino al suo letto, vicino al suo letto. Adesso aggiusto il tavolo, il tavolo, il tavolo. Questa è la madre. Questo è il papà. Il papà. Il papà. (*Rivolgendosi alla psicoterapeuta.*) Sento dei bambini. Dove sono?

Psicoterapeuta: Stanno giocando nel cortile di questo edificio.

Jean: Oh, vai a letto. Vai a letto. Adesso sta leggendo a letto. Questa è la madre, la madre. Questo è il padre, il padre. Stanno leggendo a letto, a letto. Poi fra pochissimo si addormenteranno, addormenteranno, addormenteranno. Fra pochissimo. Fra pochissimo. Dov'è la loro casa? Casa, casa. Li sposterò nella loro casa. Andranno a vivere qui, a questo piano, a questo piano. Pensa che a questo piano ci sia spazio a sufficienza per tutti loro?

Psicoterapeuta: Ti chiedi se ci sarà uno spazio sufficiente per tutti loro.

Jean: Sì. Sì. Queste sono solo le camere da letto.

Psicoterapeuta: Quel piano è il reparto notte; ci dormono e basta.

Jean: Guardi. Guardi. Guardi. Stanno ancora leggendo. Se tolgo queste cose ci sarà più spazio. Adesso non leggeranno più. Dormiranno. Dormiranno. Dov'è la mia mamma?

Psicoterapeuta: Vuoi sapere dov'è la tua mamma. È andata a sbrigare alcune faccende e sarà qui quando avremo finito.

Jean: Dov'è il bagno?

Psicoterapeuta: È nella stanza qui accanto.

Jean: Andiamo a vedere. (*La psicoterapeuta l'accompagna a vedere il bagno. Quando sono sulla soglia Jean guarda dentro e poi dice: "Adesso possiamo tornare indietro". Ritornano nella playroom.*) C'è un bagno anche qui. Metterò un water qui, nella stanza delle bambine.

Psicoterapeuta: Metterai il water nella stanza delle bambine.

Jean: Sì. Questa bambina piccola ha quattro anni. Dorme in bagno. Dorme in bagno. In bagno. In bagno.

Psicoterapeuta: La bambina di quattro anni dorme in bagno.



Jean: Anche io ho quattro anni.

Psicoterapeuta: Anche tu hai quattro anni; hai proprio la stessa età della bambina che dorme in bagno.

Jean: Sì. Qui c'è un altro bagno. Anche questo è vicino alla bambina. E il padre e la madre stanno andando a dormire, a dormire. Hanno una bella camera da letto. Vede? Certamente hanno una bella camera da letto.

Psicoterapeuta: La madre ed il padre stanno andando a dormire e hanno una bella camera da letto.

Jean: Nella loro camera da letto hanno anche un frigorifero, un frigorifero, un frigorifero¹². (*Jean mette il frigorifero nella stanza del padre e della madre.*) I bambini dormono nella stanza accanto e possono passare da questa porta se vogliono e se hanno bisogno della mamma e del papà.

Psicoterapeuta: Mamma e papà sono vicini e facili da raggiungere in caso di bisogno.

Jean: Adesso stanno dormendo, dormendo, dormendo. (*Si volta e fa un ghigno alla psicoterapeuta.*) Adesso, mi tolgo le scarpe e le calze ed entro nel contenitore con la sabbia.

Psicoterapeuta: Adesso entri nel contenitore con la sabbia per giocare. (*Jean si toglie le scarpe e le calze; la psicoterapeuta l'aiuta ad entrare nel contenitore con la sabbia.*)

Jean: Voglio un frigorifero nella stanza dei bambini.

Psicoterapeuta: Vuoi che anche i bambini abbiano un frigorifero nella loro stanza.

Jean: C'è un altro bagno?

Psicoterapeuta: Ecco, qui c'è un altro bagno.

Jean: C'è un gabinetto nel soggiorno. C'è un bagno in cucina. C'è un bagno nella sala da pranzo. (*Risistema tutta la casa ma di fatto non c'è alcuna organizzazione: i mobili sono stati messi nelle varie stanze a caso. Ogni stanza della casa ha un water.*)

Psicoterapeuta: C'è un bagno in tutte le stanze della casa.

Jean: Il padre si deve alzare presto, presto, presto. Eccolo, è qui nel soggiorno. Dovrebbero esserci dei libri da leggere, libri da leggere. Anche delle lampade, una radio. La madre sta dormendo. Questa è la vasca da bagno. Ora metto un bagno nel soggiorno. Questo è il water. Questa è la vasca da bagno. Qualcuno potrebbe fare il bagno, fare il bagno, fare il bagno. Questo è il lavandino. Fra un po' verrà aperto il rubinetto. Questo lo metterò in cucina, in cucina, in cucina.



Psicoterapeuta: Ci sono bagni in tutta la casa.

Jean: La mamma si alza, poi si mette a sedere e fa colazione; dopo essere andata in bagno ritorna a letto. Il padre ha fatto colazione ed è andato in bagno. La madre ritorna a letto. Dice al padre che si è alzata, ha fatto colazione ed è andata in bagno. Lui risponde sempre: “Bene! Bene! Bene! Bene!”. (*Rimette tutte le bambole a letto. Poi esce dal contenitore con l'aiuto della psicoterapeuta.*) Questa volta ho davvero bisogno di andare in bagno. (*La psicoterapeuta l'accompagna in bagno e poi ritornano nella playroom.*) Adesso, gioco con il telefono.

Psicoterapeuta: Adesso vuoi giocare con qualcos'altro.

Jean (parlando al telefono): Pronto. Voglio qualcosa. Un hamburger e... tutto il resto e anche della gelatina. Eh? No. Sì. Come stai? Benissimo. Oh, no. Proprio benissimo. I miei bambini sono a letto. Anche il padre, penso. Oh, non lo so. Jean è... Abbiamo avuto un altro bambino. Adesso ha tre mesi. Perché, sì. Quando verai a trovarci? Oggi pomeriggio? (*Va a prendere la bambola piccola. È bagnata. Improvvisamente si volta verso la psicoterapeuta.*) Oh! Oh! È successo qualcosa. Ha mal di pancia. Guardi è andata in bagno. Vergogna. Vergogna. (*Ride.*) Io non ho delle bambole di questo genere. Santo cielo! Guardi. Va in bagno.

Psicoterapeuta: Anche la bambina piccola va in bagno.

Jean (va verso il tavolo e timidamente prende il biberon): La bambina piccola beve il latte con un biberon come questo.

Psicoterapeuta: La bambina piccola beve con un biberon come quello.

Jean (ride): Anch'io berrò con il biberon.

Psicoterapeuta: Anche tu berrai con il biberon.

Jean: La bambina piccola beve con il biberon e lo faccio anch'io. (*Ride. Poi beve con il biberon.*)

La seduta è terminata. La madre di Jean sta aspettando la figlia fuori dalla *playroom*. Jean da sola si mette le calze e le scarpe e se ne va ridendo. Dopo aver incontrato la madre al di fuori della *playroom*, la porta dentro e le fa vedere con che cosa ha giocato. La madre nota i tanti gabinetti che ci sono nelle varie stanze della casa delle bambole.

Madre: Jean, sei stata tu a mettere tutti quei gabinetti nella casa?

Jean: Sì.



Madre (rivolgendosi alla psicoterapeuta): Sa, è una cosa stranissima. Tutte le volte che gioca con i lego o con la sua casa delle bambole vuole mettere dei bagni in tutte le stanze. Ma l'ho costretta a perdere questa abitudine *a casa*. Le ho detto un'infinità di volte che non è una cosa carina; così quando *a casa* gioca in questo modo la costringo a smettere di giocare.

Jean (gioiosamente): Ho bevuto anche con il biberon.

Madre (con lo sguardo piuttosto addolorato): Cosa? Un biberon?

Jean: Sì, *qui* posso farlo!

Commenti

A Jean fu consigliata la playtherapy perché aveva grosse paure e ansie legate all'uscire di casa e a distaccarsi dalla madre. Quella appena riportata è la prima seduta ma era la seconda volta che incontravo Jean nella stessa clinica. Durante il primo incontro le avevo somministrato il test Stanford-Binet (L). All'inizio del test la madre dovette venire dentro lo studio insieme alla bambina. Quando Jean era circa a metà test la madre le chiese se poteva andare nella sala d'aspetto per leggere uno dei libri che si trovava là. La figlia le diede il permesso di andare e la madre disse alla psicoterapeuta che quella era in assoluto la prima volta in cui la bambina stava da sola con una persona estranea. Jean finì di compilare il test: quello che emerse era un Q.I. di 138.

Dopo questo primo incontro venne alla clinica per altre tre volte. Alla fine della terza seduta di play therapy, la madre disse che Jean era migliorata così tanto che non riteneva necessario riportarla per ulteriori incontri. Raccontò che Jean usciva di casa per andare a giocare con gli altri bambini del quartiere e riusciva a distaccarsi da lei per periodi di tempo sufficientemente lunghi. La madre disse che pensò che Jean era veramente "guarita" quando una sera da sola andò a cena a casa di un vicino. In un'altra circostanza, andò a casa di un altro vicino nel pomeriggio per fare un pisolino. Secondo il racconto della madre, Jean aveva raggiunto il controllo degli sfinteri davvero molto precocemente.

Durante la seconda seduta di play therapy Jean raccontò che la madre le aveva permesso di bere del latte con il biberon del fratellino e le aveva detto che forse per Natale le avrebbe comprato una bambola di quelle che si fanno la pipì addosso.



Durante la seconda e la terza seduta trascorse la maggior parte del tempo a giocare con la bambola.

La ripetizione di frasi e parole era già scomparsa verso la fine della prima seduta e si è verificata pochissimo – non sarebbe quasi nemmeno degno di nota – durante l'ultimo incontro. La madre riportò che Jean tendeva a ripetere frasi e parole quando era turbata da qualche cosa. Pure da questo punto di vista Jean era migliorata anche al di fuori del setting terapeutico.

19.7

EDITH ESPRIME NEL GIOCO UN SUO DESIDERIO

Edith, otto anni: estratto dalla sesta seduta

Edith prende dalla scatola le bambole di carta e si siede di fronte alla psicoterapeuta.

Edith: So quello che farò. Adesso faccio il gioco “Alla casa delle bambole¹³. Questa è Judy mentre quest'altra si chiama Nancy. “Ciao, Edith”. Dov'è Edith? Oh, questa sarei io. Non è carina?

Psicoterapeuta: Le bambole sono le ragazze che vivono in questa casa. E tu sei la più bella di tutte.

Edith: Eh sì! Ragazzi, sono proprio bellissima.

Psicoterapeuta: Tu sei bellissima.

Edith: E questa qui è Ann. È proprio una brutta spiona e non mi piace per niente. (*Stacca la testa ad Ann.*) Oh, guardi cos'è successo ad Ann! Le è saltata via la testa.

Psicoterapeuta: Non ti piace Ann perché è una spiona e per questa ragione le hai staccato la testa.

Edith: È una bambina cattiva. A scuola si siede sempre dietro di me e mi dà fastidio. Per colpa sua mi trovo sempre nei guai: mi parla in continuazione e l'insegnante mi costringe a spostarmi in un banco della prima fila. Una volta le ho confidato che l'insegnante mi faceva schifo: lei gliel'è andata a dire ed io mi sono beccata degli schiaffi.

Psicoterapeuta: Pensi che Ann ti abbia provocato un sacco di guai a scuola.

Edith (riferendosi al gioco a cui ha appena dato inizio): Lo fa



anche qui in questa casa. (*Continua a giocare con le bambole ma improvvisamente un'idea le illumina il volto.*) Questo è il giorno dell'ispezione. Un uomo ed una donna stanno arrivando; stanno cercando una bambina da adottare. "Bambini! Bambini! Mettetevi tutti ai vostri posti. Siete tutti presenti? Quest'uomo e questa donna vogliono adottare una bambina. Ne desiderano una con i capelli biondi e gli occhi azzurri".

Psicoterapeuta: Vogliono una bambina che abbia un aspetto fisico come quello di Edith.

Edith (sorridendo): Guardi bene quello che succede. "Bambini! Presto! La signora vi vuole vedere tutti quanti. Dov'è Mary?". "Mary è non è più qui; è scappata". "Dov'è Jean?" (*Stacca una gamba a Jean.*) "Jean è zoppa e quindi non può venire perché... ha una sola gamba". "Dov'è Betty?" (*Impugna una matita e con questa cava gli occhi a Betty.*) "Betty non riesce a vedere: è senza occhi". "Dov'è Jim?". "Oh, oggi è andato a nuotare ed è annegato". La signora si guarda intorno e vede questa bambina. "Oh, ma chi è quella bella bambina laggiù?". "Quella è Edith". "Ciao, bella bambina. Oltre ad essere bella sei anche brava?". "Sì, signora". "Sei brava anche a scuola?". "Sì, signora". "Ti piacerebbe andare lontano da qui per venire a vivere con me nella mia casa grandissima?". (*Spinge le bambole e le allontana, attraversa la playroom per andare a prendere il biberon. Ritorna a sedere di fronte alla psicoterapeuta.*)

Psicoterapeuta: Vorresti che qualcuno ti adottasse. Ti piacerebbe andartene da qui.

Edith: Sì. (*Sospira.*) I cani e i conigli devono fare il bagno?

Psicoterapeuta: I cani sì.

Edith: Una volta ho letto una storia in cui un cavallo era rimasto impantanato ed era tutto sporco di fango. Pensa che l'abbiamo lavato?

Psicoterapeuta: Penso proprio di sì.

Edith (beve con il biberon): Gli insegnanti sgridano e picchiano sempre i bambini. La scuola mi fa proprio schifo.

Psicoterapeuta: Non ti piace andare a scuola perché pensi che i tuoi insegnanti siano cattivi nei tuoi confronti.

Edith: Non c'è niente a scuola o della scuola che mi piaccia. Non è obbligatorio andare a scuola, non è vero? Lei è fortunata. Beh, di sicuro io sono più fortunata degli alunni di prima che hanno appena iniziato. Devono fare due anni in più di me. (*Prende*



un'altra bambola.) Questa è Sara. Anche lei vive nel cottage delle bambine. Lei è la cocca; ha il permesso di “fare la scarpetta” così con il pane ripulisce tutte le pentole.

Psicoterapeuta: Non ti piace che una bambina sia la cocca e che sia l'unica che abbia il permesso di fare tutte quelle belle cose che tutti vorrebbero fare.

Edith (stacca la testa a Sara): No. Voglio essere io la cocca.

Psicoterapeuta: Vorresti essere la cocca.

Edith: Dovrei essere io perché sono quella che è qui da più tempo. Non ricordo un periodo della mia vita al di fuori di questo posto.

Psicoterapeuta: Ti trovi qui da più tempo rispetto agli altri ospiti. Pensi di avere più diritto di tutti gli altri di essere la cocca.

Edith (continua a bere con il biberon): Mi piacerebbe essere una bambina piccola.

Psicoterapeuta: Ti piacerebbe essere una bambina piccola.

Edith: Oppure vorrei essere una signora grande come lei.

Psicoterapeuta: Una bambina piccola oppure una signora grande come me... Ma non una bambina di otto anni.

Edith: Sì. (*Lungo silenzio. Edith continua a bere con il biberon tenendo gli occhi chiusi.*) Mi può dare un biberon da portare a letto?

Psicoterapeuta: Ti piacerebbe avere un biberon da portare a letto. Però, Edith io non sono in grado di procurartene uno.

Edith: Oh. Però posso bere con il biberon qui, eh?

Psicoterapeuta: Sì, qui puoi giocare ad essere una bambina piccola quanto desideri.

Edith (va verso lo scaffale, prende il sonaglio, si mette a terra ed inizia a gattonare): Da-da-da-da-da. Ma-ma-ma-ma-ma-ma. (*Si sdraia sul pavimento, chiude gli occhi e succhia il biberon fino al termine della seduta. Alla fine balza in piedi, ripone il biberon sullo scaffale, fa un sorriso alla psicoterapeuta, la saluta e saltando allegramente esce dalla playroom.*)

Commenti

Ad Edith fu consigliata la play therapy perché era sempre imbronciata, disobbediente e litigiosa. Il problema di Edith sembrava consistere nel frustrato bisogno d'affetto e di sicurezza che l'istituto, in cui viveva, non riusciva a soddisfare.



Nell'estratto della seduta che è appena stato riportato si può ben vedere l'illusione/desiderio di Edith. La vita di Edith era sempre accompagnata dalla speranza che un giorno qualcuno sarebbe arrivato all'istituto e l'avrebbe adottata. (Per inciso, vale la pena dire che tre mesi dopo questa seduta Edith fu realmente adottata.)

In questo caso, così come in molti altri, il ricorso al biberon sembra rappresentare una fuga della bambina verso la sicurezza e la dipendenza assoluta presente nel mondo dei neonati. Il biberon sembra avere un maggiore fascino rispetto a tutte gli altri giochi o attrezzi presenti nella *playroom*.

Conclusioni

Alla luce di questi esempi sembra logico affermare che nel gioco che ha luogo nella *playroom*, i bambini esprimono realmente i sentimenti che provano, una volta fatta esperienza della libertà che caratterizza tale contesto. Naturalmente, non tutti i singoli momenti sono carichi di sentimenti profondi ma di fatto essi vengono realmente allo scoperto man mano che la psicoterapia fa il suo corso.

In quale altro modo o in quale altra circostanza se non nella *playroom*, il piccolo Dickie avrebbe potuto dire ad un adulto: "Non mi piace essere comandato a bacchetta dagli adulti. Mi fanno sentire inadeguato ed insicuro. O comando a bacchetta gli adulti oppure preferisco essere un bambino piccolo, completamente dipendente da loro. Dal momento che non posso comandare gli adulti non mi rimane altra scelta: essere un bambino piccolo". Forse queste sono interpretazioni fatte da parte dello psicoterapeuta, ma sono comunque all'espressione dei sentimenti di Joann. Anche quando lo psicoterapeuta sembra andare al di là di quanto era stato espresso quando dice: "Ecco che arriva di nuovo quell'uomo", tale intervento avrebbe potuto bloccare Joann, fortunatamente in questa circostanza le sue parole non hanno avuto questo effetto.

Joann, era una bambina piccola e molto timida che nella vita reale non aveva la possibilità di parlare dell'astio che provava per un uomo, di cui aveva paura, che ai suoi occhi appariva come un intruso e un invasore. Ma nel suo piccolo mondo dei giochi – nella *playroom* – riesce a sbarazzarsi di quella presenza ingom-



brante ed inquietante: infatti, lo può plasmare con l'argilla e farlo a pezzi senza esclusione di colpi.

Shiela non avrebbe potuto esprimere la sua gelosia ed il desiderio di piacere agli altri senza l'utilizzo della carta da disegno e delle matite colorate. Ha il bisogno di portare quei sentimenti allo scoperto in modo da poterli vedere chiaramente. Ha bisogno di stirare i bellissimi capelli ricci e rossi della sua rivale, di rovinarli con segni tracciati con il colore nero e persino di appiccicarci un chewing gum per farla piangere. Perché Shirley dovrebbe essere felice dal momento che Shiela non lo è? Ci penserà lei a cambiare questa situazione: Splash! Splash! Splash! Splash!

Talvolta la psicoterapeuta si domanda quale sia l'“incubo” che turba il bambino: “Quello è il fantasma che vive sottacqua”, dice Sylvia che continua: “Io sono il fantasma che di notte entra in volo dalla finestra”. Con la mano stende il colore che scivola agevolmente sul foglio e quella forma spettrale si dissemina per tutto il dipinto. Utilizzando la pittura con le dita Sylvia è riuscita a dimostrare come quei fantasmi, una volta entrati, pervadevano ogni cosa ma potevano anche essere spazzati via con efficacia.

Jean stava cercando di risolvere i propri problemi da parecchio tempo. Quanto viene raccontato dalla madre e quello che emerge nelle sedute di play therapy mettono in evidenza l'importanza del riconoscimento e della accettazione del gioco dei bambini. Non è sufficiente che i bambini giochino: questo lo fanno tutti e praticamente sempre. Vivono sul confine fra la realtà e la fantasia e fanno avanti e indietro tra questi due mondi. È importante far notare che nel contesto sicuro della *playroom* Jean ha immediatamente portato allo scoperto quel gioco che a casa le era stato proibito. È sembrato un po' insolito che abbia richiamato l'attenzione della madre per dirle e farle vedere che durante la seduta aveva fatto quel gioco che lei le aveva proibito. Tuttavia, la bambina sottolineò un fatto importante: “Sì, *qui* posso farlo!” (Con questa risposta si riferiva sia all'utilizzo dei bagni nel gioco sia alla possibilità di bere con il biberon.) Il caso di Jean mostra quanto sia importante parlare dei limiti solo nel momento in cui sorge il bisogno di stabilirli. Se la psicoterapeuta le avesse detto fin dall'inizio: “Quando entriamo nella *playroom* rimaniamo là dentro fino alla fine; se usciamo non possiamo più rientrare fino al nostro prossimo incontro”, questo avrebbe spa-



ventato a morte Jean che probabilmente non sarebbe mai entrata nella *playroom* e forse non avrebbe nemmeno fatto le tre sedute di play therapy. In casi come questi lo psicoterapeuta deve gestire il setting con intelligenza. Se la bambina avesse voluto andare a controllare se la madre era ancora nella sala d'attesa, quando nella seconda parte del test era sola con la psicoterapeuta, probabilmente lasciarla andare sarebbe stata un'esperienza più facilitante che non costringerla ad obbedire in modo ferreo alle regole. Lo psicoterapeuta deve sempre dare la precedenza ai *valori* terapeutici di ogni specifica relazione. I bambini hanno bisogni diversi. Quindi, quella che può di diritto essere considerata una procedura di grande valore per un bambino può essere dannosa per un altro. Occorrono flessibilità, capacità di adattamento e sensibilità verso ogni singolo bambino e ogni diversa situazione.

Con Ernest si presenta il caso di un bambino in cui ribollivano emozioni e sentimenti ambivalenti. Attraverso il gioco li esprime tutti, nessuno escluso, arrivando fino al punto in cui riesce a dire sinceramente che non ha paura.

Edith ha utilizzato il materiale più facilmente distruggibile. Infatti, per quel che riguarda le bambole di carta non ci sono limiti: possono essere strappate fino al punto di trasformarle in coriandoli, cosa che peraltro spesso accade. Molto spesso i disegni di neonati, madri, padri, scuole, dottori, case, animali e così via vengono messi a disposizione dei bambini che hanno il permesso, qualora lo desiderassero, di ridurli in brandelli. L'espressione e lo sfogo dei sentimenti sono canalizzati attraverso l'utilizzo dei materiali con cui i bambini giocano.

Note

9. Questa sorta di filastrocca in inglese è in rima: *Point to the east, point to the west, point to the one you like best*. Inoltre, "like best" è presente nella frase "*I like Shiela best*", tradotta con "lo preferisco Shiela" [N.d.R.].
10. Il caso di Ernest è riportato nella sua totalità al capitolo 23.
11. Questa seduta di gruppo è riportata a pagina 291, capitolo 21.
12. Jean non riesce a pronunciare la parola frigorifero: invece di *Refridgerator* lo chiama *Figgerator* [N.d.T.].
13. Diversamente da "House", il termine "Home" oltre all'edificio indica soprattutto l'ambiente domestico e familiare.



“La notevole capacità della Axline e la sua fiducia palpabile nelle innate capacità di autoregolazione dei bambini a lei affidati sono un esempio eloquente di come si possa incarnare questa fiducia nelle capacità autopoietiche dei bambini e come una relazione improntata alla fiducia divenga una profezia autorealizzante.”

Dalla Prefazione di Alberto Zucconi

“Un bambino di sette anni durante una seduta di play therapy spontaneamente disse a gran voce: ‘Oh! Tutti i bambini, almeno per una volta nella vita, dovrebbero avere l’opportunità di buttare tutto fuori senza doversi sentire dire: ‘Non ti azzardare a...! Non ti azzardare a...! Non ti azzardare a...!’.

Questo fu il suo modo di definire la play therapy. Nelle esperienze di play therapy, grazie alla relazione con lo psicoterapeuta, si dà al bambino l’opportunità di conoscere se stesso. Lo psicoterapeuta si comporta in modo tale da comunicare al bambino che questa esperienza gli offre la sicurezza e la possibilità di esplorare liberamente, non solo la playroom con i suoi giocattoli, ma anche l’esplorazione di se stesso nell’ambito della relazione terapeutica. Qui il bambino avrà l’opportunità di misurarsi con se stesso. Il bambino come risultato di questa esperienza di autoesplorazione di sé in relazione con gli altri, di autoespansione e autoespressione imparerà non solo ad accettare e rispettare se stesso ma anche gli altri e a utilizzare la libertà con senso di responsabilità.

C’è franchezza, onestà e vitale autenticità nel modo in cui i bambini si manifestano nelle esperienze di gioco. I loro sentimenti, atteggiamenti e pensieri emergono, si dispiegano, si muovono e le spigolosità si smussano. I bambini imparano a comprendere un po’ meglio se stessi e gli altri e ad offrire più generosamente accoglienza emozionale a tutte le persone.”

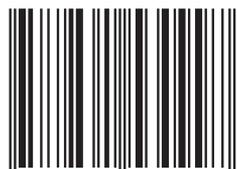
(dall’Introduzione dell’autrice)

Un classico della letteratura internazionale che ha aperto la terapia al gioco come strumento di autoesplorazione dei bambini.

Virginia Axline, psicologa statunitense è stata allieva e poi collega di Carl Rogers, il padre della Psicoterapia Centrata sul Cliente. Ha applicato i principi della Psicoterapia Centrata sul Cliente adattandola alla realtà e alle esigenze dei bambini servendosi del gioco come mezzo di comunicazione più efficace per questo tipo di clienti. Ha scritto *Dibs In Search Of Self* (1964), pubblicato in Italia da Mondadori, *Storia di Dibs* (1969).

Euro 33,00 (I.i.)

ISBN 978-88-6153-099-7



9 788861 530997