

RIVISTA DI PLAY THERAPY

NUMERO 10
MAGGIO 2025

La rivista dell'APT
Associazione Play Therapy
Italia

**PLAY THERAPY E
DISABILITÀ**
Come i Play Therapist
supportano i bambini e le
loro famiglie

**PLAY THERAPY IN
CONTESTI DI CRISI E
POST-DISASTRO**
Limiti e possibilità

NATURE PLAY THERAPY
Quando la natura entra in
gioco

#disabilità
#poteriterapeuticidelgioco
#ricercainplaytherapy
#playtherapy
#interventidicrisi
#natureplaytherapy

Include
un'intervista
esclusiva a
Claudio Mochi e
Isabella
Cassina

www.associazioneplaytherapy.it



APTI

L'Associazione Play Therapy Italia è un ente nazionale non profit fondato nel 2009 che si occupa in particolare di psicologia e psicoterapia dell'età evolutiva e trae origine dall'esperienza e dal sostegno dell'Association for Play Therapy (APT) degli Stati Uniti che ne rappresenta il modello unico di riferimento per standard qualitativi, finalità e criteri di iscrizione. L'APTI è Membro di Direzione dell'International Consortium of Play Therapy Associations (IC-PTA).

Tra i suoi obiettivi principali vi sono quelli di promuovere il valore del gioco e di diffondere la conoscenza e la pratica della Play Therapy sul territorio nazionale. L'APTI conferisce le credenziali di Registered Play Therapist™ (RPT™) e Registered Play Therapist Supervisor™ (RPT-S™) ai professionisti della salute mentale e di Therapeutic Play Specialist (TPS) ai professionisti degli ambiti educativo, sociale, sanitario e riabilitativo per aiutare i consumatori ad identificare coloro con formazione specializzata ed esperienza in Play Therapy e Therapeutic Play (Gioco Terapeutico).

L'APTI, inoltre, approva enti per la formazione continua in Play

Therapy in Italia (con estensione alla Svizzera italiana) che operano secondo determinati criteri di qualità e professionalità.

SOCI

Il socio APTI è un professionista che lavora nell'ambito dell'età evolutiva e ha conseguito almeno una formazione in Play Therapy presso un Ente per la formazione continua approvato dall'APTI (denominato anche *Approved Provider #xx-xxx*). Il socio aderisce ai valori dell'Associazione e contribuisce ai suoi scopi prestando un'attività volontaria, partecipando all'assemblea annuale e versando una quota di € 55 (valida per 12 mesi). Il socio beneficia di molteplici vantaggi che possono essere visionati su associazioneplaytherapy.it.

RIVISTA

La *Rivista di Play Therapy* è il primo periodico in lingua italiana che presenta contenuti verificati del settore Play Therapy permettendo ai professionisti dell'ambito e ulteriori interessati (genitori inclusi) di aggiornare ed ampliare le proprie conoscenze sull'affascinante mondo di applicazione del gioco e dei suoi poteri terapeutici. La rivista è gratuita per i soci APTI.

REDAZIONE

In questo numero (10) sono pubblicati articoli elaborati o tradotti per la rivista da professionisti con formazione avanzata e/o titolo riconosciuto dall'APTI e/o dall'APT degli Stati Uniti (vedi singoli riferimenti). La rivista è realizzata a cura di Isabella Cassina.

COPYRIGHT

La rivista è coperta da copyright ed è disponibile nella sua interezza esclusivamente in forma stampata. Gli articoli possono essere riprodotti interamente o in parte unicamente previo consultazione della redazione e citazione della fonte nella sua interezza. Si prega di inviare una copia o l'eventuale link di riferimento alla redazione tramite info@playtherapy.it.

Dettagli rivista

Editore: APTI (1° maggio 2025)
Direttrice: Isabella Cassina
Distribuita da: APTI (Italia),
Centro Ordinary Magic (Roma),
INA Play Therapy (Svizzera italiana)
Stampata in Italia, a colori, 24 pp
Lingua: italiano
ISSN: 2673-9151
associazioneplaytherapy.it
info@playtherapy.it



PLAY THERAPY E DISABILITÀ

Come i Play Therapist supportano i bambini e le loro famiglie

di Kate Renshaw, PhD, RPT-S (APPTA) e Natalie Scira, MCPT, RPT-S (APPTA)

Renshaw, K., e Scira, N. (2024). *Play therapy and the NDIS: How play therapists support NDIS child participants and their families*. Play and Filial Therapy and Playroom Therapy. <https://playandfilialtherapy.com> e <https://playroomtherapy.com.au>. Un documento tradotto dall'inglese, adattato dalla redazione e pubblicato con autorizzazione sulla Rivista di Play Therapy dell'Associazione Play Therapy Italia.

Contestualizzazione

Il documento "Play therapy and the NDIS: How play therapists support NDIS child participants and their families" (dicembre 2024) elaborato dalle autrici australiane Kate Renshaw, PhD e Natalie Scira, prende vita in seguito all'annuncio nel 2024 da parte della National Disability Insurance Agency (NDIA) che la musicoterapia e l'arteterapia non sarebbero più state riconosciute come terapie basate sull'evidenza per i partecipanti alla National Disability Insurance Scheme (NDIS), un sistema di assistenza specifica per la disabilità di cui nel 2020 beneficiavano mezzo milione di australiani. Dopo diverse settimane di campagna di sensibilizzazione a livello nazionale, lo scorso dicembre è stata annunciata una revisione indipendente degli interventi di musica e arte terapia finanziati dalla NDIS.

Anche se attualmente sono in fase di revisione e rischiano di essere rimosse definitivamente dalle metodologie riconosciute dal sistema di assistenza, la musicoterapia e l'arteterapia hanno una propria designazione e un proprio

tariffario all'interno della NDIS. Al contrario, altre terapie creative ed esperienziali tra cui la Play Therapy, non sono ancora riconosciute e sono fornite dai professionisti sotto la voce "Altre terapie". Il lavoro di Renshaw e Scira ha l'obiettivo di promuovere l'efficacia della Play Therapy nell'ambito della disabilità (e non solo) rendendo accessibili al pubblico e presentando a tutte le parti coinvolte le numerose ricerche scientifiche nel settore. Il documento menzionato non è che una delle iniziative promosse.

Con l'autorizzazione delle due autrici, la redazione della Rivista di Play Therapy ha adattato il testo selezionando quei contenuti che sono di interesse anche per i lettori che esulano dal contesto australiano. La versione originale del documento è disponibile a questo link: playandfilialtherapy.com.

Play Therapy e disabilità

La Play Therapy è una psicoterapia basata sull'evidenza. I Play Therapist seguono una formazione approfondita sullo sviluppo del bambino e sulle conoscenze teoriche

Per i bambini con disabilità e per le loro famiglie, supporti come la Play Therapy possono aiutare la salute generale, il benessere e la partecipazione alla vita quotidiana (...) attraverso un approccio sensibile e adeguato dal punto di vista dello sviluppo.

in campo psicologico e sviluppano competenze specialistiche attraverso tirocini clinici supervisionati. I Play Therapist forniscono supporto terapeutico attraverso un approccio di tipo olistico. Per i bambini con disabilità e per le loro famiglie, interventi come la Play Therapy possono aiutare la salute generale, il benessere e la partecipazione alla vita quotidiana. La Play Therapy consente ai bambini di lavorare per

La Play Therapy è una psicoterapia basata sull'evidenza scientifica.

raggiungere i loro obiettivi attraverso un approccio sensibile e adeguato dal punto di vista dello sviluppo.

La ricerca sulla Play Therapy ha dimostrato l'efficacia nel sostenere i bambini con le seguenti disabilità:

- Autismo (Livello 2 e 3)
- Disabilità intellettiva
- Ritardo nello sviluppo
- Ritardo globale dello sviluppo
- Sindrome di Down
- Paralisi cerebrale
- Disturbo dell'udito
- Disabilità psicosociale
- Disturbi della vista

Le ricerche indicano l'efficacia della Play Therapy nel supportare una serie di bisogni e difficoltà dei bambini con disabilità, ad esempio:

- Funzionamento generale
- Difficoltà emotive
- Concetto di sé
- Risorse socioemotive
- Condizioni mediche
- Differenze linguistiche e di linguaggio

- Problemi internalizzanti (ansia, depressione)
- Problemi esternalizzanti (aggressività, comportamenti dirompenti, autocontrollo)
- Deficit di attenzione
- Stress relazionale
- Progressi accademici
- Concetto di sé/autostima
- Patrimonio socioemotivo
- Trauma
- Disturbo post-traumatico da stress (PTSD)

I Play Therapist possono aiutare i bambini, i giovani e gli adulti nel loro percorso:

- Aiutando i bambini e le famiglie a determinare la loro idoneità per ricevere l'assistenza fornendo raccomandazioni e completando i rinvii ad altri professionisti e servizi, se necessario.
- Sostenendo i bambini, le famiglie e gli altri professionisti nella comprensione del ruolo e dello scopo del Play Therapist e collaborando con i professionisti che fanno parte dell'équipe di cura del cliente.
- Somministrando una serie di valutazioni, tra cui valutazioni dello sviluppo, valutazioni psicosociali e valutazioni del gioco, per supportare le persone con le loro domande di assistenza e revisioni.
- Fornendo una terapia continua e un supporto psicosociale efficace e supportato dall'evidenza empirica.

I Play Therapist sostengono in molti modi i bambini e i giovani con disabilità fisiche e intellettuali. Questo supporto include:

- Comprendere meglio le proprie difficoltà fisiche, di sviluppo ed emotive e la propria esperienza di vita.
- Migliorare la qualità della vita sviluppando l'indipendenza, le capacità di coping e le abilità linguistiche e comunicative, per rispondere alle sfide della vita con maggiore resilienza, fiducia in se stessi, scelta e controllo.
- Partecipare in modo più completo ai contesti educativi, garantendo l'accesso a scuole sensibili e informate, attraverso raccomandazioni terapeutiche basate sull'evidenza e adattamenti del curriculum.
- Lavorare in collaborazione con le famiglie di bambini con disabilità per aumentare la loro comprensione del profilo unico del bambino, del suo sviluppo e dei suoi bisogni di supporto, aumentando così la loro capacità di soddisfare tali bisogni nel tempo.

La Play Therapy è efficace nel sostenere i bambini con:

- Autismo
- Disabilità intellettiva
- Ritardo nello sviluppo
- Ritardo globale
- Sindrome di Down
- Paralisi cerebrale
- Disturbo dell'udito
- Disabilità psicosociale
- Disturbi della vista



I Play Therapist possono fornire questo supporto in vari modi, tra cui:

- Lavorare a tu per tu o in piccoli gruppi con i bambini con disabilità per fornire supporti terapeutici volti a raggiungere gli obiettivi identificati.
- Effettuare valutazioni sulla capacità funzionale in linea con gli obiettivi.
- Lavorare con la famiglia del bambino per conoscere e affrontare le sfide alla partecipazione sociale.
- Lavorare in modo collaborativo all'interno di un'équipe di assistenza più ampia di professionisti e organizzazioni per aiutare i clienti a raggiungere i loro obiettivi.

I Play Therapist sono abili nel condurre valutazioni e condividere conoscenze e competenze terapeutiche con i clienti, le famiglie e i professionisti. Questo approccio collaborativo supporta:

- Miglioramento delle abilità sociali e comunicative che favoriscono una maggiore partecipazione alla comunità.
- Promozione della vita quotidiana e delle abilità generali di vita, come la fiducia in se stessi, la resilienza, la capacità di risolvere i problemi, l'indipendenza e la capacità decisionale.
- Affrontare i comportamenti non utili o problematici (risposte disadattive) attraverso approcci olistici sistemici (lavorando con i sistemi di supporto della persona) e centrati sulla persona.

Il settore Play Therapy ha una rivista scientifica dedicata pubblicata dalla rinomata American Psychological Association (APA).

- Sviluppo e sostegno dell'attuazione di raccomandazioni per l'adattamento e il supporto in ambito educativo e sociale.
- Aumento della comprensione da parte della comunità del fatto che disabilità e problemi di salute mentale possono spesso coesistere e affrontare tali comorbidità attraverso un'assistenza informata.

La Play Therapy è una pratica basata sull'evidenza scientifica

Il cervello umano è predisposto per il gioco. Questo circuito cerebrale è fondamentale per l'organizzazione e lo sviluppo dell'area corticale superiore del cervello, responsabile del linguaggio, del ragionamento e della risoluzione dei problemi. Ricerche provenienti da ben 20 ambiti diversi, tra cui le scienze comportamentali e le neuroscienze, ci dicono che il gioco offre benefici olistici e vitali. In Play Therapy i bambini entrano in contatto con il terapeuta e si esprimono nel loro modo più naturale: attraverso il gioco. I Play Therapist sono altamente qualificati per creare le condizioni per una crescita e uno sviluppo ottimali. Questo significa che la Play Therapy è come un'accelerazione del potenziale ludico del cervello e del corpo.

Con risultati positivi dimostrati per il benessere e lo sviluppo delle capacità, la Play Therapy è supportata empiricamente con

Ricerche provenienti da ben 20 ambiti diversi, tra cui le scienze comportamentali e le neuroscienze, ci dicono che il gioco offre benefici olistici e vitali. In Play Therapy i bambini entrano in contatto con il terapeuta e si esprimono nel loro modo più naturale: attraverso il gioco.

decenni di ricerca che ne confermano l'efficacia. Tra il 2000 e il 2023 sono state pubblicate 4 meta-analisi, 2 revisioni sistematiche e 137 studi di qualità sulla Play Therapy. La pratica basata sull'evidenza (*evidence-based*) è informata dalla ricerca di buona qualità, dall'esperienza clinica e dal rispetto delle preferenze degli utenti dei servizi. Nelle discipline sanitarie, la ricerca di buona qualità è classificata in livelli gerarchici di evidenza, con il rischio di *bias* che aumenta numericamente. I fattori considerati per determinare il livello di evidenza includono il disegno della ricerca, la qualità dello studio e la rilevanza clinica.

La ricerca sulla Play Therapy di qualità degli ultimi 24 anni mappata attraverso i livelli di evidenza risulta come segue:

- 4 meta-analisi e 2 revisioni sistematiche [livello 1].
- 56 studi di controllo randomizzati [livello 2].
- 20 disegni di gruppo quasi-sperimentali [livello 3].
- 28 disegni sperimentali a caso singolo [livello 3].
- 33 misure ripetute di disegni a gruppo singolo [livello 3].

Inoltre, sono stati pubblicati molti altri casi di qualità [livello 4] e studi qualitativi [livello 5] sulla Play Therapy.

Il settore Play Therapy ha una rivista scientifica dedicata pubblicata dalla rinomata American Psychological Association (APA) dal nome *International Journal of Play Therapy*. Si tratta di una pubblicazione trimestrale dell'Association for Play Therapy (APT) degli Stati Uniti.

Il cervello umano è predisposto per il gioco. Questo circuito cerebrale è fondamentale per l'organizzazione e lo sviluppo dell'area corticale superiore del cervello.

L'APT considera come pratica basata sull'evidenza (*Evidence-Based Practice*) i trattamenti o gli approcci che utilizzano l'evidenza scientifica per dimostrare miglioramenti rispetto ai bisogni o alle difficoltà, attuati da un clinico esperto, in un modo centrato sul cliente e culturalmente sensibile.

I poteri terapeutici del gioco, il potenziamento delle capacità e lo sviluppo psicosociale

Molti professionisti utilizzano il gioco nel loro lavoro con i bambini, tra cui i terapisti occupazionali, gli psicologi/psicoterapeuti e i logopedisti. I professionisti formati in metodologie di Play Therapy sono altamente qualificati per sfruttare i poteri terapeutici del gioco per migliorare lo sviluppo, aumentare le capacità e creare cambiamenti favorevoli in quattro ambiti:

1. Facilitare la comunicazione.
2. Favorire il benessere emotivo.
3. Aumentare i punti di forza personali.
4. Migliorare le relazioni sociali.

La Play Therapy è intersezionale, sensibile allo sviluppo e alla cultura

Le difficoltà emotive, comportamentali e di salute mentale

sono più frequenti nei bambini, negli adolescenti e nei giovani con disabilità intellettive e del neurosviluppo. L'accesso alle terapie creative ed esperienziali garantisce interventi efficaci e sensibili allo sviluppo. I bambini non sono sempre in grado o disposti a comunicare attraverso le parole. Il gioco, invece, è comodo e universale: è il linguaggio primario di un bambino.

La Play Therapy è una psicoterapia infantile accessibile, transculturale, che tiene conto della neurodiversità ed è sensibile dal punto di vista dello sviluppo. Come evidenziato nel rapporto della National Disability Royal Commission, le ragazze e le donne con disabilità hanno un'alta probabilità di subire violenza familiare, domestica e sessuale.

I Play Therapist, che sono formati in metodologie psicoterapeutiche,

informate sul trauma e sullo sviluppo, sono in una posizione unica per offrire un supporto che soddisfi ogni bisogno del bambino.

La Play Therapy migliora le capacità funzionali

I bambini e i giovani disabili possono presentare una significativa riduzione delle capacità funzionali in una o più aree: mobilità, apprendimento, comunicazione, cura di sé, interazione sociale, autogestione. In Play Therapy, molti fattori terapeutici contribuiscono a migliorare le capacità funzionali, tra cui la relazione terapeutica, i giocattoli e le risorse creative accuratamente selezionati, i poteri terapeutici del gioco e le competenze psicoterapeutiche. La Play Therapy offre opportunità di crescita e sviluppo in tutte e sei le aree menzionate e che introdurremo nelle prossime pagine.

1. Mobilità

L'attività fisica in Play Therapy ha il potenziale di attivare tutto il corpo e tutte le regioni del cervello, rendendo la Play Therapy un approccio integrale alla persona. Attraverso specifici giocattoli e materiali espressivi nella stanza dei giochi, è possibile affinare le abilità motorie fini e sviluppare quelle grossolane. Tra gli esempi di gioco vi

La Play Therapy è una psicoterapia infantile accessibile, transculturale, che tiene conto della neurodiversità ed è sensibile dal punto di vista dello sviluppo.





sono la creazione di opere d'arte (disegno, pittura, creazione di oggetti con le forbici, ecc.), la manipolazione di materiali sensoriali e paste modellabili con utensili e strumenti. Lo sviluppo delle abilità motorie grossolane che migliorano il tono muscolare, i movimenti coordinati e la stabilità posturale è attivato attraverso molti tipi di gioco tra cui le attività con la palla, con il paracadute, la danza con il nastro o i pon-pon da cheerleader o ancora le battaglie fantasiose con spade di gommapiuma.

2. Apprendimento

Il gioco rafforza i percorsi neurali preesistenti e crea nuove reti. I bambini con disabilità intellettiva seguono traiettorie di sviluppo simili a quelle dei loro coetanei neurotipici, ma spesso più lentamente.

Ciò significa che il gioco è fondamentale per garantire che tutti i bambini raggiungano il loro massimo potenziale di apprendimento e sviluppo. La Play Therapy offre opportunità di apprendimento pratico e di risoluzione dei problemi, sviluppo di abilità di coping, esperienze di insegnamento indiretto e diretto e promozione della fiducia in se stessi. Il Play Therapist incoraggia il bambino a trovare soluzioni, a correre rischi sicuri e a svolgere compiti in modo indipendente. Fornisce una psicoeducazione attraverso il modellamento indiretto o l'insegnamento diretto di abilità pratiche, sociali ed emotive, a seconda delle necessità.

3. Comunicazione

La Play Therapy aiuta i bambini a esprimersi aiutandoli a collegare le

Il gioco è fondamentale per garantire che tutti i bambini [inclusi coloro con disabilità intellettiva] raggiungano il loro massimo potenziale di apprendimento e sviluppo.

sensazioni del corpo alle emozioni e alle parole. I giocattoli sono selezionati e organizzati con attenzione per consentire l'esplorazione e l'espressione di un'ampia gamma di emozioni. I Play Therapist apprendono a categorizzare i contenuti emotivi nel gioco dei bambini e a offrire un supporto mirato per aumentare la comprensione e l'intuizione dei pensieri, dei sentimenti, dei

La Play Therapy rispetta e riconosce il diritto dei bambini di comunicare nei modi che ritengono migliori e incontra i bambini nel punto in cui si trovano, piuttosto che chiedere di comunicare in modi che non appartengono a loro.

comportamenti e delle esperienze del bambino. Offrono una co-regolazione, collaborando con i bambini per sviluppare l'autoconsapevolezza e l'autocontrollo, con l'obiettivo finale di aumentare la capacità di autoregolazione. Attraverso la Play Therapy, i bambini sviluppano sempre più la capacità di attingere all'espressione emotiva e al nuovo vocabolario per comunicare verbalmente o attraverso strategie di assistenza (con il supporto di un adulto). La Play Therapy può aiutare i bambini a esprimersi in modo efficace, poiché sia il Play Therapist che i bambini comunicano attraverso il gioco. Non da ultimo, rispetta e riconosce il diritto dei bambini di comunicare nei modi che ritengono migliori e incontra i bambini nel punto in cui si trovano, piuttosto che chiedere loro di comunicare in modi che non appartengono a loro.

4. Cura di sé

La Play Therapy sostiene i bambini nella pratica delle abilità di autocura sia direttamente che indirettamente. Considera i bambini intrinsecamente capaci e quindi, laddove possibile, il Play Therapist restituisce la responsabilità al bambino, sviluppando competenza, fiducia e

indipendenza. Ciò è in linea con il rapporto della National Disability Royal Commission (2023) che osserva che "i governi hanno l'obbligo nei confronti dei bambini con disabilità, ai sensi della CRPD delle Nazioni Unite, di rispettare (...) le capacità in evoluzione dei bambini con disabilità e (...) il diritto dei bambini con disabilità di preservare la propria identità".

Attraverso l'uso di competenze cliniche specializzate, i professionisti formati in metodologie di Play Therapy incoraggiano i bambini a perseverare nelle loro difficoltà, fornendo un supporto pratico solo se necessario, come aprire il coperchio di un contenitore di plastilina o indossare un travestimento. I giocattoli e le risorse della Play Therapy offrono l'opportunità di sviluppare e padroneggiare le abilità di cura di sé attraverso giochi di motricità fine, come tagliare, dipingere e disegnare, manipolare la pasta da gioco con le mani e gli strumenti e usare forchette, cucchiari e coltelli nell'angolo della casa.

Ricche opportunità per l'esercizio indiretto delle abilità di cura di sé sono offerte dal gioco di finzione, ad esempio fingendo di vestirsi per andare al lavoro o di preparare la colazione per la famiglia di Teddy, fingendo di lavarsi i denti o di andare dal medico e di fare il bagno alla bambola e portarla in bagno.

5. Interazione sociale

Nella Play Therapy, i bambini traggono beneficio a livello sociale ed emotivo dal gioco di finzione. Un tipo di gioco ben studiato, offre ai bambini l'opportunità di "entrare in ruoli sociali" e di sperimentare cosa significhi essere un genitore, un

medico o un agente di polizia. Le opzioni sono illimitate! Impegnarsi in un gioco di finzione permette ai bambini di considerare la prospettiva di un altro, una componente essenziale per sviluppare l'empatia. Con l'evolversi delle narrazioni attraverso il gioco di finzione, si sviluppa anche la capacità di interpretare e rispondere agli indizi sociali verbali e non verbali, di negoziare con i coetanei e di regolare le delusioni, con il supporto del Play Therapist.

La Play Therapy si basa su una pratica centrata sul bambino e sull'affermazione della neurodiversità. I Play Therapist riconoscono e onorano i punti di forza e le identità uniche dei bambini con disabilità, compreso il diritto di giocare e comunicare in modi che corrispondono alle loro preferenze personali.

La Play Therapy dà potere ai bambini nel loro processo di apprendimento, aumentando le loro capacità di comunicazione e la loro capacità di difendere i propri bisogni. La Play Therapy si basa su una pratica centrata sul bambino e sull'affermazione della neurodiversità. I Play Therapist riconoscono e onorano i punti di forza e le identità uniche dei bambini con disabilità, compreso il diritto di giocare e comunicare in modi che

corrispondono alle loro preferenze personali. Utilizzando un approccio centrato sul bambino, i Play Therapist sono in grado di sostenere lo sviluppo di abilità pro-sociali in modi appropriati allo sviluppo, rispettosi della cultura e della disabilità.

6. Autogestione

Il gioco attiva molte regioni del cervello. Una di queste, utile per aumentare le capacità di autogestione, è quella corticale. Questa parte è ritenuta responsabile del funzionamento esecutivo. Molti bambini con disabilità presentano una disfunzione esecutiva, che influisce sulla loro capacità di impegnarsi nell'istruzione, a casa e nella comunità. Poiché la Play Therapy amplifica l'intensità del gioco, il Play Therapist sfrutta le qualità neurologiche del gioco per facilitare l'impegno e l'attenzione, la flessibilità del pensiero, della cognizione e delle emozioni, nonché la tolleranza alla

frustrazione e la reattività alle sfide. All'interno di una relazione terapeutica attenta e sensibile, le ripetute opportunità di giocare a scenari quotidiani servono come importante momento di prova per il completamento dei compiti quotidiani della vita reale.

La Play Therapy è allineata con gli obiettivi di vita delle persone con disabilità

La Play Therapy può aiutare i bambini e i giovani con disabilità a raggiungere i loro obiettivi nelle seguenti aree:

- Vita quotidiana
- Scelta e controllo
- Salute e benessere
- Relazioni
- Partecipazione alla comunità
- Apprendimento
- Lavoro (per gli adolescenti)

I Play Therapist valutano e tengono traccia dei progressi del bambino in

La Play Therapy è allineata con gli obiettivi di vita delle persone con disabilità.

linea con gli obiettivi sviluppati in collaborazione con i caregiver e i clienti (qualora appropriato) e modellano di conseguenza il piano di trattamento.

I Play Therapist formulano un programma di valutazione individualizzato e culturalmente sensibile, basato sulla storia di vita, sull'età cronologica, sulla presentazione dello sviluppo e sul neurotipo del bambino. Nella pianificazione del trattamento, attingono a una serie di scale psicologiche standardizzate, all'osservazione e alle valutazioni basate sul gioco o sulle arti.



Come i Play Therapist possono supportare un bambino con diagnosi di autismo: Il caso di Zac

Zac è un bambino di 10 anni con una diagnosi di autismo di livello 2, un ritardo nel linguaggio e un disturbo da stress post-traumatico (PTSD). È stato indirizzato a un Play Therapist dal suo psicologo dopo aver trovato inefficace la terapia verbale.

Il Play Therapist ha incontrato i genitori per ottenere un'anamnesi medica, evolutiva e familiare completa, che servisse a definire gli obiettivi e la pianificazione del trattamento. Durante il primo appuntamento, i genitori di Zac hanno riferito che il bambino era socialmente ritirato e isolato, aveva difficoltà a parlare dei suoi sentimenti e spesso ricorreva all'aggressione fisica quando era sopraffatto. Hanno aggiunto che Zac aveva iniziato a mostrare segni di ansia da separazione, trovando sempre più difficile lasciare la casa di famiglia e separarsi dai genitori.

Il Play Therapist ha raccolto ulteriori informazioni e ha condotto valutazioni qualitative e quantitative stabilendo che Zac presentava una grave disregolazione emotiva e abilità di autogestione inibite, sfide sociali persistenti, difficoltà significative di espressione e comunicazione e una ridotta capacità di mantenere

l'attenzione e l'impegno a scuola e nell'apprendimento.

Il Play Therapist ha condiviso questi risultati con i genitori e, da quel momento, ha cercato attivamente di promuovere la possibilità di scelta e di controllo di Zac e della sua famiglia, lavorando insieme per stabilire obiettivi terapeutici pertinenti. Gli obiettivi e il piano di trattamento hanno permesso di mantenere una forte attenzione all'aumento delle capacità funzionali di Zac in una serie di ambiti, tra cui l'apprendimento, la comunicazione, la socialità e l'autogestione.

Il piano di trattamento co-progettato comprendeva un alto livello di lavoro sistemico. Il Play Therapist ha lavorato terapeuticamente sia con Zac che con i suoi genitori per favorire il rapporto e la sicurezza e per fornire ai genitori opportunità per imparare e mettere in pratica nuovi modi di promuovere le capacità funzionali di Zac al di fuori della stanza dei giochi. All'inizio, il Play Therapist si è concentrato sulla co-regolazione di Zac per sostenerlo nell'acquisire padronanza delle sue grandi emozioni, nell'esercitarsi a identificare e comunicare i suoi

desideri e bisogni e nel lavorare verso l'abilità di autoregolazione. Con la partecipazione dei genitori alle sessioni, il Play Therapist è stato in grado di fornire psicoeducazione, modellamento e opportunità di coaching, in modo che potessero imparare a fornire a Zac una co-regolazione anche al di là della stanza dei giochi.

Attraverso le sessioni settimanali di Play Therapy, Zac ha esplorato esperienze sociali difficili che erano troppo dolorose da esprimere a parole. Ha utilizzato le risorse terapeutiche per "giocare" sull'esclusione sociale, sul bullismo e sulle sfide generali del creare e mantenere le amicizie. Pur rimanendo nella sicurezza del gioco, il Play Therapist ha potuto lavorare con Zac non solo per elaborare queste esperienze socio-emotive, ma anche per sviluppare e praticare nuovi modi di comunicare, connettersi e regolarsi.

In particolare, il Play Therapist ha aiutato Zac a sviluppare abilità prosociali, comportamenti di ricerca di aiuto e abilità di gioco che sono note per promuovere le abilità sociali generali. Avendo l'opportunità di praticare

queste abilità nel gioco e nel contesto della relazione terapeutica, Zac è stato in grado di superare i propri limiti e consolidare le nuove abilità in un ambiente tollerabile, prima di utilizzarle nel “mondo reale”. Grazie a questa strutturazione, Zac è stato predisposto al successo.

Oltre alle sessioni settimanali di Play Therapy, il Play Therapist ha svolto consultazioni quindicinali con i genitori per fornire una panoramica dei progressi e aumentare la capacità dei genitori di sostenere Zac al di fuori delle sessioni. Il Play Therapist ha fornito una psicoeducazione basata sulle teorie dell'attaccamento, sulle neuroscienze, sulla neurobiologia interpersonale e sulle teorie generali dello sviluppo infantile. Il Play Therapist e i genitori hanno esplorato il modo in cui questi concetti teorici si relazionano in modo unico con la neurodivergenza. Hanno compreso come i problemi di Zac e la sua ridotta capacità funzionale possano essere affrontati al meglio attraverso approcci che tengano conto delle sue diagnosi di autismo di livello 2, PTSD e ritardo del linguaggio.

Oltre al lavoro con la famiglia, il Play Therapist ha collaborato con altri professionisti nell'ambiente educativo di Zac per affrontare le preoccupazioni sulla sua capacità di impegnarsi

nell'apprendimento e nelle attività sociali a scuola.

È stata condotta un'osservazione in classe, seguita dallo sviluppo di un piano terapeutico per supportare gli insegnanti nell'utilizzo di un approccio adeguato alla neurodiversità e basato sull'attaccamento, comprese strategie e aggiustamenti per sostenere al meglio Zac dal punto di vista accademico e sociale.

Il Play Therapist ha anche interagito con un più ampio team di professionisti che si occupano di Zac, tra cui logopedisti, terapisti occupazionali, psicologi e pediatri, per promuovere un approccio olistico e garantire migliori risultati socio-emotivi e di sviluppo per Zac, al fine di migliorare nel complesso la sua vita quotidiana.

Il Play Therapist è stato anche ingaggiato dalla famiglia per fornire una relazione clinica che illustrasse la storia di Zac, gli obiettivi del trattamento, i progressi e le raccomandazioni future. Questa relazione è stata utilizzata per sostenere le richieste di ulteriori finanziamenti e supporto personalizzato a scuola e per le attività comunitarie (scout, club sportivi, ecc.) ai fini di raggiungere una migliore qualità di vita e capacità funzionale.



Il punto di vista di un genitore sulla Play Therapy: Testimonianza

“Mio figlio, ora di 5 anni, frequenta sessioni di Play Therapy da quasi due anni. Quando abbiamo iniziato soffriva di mutismo selettivo, soprattutto in contesti sociali, era molto ansioso e regolarmente disregolato. Abbiamo provato la logopedia e la terapia occupazionale ma ci siamo sempre trovati di fronte allo stesso ostacolo: non era in grado di parlare e di impegnarsi negli incontri. La Play Therapy gli ha permesso di avere uno spazio in cui non aveva bisogno

di esibirsi, ma poteva semplicemente giocare. Inizialmente era molto titubante, ma grazie alle sessioni settimanali con il nostro Play Therapist la sua fiducia nella stanza dei giochi è aumentata. Non gli ci è voluto molto per iniziare a parlare e da lì è stato in grado di mettere in pratica le abilità sociali nella stanza dei giochi e abbiamo visto che queste si traducevano nel suo gioco in contesti educativi. Come famiglia abbiamo completato una formazione in

Filial Therapy per poter rispondere in modo coerente alle esigenze di nostro figlio. Questo ci ha aiutato moltissimo e si allinea perfettamente con l'evidenza che le famiglie dovrebbero partecipare a qualsiasi terapia con il bambino. Ci siamo accorti che la logopedia e la terapia occupazionale si svolgevano in modo isolato, mentre la Play Therapy considerava l'intera famiglia. Mio figlio non avrebbe raggiunto questi risultati senza la Play Therapy.”

“Mio figlio non avrebbe raggiunto questi risultati senza la Play Therapy.”

Referenze

Si invitano i lettori a consultare la bibliografia nel documento originale di Renshaw, K., e Scira, N. (2024). *Play therapy and the NDIS: How play therapists support NDIS child participants and their families* a questo link: playandfilialtherapy.com (pp. 30-33).

Kate Renshaw, PhD

è una Registered Play Therapist Supervisor (RPT-S), ricercatrice, autrice, educatrice e relatrice, iscritta all'APPTA e membro individuale di BAPT, IC-PTA e APT. In qualità di leader in Play Therapy, sostiene il potere trasformativo delle relazioni ludiche per lo sviluppo del bambino e il benessere in tutto l'arco della vita. Kate ha lavorato con bambini, famiglie, insegnanti e scuole per oltre 20 anni e per oltre 10 anni come studiosa universitaria. Fornisce terapie a bambini e famiglie, forma i futuri Play Therapist in Australia e nel mondo collaborando con istituti in Australia, Galles e Irlanda.



Natalie Scira

è una Registered Play Therapist Supervisor (RPT-S), autrice e relatrice specializzata nel lavoro con bambini, famiglie, insegnanti e comunità scolastiche. Con un background in informatica e insegnamento, si è laureata alla Deakin University (Australia) con un Master in Play Therapy (MCPT). Natalie è iscritta come membro all'APPTA e all'International Consortium of Play Therapy Associations (IC-PTA). Promuove il progresso della Play Therapy in Australia intervenendo a conferenze, contribuendo a pubblicazioni e supervisionando gli ex allievi del MCPT della Deakin University.



12

LUGLIO

Studia la Family Play Therapy con la Dott.ssa Eliana Gil

Le 6 ore di formazione erogano 6 CE Credit Hours sponsorizzati dall'International Academy for Play Therapy* che concorrono ad ottenere i riconoscimenti dell'APT Italia e APT Stati Uniti.



13

LUGLIO

Approfondisci le conoscenze sul coinvolgimento della famiglia in Play Therapy con relatori riconosciuti che praticano in Italia e all'estero.

Sabato e domenica 09.30-12.30 e 13.30-17.00.



- ✓ Standard di qualità internazionali
- ✓ Docenti e relatori riconosciuti
- ✓ Presentazione di casi studio
- ✓ 6 CE Credit Hours e Attestato
- ✓ Sconto esclusivo sui materiali didattici



Raggiungici a Roma oppure collegati online!

39€

A partire da

I soci APTI beneficiano
di uno sconto speciale.
Verifica i requisiti e
diventa socio anche
tu.



Per info e iscrizioni:

www.associazioneplaytherapy.it

*L'International Academy for Play Therapy è APT Approved Provider #20-602 e APTI #15-001.

PLAY THERAPY IN CONTESTI DI CRISI E POST-DISASTRO: Limiti e possibilità

Intervista esclusiva a Claudio Mochi, MA, RP, RPT-S™ (APT e APTI) e Isabella Cassina, MA, TPS (APTI), CAGS, Dottoranda

Condotta da Christy Livingston, LMFT, RPT-S™ come parte del corso di *Group Counseling* della California State University negli Stati Uniti. Tradotta dall'inglese e pubblicata con autorizzazione sulla *Rivista di Play Therapy* dell'Associazione Play Therapy Italia APTI.

Christy Livingston: Buongiorno Isabella e Claudio, ci siamo conosciuti quando avete presentato il vostro lavoro nei contesti di crisi alla conferenza annuale dell'APT negli Stati Uniti. Ne sono rimasta affascinata tanto da avervi chiesto di formare in *Child-Centered Play Therapy* e interventi di crisi il team del mio centro clinico in California. Ora mi piacerebbe che i miei studenti del corso di *Group Counseling* della California State University possano conoscere il vostro punto di vista prima di approfondirlo con le letture dei vostri libri. La mia prima domanda è: "Cosa pensate dell'uso della Play Therapy come intervento a breve termine in situazioni di crisi o post-disastro?"

Claudio Mochi: Il modo in cui concepiamo le crisi definisce come strutturiamo il nostro intervento. Per qualche motivo, soprattutto in passato, molti professionisti credevano che le situazioni di vita più complicate potessero essere gestite o risolte rapidamente. Un'idea a sostegno di questo approccio era l'ipotesi che l'intervento in caso di crisi dovesse concentrarsi sul ripristino del livello di funzionamento precedente alla

crisi, mentre in realtà spesso questo non è possibile per molte ragioni.

Qualsiasi intervento deve iniziare promuovendo una condizione di recupero di un senso di sicurezza di base e sappiamo che questo non può essere indotto, ma si costruisce a partire dalle interazioni che trasmettono segnali di sicurezza. Per entrare in contatto con gli altri e costruire un senso di familiarità e fiducia ci vuole tempo. Dalla nostra esperienza e dal lavoro di studiosi come Stephen Porges, abbiamo imparato che il ripristino di un adeguato senso di sicurezza è una questione interna all'individuo e ciò che possiamo fare è creare le condizioni perché la persona si senta sicura, ma non possiamo convincere o forzare nessuno a sentirsi sicuro.

Questo non significa che non si debba intervenire prontamente o che non si debba essere presenti nelle prime fasi di una crisi. Il gioco, e in particolare l'uso di varie metodologie di Play Therapy, possono offrire un enorme sostegno e sollievo anche a breve termine, ma per farlo devono essere inseriti in un contesto più ampio che parte dalla costruzione di una relazione.

Il gioco, e in particolare le metodologie di Play Therapy, possono offrire un enorme sostegno e sollievo anche a breve termine, ma per farlo devono essere inseriti in un contesto più ampio che parte dalla costruzione di una relazione.

L'esperienza sviluppata in molti contesti nel mondo ci ha portato a utilizzare l'intervento terapeutico al culmine di un processo più ampio che inizia con la realizzazione di attività di preparazione del terreno su cui costruire fasi di intervento incentrate inizialmente sul coinvolgimento, poi sull'*empowerment* dei clienti e in ultima fase sul trattamento.

Christy: In che modo il gioco supera le barriere linguistiche ed è un linguaggio universale?

Isabella Cassina: Da 15 anni conduco interventi psicosociali individuali e di gruppo con bambini e famiglie.

Nel mio lavoro in Svizzera nel settore richiedenti l'asilo e rifugiati, molto spesso le persone con cui interagivo parlavano poco o niente l'italiano mentre nel mio lavoro all'estero, spesso sono io a non parlare la lingua locale. In entrambi i casi, ho bisogno e desidero interagire direttamente con le persone, di trasmettere alcuni messaggi, di stabilire un rapporto di comprensione e di fiducia. Quando parliamo di comunicazione, sappiamo che si tratta di input verbali con contenuti specifici, ma soprattutto di segnali non verbali che, in particolare nel nostro lavoro, devono inviare messaggi di accettazione, comprensione e sostegno alla persona.

Arrivando al gioco, ogni Paese in cui ho lavorato è diverso così come lo sono ogni bambino, genitore e professionista. Nonostante questo, non c'è mai stato nessuno che non abbia apprezzato, che non si sia sentito coinvolto, sollevato e divertito nell'entrare in contatto con una dimensione ludica. Detto questo, il grande rischio è pensare che un'attività di gioco sia una chiave che può aprire qualsiasi porta in qualsiasi luogo e momento. A nostro avviso, il gioco permette di superare le barriere linguistiche ed è un

linguaggio universale se ci sono due condizioni:

La prima è che deve essere abbinato a determinate qualità del professionista. Tutto ciò che Porges spiega grazie alla Teoria Polivagale ci aiuta a capire come e perché un certo modo di fare le cose sia migliore di altri allo scopo di inviare segnali di sicurezza che permettano di svolgere l'attività ludica traendone un reale beneficio.

La seconda condizione è che il gioco sia adattato al contesto culturale di riferimento e proposto al gruppo nel momento giusto. La proposta di gioco non deve essere mai affrettata. Questo vale sia per i bambini che per i genitori coinvolti nei processi terapeutici, ma anche per i professionisti in formazione. Il lavoro di base (*groundwork*) è ciò che ci permette di sfruttare appieno queste qualità del gioco.

Christy: Quali sono i vantaggi di un lavoro di gruppo non direttivo (in opposizione ad un intervento direttivo più cognitivo) quando è necessario intervenire rapidamente?

Claudio: Vorrei iniziare con un paio di riflessioni. In primo luogo, ogni

Il grande rischio è pensare che un'attività di gioco sia una chiave che può aprire qualsiasi porta in qualsiasi luogo e momento.

intervento deve essere adattato alla situazione unica in cui si trova il nostro cliente e quindi deve tenere conto dei bisogni, del contesto e delle risorse disponibili. In secondo luogo, ogni professionista che si trova ad affrontare un contesto di crisi deve avere a sua disposizione un ampio repertorio di modelli di intervento e non dovrebbe essere innamorato di uno solo di essi. Molti modelli sono efficaci, compresi quelli che coinvolgono i genitori o i caregiver.

Detto questo, in un processo ampio, in cui coinvolgiamo i clienti in diverse fasi, l'applicazione dell'intervento direttivo sembrerebbe più facile in quanto guidato dal professionista. Tuttavia, l'uso della direttività presuppone che conosciamo molto bene i beneficiari e sappiamo come coinvolgerli e guidarli per stare bene e risolvere le loro difficoltà.



Questo può risultare molto complesso, a volte irrealizzabile e pertanto addirittura controproducente.

Il vantaggio dell'intervento non direttivo è quello di fornire ai bambini lo spazio per esplorare e fare esperienze seguendo il proprio ritmo e le proprie esigenze. Allo stesso tempo, lungo questo processo abbiamo l'opportunità di conoscere il bambino più profondamente e di rinvigorire ulteriormente la relazione.

Christy: *Come possiamo entrare in un nuovo spazio onorando la tradizione, gli usi e i costumi? Come possiamo assicurarci di essere inclusivi?*

Isabella: Nel suo libro *Beyond the Clouds* (Mochi, 2022), Claudio sviluppa il concetto di *good practice*. Le buone pratiche coinvolgono tre dimensioni: rispetto, efficacia e sicurezza.

Claudio racconta di quando è arrivato a Bam, in Iran, dopo il terremoto e di come il suo lavoro avrebbe dovuto comportare l'immediata raccolta di informazioni e dati, ma di come invece, di fronte al dolore e alla distruzione causati dal terremoto, abbia lasciato i suoi strumenti nella tenda e sia andato in

mezzo alla gente inizialmente solo per osservare e aiutare nelle questioni pratiche.

La parola "rispetto" in latino significa "guardare indietro". Invece di procedere velocemente e iniziare subito a proporre le nostre attività di gioco preferite, ci fermiamo per prestare attenzione, riflettere, cercare di capire, adattare il nostro comportamento al contesto.

Un secondo elemento della buona pratica è l'efficacia. Si tratta di definire e attuare obiettivi che siano rilevanti per i beneficiari. Sembra ovvio, ma in realtà non lo è. È imperativo prendersi il tempo per fare una valutazione dei bisogni e delle risorse considerando tutte le persone coinvolte. Questo ci permette anche di essere inclusivi.

Come professionisti della salute mentale, talvolta siamo tentati di pensare che sappiamo di cosa hanno bisogno le persone, ed è qui che possono nascere incomprensioni e tensioni. Claudio scrive: "Il nostro lavoro consiste nel capire e non nel presumere", e questo implica una grande flessibilità e apertura da parte dei professionisti. Inoltre, ancora una volta, richiede tempo.

L'unica cosa che possiamo considerare un bisogno universale, e che quindi dobbiamo sempre promuovere, è il terzo elemento di una buona pratica, ovvero la sensazione di sicurezza. Non possiamo costringere le persone a sentirsi al sicuro, ma possiamo dare segnali che nel tempo stimolano e alimentano la sensazione di sicurezza. Sempre con riferimento a Porges e alla Teoria Polivagale, possiamo utilizzare una modalità passiva per promuovere la sicurezza

**Il desiderio di agire rapidamente porta a tralasciare alcuni passaggi importanti (...)
La presenza immediata non deve essere confusa con un intervento terapeutico affrettato. Un aspetto che spesso viene trascurato è la relazione con i genitori o i caregiver.**

(quindi una combinazione tra postura, gesti, tono della voce, espressioni facciali) e una modalità attiva come il gioco. Ma iniziamo sempre con la modalità passiva.

Christy: *Ci sono considerazioni etiche o legali di cui dobbiamo essere consapevoli in un intervento di gruppo di risposta alla crisi?*

Claudio: Quello che abbiamo notato in molti contesti è che il desiderio di agire rapidamente porta a tralasciare alcuni passaggi importanti che possono avere rilevanza sia etica che legale. La presenza immediata non deve essere confusa con un intervento terapeutico affrettato.

Un aspetto che spesso viene trascurato è la relazione con i genitori o i caregiver. Soprattutto negli interventi che coinvolgono un numero elevato di bambini e adolescenti, i caregiver sono spesso privati della loro autorità o del loro coinvolgimento e trattati come una formalità. Può accadere che alcuni interventi siano in qualche modo imposti e questo mina la possibilità di

Come professionisti della salute mentale, talvolta siamo tentati di pensare che sappiamo di cosa hanno bisogno le persone, è qui che possono nascere incomprensioni e tensioni.



capire e costruire insieme. Qualsiasi intervento dovrebbe sempre partire dai genitori e dagli adulti di riferimento. Bisogna presentare loro la nostra intenzione, spiegare perché può essere utile. È importante non solo ottenere la loro approvazione, ma anche cercare attivamente i loro suggerimenti ed eventualmente la loro partecipazione.

Christy: *Quali sono alcune tra le attività di gioco più adattabili, che utilizzereste ovunque andate, e da quale modello sono tratte?*

Isabella: Premesso tutto quanto abbiamo condiviso fino ad ora, tra cui l'idea che la proposta di gioco deve essere adattata al contesto e fatta nel momento più appropriato, alcune tra le attività più adattabili sono:

Peanut butter-Jelly ("Burro di arachidi e gelatina"), un'attività che funziona bene in contesti di gruppo, anche in una fase iniziale. Nei vari Paesi in cui l'abbiamo proposta, abbiamo sempre iniziato chiedendo quali sono due piatti che tipicamente si mangiano

insieme: abbiamo avuto cappuccino-cornetto in Italia, riso e chapati in India, pollo e riso in Nigeria e così via. Si tratta di avere un leader che dice il primo cibo con un certo tono della voce e fa un certo movimento, e il gruppo che dice il secondo cibo nello stesso modo, facendo lo stesso movimento. Il leader regola il tono, i movimenti e la durata in base alla risposta del gruppo. Questa attività è tipica dei modelli di Play Therapy basati sull'attaccamento e nella sua semplicità ha molti benefici tra cui abbassare la tensione, favorire la co-regolazione, la sintonizzazione.

Una seconda attività è il gioco *Simon says* ("Simon dice"). Molto noto in alcuni Paesi e per nulla conosciuto in altri. Claudio è molto abile in questo gioco, crea la giusta combinazione di attività con l'espiazione prolungata, movimenti veloci e lenti, divertimento in base alle capacità e ai tempi del gruppo. È molto importante sapersi adattare nel momento stesso dell'attività.

In questa attività, quando il leader dice: "Simon dice", il gruppo deve fare

la stessa cosa. Quando l'animatore dà un'altra indicazione senza però essere preceduta dalle parole "Simon dice", il gruppo continua a fare quello che stava facendo in precedenza. Questa attività è un patrimonio mondiale. Come molte altre, è nata dal popolo e si è tramandata di generazione in generazione ed è stata integrata negli interventi di Play Therapy di gruppo, nelle scuole, ecc.

Un'altra attività è *Give me five* ("Dammi il cinque"). È un'attività che ho inventato io. Si può fare in un contesto di gruppo ma di fatto è a coppie. Penso alle classi scolastiche e alle famiglie, quando le persone si conoscono da più tempo, meglio. Una persona traccia con la matita il profilo della mano di un'altra sul foglio. Pensa alle qualità del compagno di classe o del familiare e ne scrive una in ogni dito, poi insieme decorano la mano con diversi materiali creativi ed espressivi. La mano viene appesa alla parete della classe, del soggiorno di casa o della camera da letto.

Questa attività comporta un contatto fisico positivo, promuove l'autostima,

la complicità, le abilità sociali e la creatività. Crea un'atmosfera piacevole. Una volta che le mani sono state appese al muro, il leader può leggere ad alta voce le qualità e i bambini (o i membri della famiglia) dovranno indovinare a chi appartiene la mano. Questa parte rafforza tutto, compreso il senso di appartenenza al gruppo.

Christy: Ho un'ultima domanda per voi: qual è quella cosa che in un contesto di crisi non fareste mai?

Isabella: Quello che non faccio è mettere me stessa e i miei bisogni al centro dell'attenzione e farmi guidare da quelli. Troppo spesso vediamo colleghi mossi da tutt'altro che i bisogni dei beneficiari, per esempio la voglia di protagonismo, l'autopromozione. Non dico che non sia giusto ascoltarsi, prendersi cura di sé, non dobbiamo ignorare i nostri bisogni di persona e professionista, ma questo va fatto in un altro momento e non a discapito della qualità di ciò che facciamo.

Claudio: Insieme a quanto detto da Isabella, quello che non farei mai è imporre la mia presenza così come le mie soluzioni e miei tempi di intervento. La pratica nei contesti di crisi richiede, tra le altre cose, tempismo e competenza ma non vorrei mai che il desiderio di rendermi utile mi spinga a sostituirmi alla mia controparte nel prendere delle iniziative, a guidare invece di collaborare, a sollecitare o forzare invece di comprendere e sintonizzarmi a risorse e bisogni.

Claudio Mochi

è Direttore del Master universitario in Play Therapy (INA & UER), Responsabile del programma formativo dell'International Academy for Play Therapy (INA) con sede a Lugano, Svizzera. Fondatore e Presidente dell'Associazione Play Therapy Italia (APTI). Claudio è Psicologo e Psicoterapeuta, Registered Play Therapist Supervisor™ dell'APT degli Stati Uniti. Autore, docente e speaker internazionale, esperto in interventi di emergenza e trauma con 25+ anni di esperienza in contesti di crisi e post-disastro.



Isabella Cassina

è Responsabile dei progetti e docente presso l'International Academy for Play Therapy (INA) in Svizzera, Direttrice della *Rivista di Play Therapy* e Membro Fondatore dell'International Consortium of Play Therapy Associations. Isabella è autrice e illustratrice, insegna presso Università in Svizzera e Italia e sta svolgendo un dottorato in Terapia con le Arti Espressive. È Therapeutic Play Specialist riconosciuta con 12+ anni di esperienza internazionale nella gestione di interventi e progetti psicosociali in contesti di crisi.



Christy Livingston

è proprietaria di un centro clinico privato a Healdsburg, negli Stati Uniti, docente universitaria alla California State University e Fondatrice di Rethink Today che offre formazione e consulenza a terapeuti e Play Therapist. È Terapeuta matrimoniale e familiare e Registered Play Therapist Supervisor™. Dal 2006 sostiene i bambini attraverso il gioco e l'intervento precoce. Christy aspira ad aiutare i bambini a trovare la felicità, il rispetto e l'amore incondizionato che meritano.



La versione integrale dell'intervista può essere guardata su: www.rethinktoday.com/blog
Per informazioni sul lavoro di Christy nella sua comunità, visita: www.bridgestounderstanding.org



Referenze

- Cassina, I., Mochi, C., & Stagnitti, K. (2023) (eds.). *Play therapy and expressive arts in a complex and dynamic world*. Routledge.
- Cassina, I., & Mochi, C. (2024). Recovering lost play time: A concept underlying the guiding principles for play-based interventions with refugee children. *Play Therapy™ Magazine*, Vol. 19, Issue 4, Dec. 2024.
- Mochi, C. (2022). *Beyond the clouds: An autoethnographic research exploring good practice in crisis settings*. Loving Healing Press.
- Mochi, C., & Cassina, I. (2024). Reclaiming a feeling of safety in natural disasters: Preparatory and advanced interventions using play and play therapy. In P., Goodyear-Brown, & L., Yassenik (eds.) *Polyvagal power in the playroom: A guide for play therapists*. Routledge.

NATURE PLAY THERAPY

Quando la natura entra in gioco

di Jamie Lynn Langley, LCSW, RPT-S™ (APT)

Jamie Lynn Langley (2019). Nature play therapy: When nature comes into play. *Playground*, Primavera/Estate 2019 (pp. 20-23). <https://canadianplaytherapy.com/publications/playground-magazine/>. Un articolo tradotto dall'inglese e pubblicato con autorizzazione sulla *Rivista di Play Therapy* dell'Associazione Play Therapy Italia APTI.

“Nella natura, un bambino trova libertà, fantasia e privacy: un luogo distante dal mondo degli adulti, una pace separata”. Questa citazione è tratta dal libro di Richard Love “Last Child in the Woods: Saving our Children from Nature-Deficit Disorder”, pubblicato originariamente nel 2003. Leggendo queste parole, non c'è davvero da stupirsi che la natura e la Play Therapy possano funzionare così bene insieme, in quanto entrambe aiutano a promuovere un luogo di guarigione per i bambini e gli adolescenti.

Poiché la ricerca continua a dimostrare che la natura ha un tale valore per la salute mentale di tutti noi, e soprattutto per i bambini, c'è molto da essere entusiasti in termini

di incorporazione di pratiche, attività e interventi *nature-based* (o basati sulla natura) nel settore Play Therapy.

Nonostante gli aspetti indubbiamente curativi della natura, a volte i terapeuti esitano a incorporare attività all'aria aperta nei percorsi con i loro clienti per timore della responsabilità, della riservatezza e il rischio di arrecare danni. Per queste preoccupazioni, la natura può essere portata nella stanza dei giochi in varie forme e tipologie di intervento. Allo stesso modo, è possibile proporre avventure terapeutiche nella natura per le famiglie.

Poiché la natura non ha costi, questi interventi possono essere utili anche per i terapeuti con un budget limitato. Le attività basate sulla natura descritte in questo articolo possono essere svolte sia all'interno che all'esterno con bambini di tutte le età, inclusi gli adolescenti.

Un'altra caratteristica importante della Nature Play Therapy è che offre l'opportunità di applicare in modo naturale molti dei poteri terapeutici del gioco identificati dai dottori Charles Schaefer e Athena

Drewes nel 2014 nell'omonimo libro, in particolare quelli che rientrano nelle categorie “Favorire il benessere emotivo” e “Aumentare i punti di forza personali” e che verranno introdotti di seguito.

Autoregolazione (aumenta i punti di forza personali)

Non è raro che i bambini entrino nella stanza dei giochi in uno stato di disregolazione dovuto a eventi e fattori di stress nella loro giovane vita. Le attività di mindfulness possono aiutare a calmare questa disregolazione con semplici misure.

A volte i terapeuti esitano a incorporare attività all'aria aperta nei percorsi con i loro clienti (...) La natura può essere portata nella stanza dei giochi in varie forme e tipologie di intervento.

Un modo per introdurre questo aspetto nella Play Therapy è quello di avere una varietà di oggetti della natura in una ciotola o in un cesto di

La natura e la Play Therapy possono funzionare così bene insieme in quanto entrambe aiutano a promuovere un luogo di guarigione per i bambini e gli adolescenti.

Non è raro che il bambino cominci a disporre gli oggetti della natura in schemi e formazioni per acquisire regolazione in modo giocoso ma intenzionale.

legno che il bambino può toccare, sentire e annusare. Anche oggetti come le foglie possono essere molto calmanti, semplicemente facendo tracciare al bambino con le dita le venature della foglia. Allo stesso modo, una conchiglia può essere toccata lungo le linee e nella sua parte interna liscia. I ciottoli e le rocce possono essere tenuti in mano per calmare gli animi grazie al loro potere di radicamento. Non è raro che il bambino cominci a disporre gli oggetti della natura in schemi e formazioni per acquisire regolazione in modo giocoso ma intenzionale.

Un'altra attività calmante *nature-based* è quella di far realizzare al bambino o all'adolescente un mandala naturale. I mandala sono stati utilizzati per secoli per aiutare a calmarsi e sono spesso inclusi nei libri da colorare per adulti. Per i terapeuti che non conoscono i mandala e le loro origini, ritengo che il libro "Finding Meaning with Mandalas: A Therapist's Guide to Creating Mandalas with Children" (Turner-Bumberry, 2015) sia una risorsa preziosa.

I mandala possono essere facilmente realizzati utilizzando gli oggetti della natura che verranno disposti dal cliente nella ciotola o nel cestino come descritto in precedenza. In alternativa o in aggiunta, alcuni oggetti della natura possono essere portati dal bambino o adolescente stesso all'interno della seduta.

Sebbene la creazione di mandala sia un'arte espressiva, non è richiesta alcuna abilità artistica. Questo può essere particolarmente vantaggioso per i clienti che esitano a impegnarsi in altre attività artistiche ed espressive in Play Therapy.

I mandala della natura possono essere creati sul pavimento, sulla carta o anche in vassoi della sabbia (*sandtray*). Per i terapeuti che si sentono a proprio agio a svolgere le sessioni all'aperto, è possibile raccogliere gli oggetti della natura e utilizzarli per formare un mandala direttamente sul terreno. Per iniziare, può essere utile spiegare al cliente cosa sono i mandala. "The Mandala Book: Patterns of the Universe" (Cunningham, 2010) è un libro colmo di immagini di mandala trovati in natura e creati dall'essere umano che possono essere mostrati ai clienti.



In seguito, il cliente può iniziare a creare il/i propri mandala utilizzando i vari elementi della natura. Spesso i bambini desiderano ideare diversi mandala nel corso di varie sedute. Molti li usano come strumento di regolazione all'inizio dell'incontro, oppure alla fine per aiutare la chiusura e la transizione dalla seduta. I mandala della natura possono essere utilizzati anche come attività in un percorso di Play Therapy con i fratelli, i gruppi e le famiglie, per esempio per favorire le connessioni e la comunicazione.

Anche semplicemente visualizzare la natura è utile per calmarsi. Si possono predisporre immagini di vario tipo che il cliente potrà scegliere. Cartoline che ritraggono scenari di spiaggia e montagna sono spesso i preferiti ma è importante fornire un'ampia varietà. Questa attività mentale è facilmente adattabile a bambini e ragazzi di tutte le età e può avere una durata variabile. Alla visualizzazione e alla scelta delle immagini si può abbinare anche una musica rilassante, in particolare una melodia con suoni della natura come il gorgogliare dei ruscelli e le cascate.

Se si ha la possibilità di uscire all'aperto o di guardare attraverso

una finestra, si possono osservare degli oggetti in natura da utilizzare per queste visualizzazioni, come ad esempio gli alberi della zona le cui foglie frusciano al vento o le gocce di pioggia che scendono dal tetto. I Play Therapist che hanno accesso a dispositivi nelle loro stanze da gioco possono anche incorporare video della natura per aiutare questi esercizi visivi.

Autostima (favorisce il benessere emotivo)

La creazione di arte naturalistica è un ottimo modo per incorporare la natura in un'esperienza divertente e creativa per i clienti in Play Therapy. Bambini e adolescenti possono essere portati all'aperto per raccogliere oggetti come parte di una caccia al tesoro nella natura, oppure questa può essere un'attività per il bambino e la sua famiglia come avventura terapeutica al di fuori del percorso di Play Therapy vero e proprio. Una volta portati nella stanza dei giochi, gli oggetti della natura possono essere utilizzati per costruire ogni tipo di opera d'arte su carta normale o carta da costruzione colorata. Se è disponibile la plastificazione, le opere d'arte possono essere conservate per essere portate a casa dai clienti, se lo desiderano.

L'arte della natura può includere delle "creature": i bambini possono, infatti, realizzare vari animali usando oggetti naturali, mentre una moltitudine di personaggi può essere fatta con pezzi di legno, bastoncini e pietre e decorata con apposite pitture e materiali espressivi. Questo trampolino di lancio per la creatività ha dimostrato di essere molto

I mandala della natura possono essere utilizzati anche come attività in un percorso di Play Therapy con i fratelli, i gruppi e le famiglie, per esempio per favorire le connessioni e la comunicazione.

trasformativo per l'autostima del cliente. Altri adattamenti possono essere i "quadretti di petali" costruiti interamente con petali di fiori per un'esperienza profumata e colorata, oppure la realizzazione di un quadretto di foglie. Spesso i bambini scelgono anche di creare arcobaleni con gli oggetti della natura.

La "sciarada della natura" è un'altra esperienza di gioco facile e divertente in cui il cliente e il terapeuta fingono a turno di essere vari elementi della natura, come alberi, fiori, pioggia e persino il sole, la luna e le stelle. L'obiettivo del gioco è indovinare ciò che ciascuno sta mettendo in scena. I bambini si divertono molto con questa attività che alimenta la loro autostima quando indovinano ma anche quando è il professionista ad indovinare l'elemento che hanno interpretato. In seguito alla sciarada, si può aggiungere un'attività proiettiva su ciò che il loro elemento potrebbe voler dire oggi o su ciò di cui ha bisogno.

Un altro gioco facile e divertente che coinvolge la natura è simile al gioco dell'acchiapparella, solo che si usano i respiri per soffiare una piuma l'uno

Molti clienti usano i mandala come strumento di regolazione all'inizio dell'incontro, oppure alla fine per aiutare la chiusura e la transizione dalla seduta.

verso l'altro. L'obiettivo è evitare che cada a terra e di solito si ride molto. Questa è un'attività che, oltre ad essere divertente, favorisce l'alleanza terapeutica, la connessione e l'attaccamento. Può essere incorporata in uno spazio più ampio o all'esterno per essere utilizzata con i fratelli, i gruppi o le famiglie.

Il valore di incorporare la natura nei percorsi terapeutici include l'opportunità di favorire la meraviglia, lo stupore e il piacere nel cliente.

Anche l'attività di gioco "Io spio la natura" e la sua variante chiamata "Il nascondino della natura" sono un modo divertente per incorporare la natura nella stanza dei giochi. Prima dell'arrivo del cliente, o mentre questi tiene gli occhi chiusi, il terapeuta nasconde vari oggetti della natura nella stanza dei giochi. In "Io spio la natura" il professionista descrive gli oggetti che vengono spiati e il bambino si impegna nella ricerca. Nella variante "Il nascondino della natura", il bambino cerca semplicemente gli oggetti nascosti. In entrambi i casi, il bambino potrà successivamente avere il ruolo di colui che nasconde e il terapeuta cerca.

Questi giochi promuovono la padronanza e l'autostima fornendo, al tempo stesso, ulteriori vie per creare e rafforzare un legame tra terapeuta e cliente o, con un uso adattato, tra genitori e figli e persino tra fratelli e sorelle. Entrambi i giochi

possono essere facilmente svolti all'esterno e si prestano anche come attività che favoriscono la focalizzazione.

Senso di meraviglia, stupore e piacere

Il valore di incorporare la natura nei percorsi terapeutici include l'opportunità di favorire la meraviglia, lo stupore e il piacere nel cliente. Anche se questi aspetti non sono necessariamente identificati come poteri terapeutici del gioco, sono spesso incorporati nelle attività di Play Therapy. Questo può essere particolarmente vero quando la natura entra in gioco, in quanto i bambini e gli adolescenti possono sentire e sperimentare opportunità di meraviglia, stupore e piacere nel contatto con gli elementi della natura. Queste sensazioni positive aiutano i clienti in Play Therapy a migliorare l'autostima, essere meno stressati e sentirsi più ottimisti.

La Nature Play Therapy può essere di grande beneficio per molte ragioni. Spero che un numero sempre maggiore di Play Therapist trovi il modo di studiare e incorporare le attività di gioco nella natura (o con gli elementi della natura) per elevare i benefici terapeutici dei percorsi con i clienti.

Le sensazioni positive [scaturite quando la natura entra in gioco] aiutano i clienti in Play Therapy a migliorare l'autostima, essere meno stressati e sentirsi più ottimisti.

Jamie Lynn Langley

è una Terapista infantile, familiare e Registered Play Therapist Supervisor (RPT-S™) in Tennessee



da quasi 30 anni. Ha lavorato nella salute mentale della comunità prima di passare alla pratica privata nel 2016. Jamie è Professoressa aggiunta in due Università del Tennessee. È Co-fondatrice e Presidente della sezione del Tennessee dell'Association for Play Therapy e Membro Fondatore della Children & Nature Network di Richard Louv. Jamie è specializzata nel lavoro con i bambini e le famiglie che hanno subito traumi, perdite, divorzi e altre condizioni avverse e, quando possibile, inserisce la natura nella pratica terapeutica. Ex capo scout per 15 anni, ama il tempo trascorso con la famiglia nella natura.

Referenze

- Cunningham, L. B. (2010). *The mandala book: Patterns of the universe*. Sterling Pub.
- Louv, R. (2005). *Last child in the woods. Saving our children from nature-deficit disorder*. Algonquin Books of Chapel Hill.
- Schaefer, C. E., e Drewes, A. A. (2014). *The therapeutic powers of play: 20 core agents of change*. Wiley.
- Turner-Bumberry, T. (2015). *Finding meaning with mandalas: A therapists guide to creating mandalas with children*. Turner Phrase Publishing LLC.



Quando un bambino che ha sempre visto il padre impegnato, stressato e che gli chiedeva di stare in silenzio, improvvisamente lo vede tenere in mano un gattino pupazzo che miagola dolcemente, la sua visione del padre cambia e migliora ulteriormente quando il suo topo pupazzo fa amicizia con questo gattino e insieme decidono di prendere un tè. È qui che l'adulto incontra il bambino nel suo mondo e il legame emotivo che ne consegue è gratificante per entrambi.

Eliana Gil, PhD, LMFT, RPT-S™, ATR

Terapeuta matrimoniale e familiare, Play Therapist e Art Therapist. Ricercatrice e scrittrice rinomata sul tema del trauma. Fondatrice e consulente clinica senior del *Gil Institute for Trauma Recovery and Education* di Fairfax, Virginia.

