

RIVISTA DI PLAY THERAPY

NUMERO 7
NOVEMBRE 2023

La rivista dell'APTI
Associazione Play Therapy
Italia

IL LAVORO CLINICO CON I SANDTRAY

Suggerimenti per
approfondire la comprensione
da parte del terapeuta delle
metafore sviluppate dal
cliente nella sabbia

BAMBINI, GUERRA E IL POTERE DEL GIOCO

IL POTENZIALE BENEFICO DELLE MINIATURE E DELLA SABBIA IN AMBITO MIGRATORIO

L'incontro con Omar in riva al
fiume

#sandtraytherapy
#vassoiodellassabbia
#miniature
#metafore
#guerra
#poteredelgioco
#migrazione

Include un
articolo della
Dr.ssa
Eliana Gil



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 Gioco Terapeutico/Therapeutic Play.

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 (7) sono pubblicati articoli tradotti o elaborati 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° novembre 2023)
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

IL LAVORO CLINICO CON I SANDTRAY

Suggerimenti per approfondire la comprensione da parte del terapeuta delle metafore sviluppate dal cliente nella sabbia

di **Eliana Gil, PhD, LMFT, ATR, RPT-S™**
Gil Institute for Trauma Recovery and Education, Fairfax, VA

Gil, E. (2023). Clinical Work with Sandtrays: Suggestions for Deepening the Sand Therapist's Understanding of Client Metaphors in the Sand. *World Journal for Sand Therapy Practice®*, 1(2). <https://doi.org/10.58997/wjstp.v1i2.6>. Un articolo tradotto dall'inglese e pubblicato con autorizzazione sulla *Rivista di Play Therapy* dell'Associazione Play Therapy Italia APTI.

Questo articolo discute l'importanza di un'esplorazione clinica attiva e coerente dei vassoi della sabbia (o sandtray) dei clienti. Questa esplorazione presuppone l'uso della persona del terapeuta, mostra curiosità terapeutica e approfondisce la connessione con i clienti, i loro vassoi e il loro impatto sul terapeuta. La Dott.ssa Gil fornisce sette passi per capire come calarsi nel lavoro con il cliente. Per approfondire la comprensione dei lettori è incluso un caso con esempi di dialogo. Le esperienze artistiche, che possono essere utilizzate dal terapeuta, sono spiegate e dimostrate per offrire metodi ulteriori per esplorare l'esperienza sandtray.

L'obiettivo di questo articolo è discutere l'importanza di un'esplorazione clinica attiva e coerente dei vassoi della sabbia (o sandtray) dei clienti, aumentando l'uso del sé, mostrando curiosità terapeutica e approfondendo la nostra connessione con i clienti, i

loro vassoi e il loro impatto su di noi. È stato per me un onore e un privilegio introdurre la Sand Therapy a innumerevoli professionisti che desiderano offrire questo tipo di terapia espressiva. Ho cercato di fornire una formazione responsabile che trasmettesse la profondità e la portata delle capacità riparative del sandtray. Ho scoperto che i clinici tendono a concentrarsi su "ciò che il cliente dice", come se le spiegazioni verbali da sole bastassero o completassero il processo. Sebbene ritengo che i commenti verbali sul vassoio da parte del costruttore siano affascinanti e importanti, il nostro lavoro clinico con il vassoio mi sembra un'area ancora poco esplorata per la crescita professionale che informa (e/o riflette) il processo terapeutico e il movimento interno del cliente.

I clinici contemporanei sembrano essere tormentati dalla pressione del contesto a fare di più e più velocemente: prendere più clienti,

Ho scoperto che i clinici tendono a concentrarsi su "ciò che il cliente dice", come se le spiegazioni verbali da sole bastassero o completassero il processo.

aumentare e mantenere le ore fatturabili (spesso irragionevoli), e soddisfare gli impegni fino a tarda sera. Troppo spesso i terapeuti si trovano a dover riorganizzare velocemente il proprio studio e a prepararsi per il prossimo cliente. Ciò include il rapido spostamento delle miniature dal vassoio, spesso senza avere il tempo di assorbire l'esperienza terapeutica appena vissuta.

Ho imparato presto che un rituale che accentua la chiusura con un cliente e la disponibilità emotiva per il successivo è fondamentale per

evitare il burnout e per incontrare i clienti con una posizione di apertura. A volte salutavo ogni miniatura, ringraziandola per essere stata giusta per il cliente che l'aveva scelta. Ho anche dedicato del tempo a fare disegni o vassoi di controtransfert ogni volta che era possibile e ho trovato il modo di passare al cliente successivo con rispetto e disponibilità emotiva.

Credo che possiamo conoscere meglio i clienti prestando maggiore attenzione alle loro creazioni, che generosamente lasciano a noi. Suggesto di trattenere e assaporare ogni sessione per dare più valore alla comunicazione, alla connessione e alla fiducia del cliente. Questo approccio presuppone che le nostre risposte controtransferali, o intuitive, siano un'altra forma di espansione dei benefici terapeutici (per sé e per gli altri).

In questo articolo suggerirò una serie di modi per calarsi nel lavoro clinico: trascorrere del tempo con il sandtray completato, documentare le impressioni iniziali, controllare ed esprimere le risposte controtransferali, identificare i punti di ingresso (se si desidera seguire un dialogo verbale con il cliente), creare domande di amplificazione (che si usino o meno). Presenterò un caso esemplificativo e offrirò alcune idee per il nostro lavoro clinico per onorare l'impegno del cliente nella sabbia.

Il primo vassoio di sabbia di un cliente: Su un albero senza scala

Christine era una bambina caucasica di 8 anni (che viveva con una madre adottiva, Clara) a cui piacque la sensazione della sabbia nel vassoio dalla decima seduta in poi. Inizialmente mise le dita nella sabbia

Ho imparato presto che un rituale che accentua la chiusura con un cliente e la disponibilità emotiva per il successivo è fondamentale per evitare il burnout e per incontrare i clienti con una posizione di apertura.

con grande esitazione poi un giorno prese la mia mano, la portò nel vassoio e la coprì di sabbia. Quando mossi le dita, Christine sorrise con cautela. Quando in seguito prese la mia mano e scrollò via la sabbia, sfoggiò un sorriso pieno e splendido. Questa seduta (a circa tre mesi dall'inizio della terapia) è stata la prima in cui Christine provò a giocare nel vassoio della sabbia.



Figura 1: Su un albero senza scala
© 2023 Eliana Gil

**I clinici sembrano essere universalmente in difficoltà con la gestione del tempo (...)
Tuttavia, vi incoraggio a pensare a questa possibilità come veicolo per migliorare la vostra crescita e il vostro sviluppo clinico e come modo per onorare l'importante potenziale della Sand Therapy.**

La seduta successiva fece un salto in avanti completo nell'esplorazione di ciò che le stava più a cuore. Così facendo, creò un ponte fondamentale per la mia comprensione e connessione con lei. Il suo lavoro con la sabbia le permise anche di avere una distanza sufficientemente sicura per mostrare la sua ambivalenza riguardo al rapporto con la madre.

Il tema del tempo sembra suscitare pensieri contrastanti nei terapeuti che tendono a considerare oneroso trovare il tempo per fare una cosa in più. Parlano di ambienti di lavoro difficili, di richieste intense e dell'ansia di preparare la stanza per il cliente successivo. Inoltre, menzionano la necessità di scrivere appunti o di mettersi in pari con le attività amministrative. I clinici sembrano essere universalmente in difficoltà con la gestione del tempo, quindi aggiungere una cosa in più da fare spesso sembra impossibile. Tuttavia, vi incoraggio a pensare a questa possibilità, anche solo con alcuni clienti selezionati, come veicolo per migliorare la vostra crescita e il vostro sviluppo clinico e come modo per onorare l'importante potenziale di lavoro della Sand Therapy.

Fase 1: Trascorrere del tempo con il sandtray

Mentre mi sedevo ed esploravo il mio controtransfert sul primo sandtray di Christine (Figura 1), sentivo che suggeriva fortemente che aveva avuto accesso al suo inconscio e al mondo dell'implicito. La bambina mi aveva fatto il dono della fiducia. Ho percepito il privilegio di essere testimone e di connettermi con lei. Quasi sempre, dopo aver scattato una fotografia, rimetto le miniature sugli scaffali o sposto il vassoio in un luogo sicuro fino a quando non potrò trascorrere del tempo in sua presenza. Dato che sentivo che questo vassoio era fondamentale per Christine, l'ho conservato in un'altra stanza, l'ho coperto con un biglietto con scritto: "Non disturbare" e sono tornata a vederlo alla fine della giornata.

Fase 2: Documentare le impressioni iniziali

Per prima cosa, ho pensato al processo di connessione graduale di Christine con il vassoio e la sabbia. Non aveva risposto al mio invito iniziale a toccare la sabbia o a guardare gli oggetti nel vassoio, preferendo altre attività nella stanza di Play Therapy. In termini di processo del cliente, direi che c'era ambivalenza mentre la osservavo sbirciare di tanto in tanto verso le miniature. Mi sono anche ricordata di come era riuscita a sorridere quando avevo mosso le dita nella sabbia e lei era riuscita a tirare fuori la mia mano e a rimuovere i granelli.

Mentre guardavo questo primo vassoio mi sono permessa di vagare immaginando come fosse essere i diversi oggetti del vassoio: il gatto, il porcospino, l'albero. Ho immaginato di essere abbastanza piccola da poter camminare intorno al vassoio e notare

ciò che osservavo. Mi sono resa conto di diversi aspetti come l'assenza di persone, la vicinanza della madre e del cucciolo di cervo e la necessità di averli in alto sull'albero. Mi sono anche chiesta come fossero arrivati lassù e come sarebbero scesi. Guardando questo scenario, tutto sembrava immobile e

Mentre mi sedevo ed esploravo il mio controtransfert sul primo sandtray di Christine, sentivo che suggeriva fortemente che aveva avuto accesso al suo inconscio e al mondo dell'implicito. La bambina mi aveva fatto il dono della fiducia. Ho percepito il privilegio di essere testimone e di connettermi con lei.

mi sono sentita un po' spaventata e preoccupata. Ho anche notato che stavo trattenendo il respiro mentre guardavo il vassoio. Non riuscivo a distogliere lo sguardo dal gatto e mi chiedevo cosa stesse guardando o cercando. Era di guardia, era pronto a fuggire, oppure era un testimone silenzioso?

Ho anche notato che c'era una chiara diagonale costituita da due alberi e una casa robusta. Erano forse segni dell'interesse della bambina per la crescita, la vita, il legame con la terra, la sensazione o il desiderio di sentirsi stabile e radicata? C'era anche la presenza di acqua e di vita marina nell'angolo in alto a sinistra, mentre non c'erano oggetti nell'angolo in basso a destra. Ciò sembrava

suggerire la possibilità di altri mondi misteriosi che dovevano ancora apparire. Mi sono chiesta perché Christine avesse scelto l'albero con una cavità sul fondo e mi interessava che vi avesse collocato un istrice. Alla fine della sessione, Christine aveva trascorso del tempo a sollevare piccole quantità di sabbia con le mani, a volte la tamponava mentre altre volte la sollevava ancora di più.

Sembrava molto impegnata nel processo di realizzazione dell'immagine nella sabbia e i suoi movimenti, la selezione e il posizionamento degli oggetti sembravano intenzionali. Mi sono seduta di fronte a lei, ma abbastanza lontana da non disturbare. Ha alzato spesso lo sguardo per vedere cosa stessi facendo e mi ha visto guardare

pazientemente il suo vassoio. Non parlò per tutta la durata del processo, ma da tempo avevamo esplorato sia il silenzio che le parole e ci eravamo trovate a nostro agio con entrambi. Di solito Christine non forniva molte informazioni, se non sulle sue attività: dove era andata nel fine settimana, come il suo gatto faceva le fusa a casa, come lei e il suo vicino stavano imparando ad andare in bicicletta, ecc. In questo momento del percorso di Play Therapy, la madre naturale di Christine, Sarah, si trovava in un rifugio e riceveva una terapia intensiva e servizi di sostegno. Christine capì che quando sua madre avrebbe trovato un lavoro e un appartamento, si sarebbero riunite di nuovo. A volte le chiedevo se era andata a trovare sua madre (erano previste visite regolari) e lei faceva un cenno affermativo con la testa, ma non offriva altro a voce.

Avevamo lavorato sull'identificazione degli affetti e lei [la bambina] era in grado di indicare i sentimenti che provava in momenti diversi. Quando le ho chiesto di Sarah [la madre], ha sempre indicato la felicità e la tristezza.

Avevamo lavorato sull'identificazione degli affetti e lei era in grado di indicare i sentimenti che provava in momenti diversi. Quando le ho chiesto di Sarah, ha sempre indicato la felicità e la



Figura 2: Un rapido disegno a memoria del vassoio e uno sguardo all'effetto suscitato dal vassoio (e dall'energia).

tristezza. Giocava anche con una bambola specifica e spesso parlava di come si sentiva la bambola o di quello che voleva fare, utilizzando capacità proiettive coerenti.

Dopo aver terminato il sandtray, si alzò e lo feci anch'io. Camminai intorno al vassoio incoraggiandola ad osservarlo da diverse angolazioni e lei mi seguì. "Il vassoio sembra diverso guardandolo da lati diversi", le dissi a bassa voce. Lei si posizionò su ciascuno dei quattro lati e fissò quello che aveva creato mentre io aspettavo una comunicazione spontanea. Le chiesi se potessi scattare una fotografia e lei acconsentì ma volle "tenere in mano"

Quando mi siedo ed esploro il vassoio e le mie reazioni abitualmente faccio due cose: 1) un rapido disegno del vassoio a memoria per vedere cosa risalta e cosa dimentico (...) Annoto anche rapidamente le sensazioni che riesco a identificare guardando il vassoio e assegno loro un colore (...) 2) l'arte controtransferale o un vassoio di sabbia del controtransfert. Si tratta di guardare il vassoio, lasciarsi andare ai sentimenti, ai pensieri e alle risposte fisiologiche e poi riempire un foglio di carta (o un altro vassoio) con tutto ciò che viene in mente.

il vassoio abbracciandolo. Scattai una fotografia senza di lei e una con lei e le consegnai quest'ultima al nostro incontro successivo.

Fase 3: Controllo ed espressione di risposte controtransferali

Quando mi siedo ed esploro il vassoio e le mie reazioni abitualmente faccio due cose: 1) un rapido disegno del vassoio a memoria per vedere cosa risalta e cosa dimentico. Mi piace anche vedere dove vengono attirati i miei occhi e dove sento che risiede l'energia nel vassoio. Questo esercizio non ha nulla a che vedere con l'arte, ma semplicemente con il coinvolgimento del senso intuitivo per aumentare i pensieri. Annoto anche rapidamente le sensazioni che riesco a identificare guardando il vassoio e assegno loro un colore. Poi torno al disegno con queste associazioni di affetti/colori e aggiungo ciò che mi sembra rilevante.

La Figura 2 è il disegno che ho fatto quando ho guardato per la prima volta la foto del vassoio di Christine. Noterete che ho scritto i sentimenti suscitati dal vassoio, ho scelto un colore per ogni sentimento e ho usato il codice dei colori affettivi per mostrare dove venivano suscitati i sentimenti.

2) Una seconda attività che tendo a fare è l'arte controtransferale o un vassoio di sabbia del controtransfert. Si tratta di guardare il vassoio, lasciarsi andare ai sentimenti, ai pensieri e alle risposte fisiologiche e poi riempire un foglio di carta (o un altro vassoio) con tutto ciò che viene in mente. Con l'arte incoraggio le persone a riempire la pagina con linee, forme, immagini, e parole mentre osservano il vassoio di fronte a loro (vedi Figura 3). Con la sabbia,

Questa immagine [Figura 3] mi ha incoraggiato a contattare di nuovo i servizi sociali per vedere se avrebbero approvato i servizi per la madre, in particolare quelli per il ricongiungimento.

riempio il vassoio di miniature per mostrare i miei pensieri e sentimenti in riferimento al vassoio del cliente. Entrambi tendono a essere introspettivi e li ho trovati un modo utile per elaborare il vassoio. Ho inserito il disegno controtransferale che ho fatto di questo vassoio.

È interessante notare che, guardando questo disegno (Figura 3) mi sono concentrata sulle miniature della madre e della bambina, sulle qualità protettive della madre e su come la bambina si fondesse con lei. Questa immagine mi ha incoraggiato a contattare di nuovo i servizi sociali per vedere se avrebbero approvato i servizi per la madre, in particolare quelli per il ricongiungimento. Fin dall'accoglienza, i servizi sociali non si erano impegnati nei suoi confronti ma piuttosto nel cercare di indagare sulla denuncia iniziale di abuso di minore. Non mi sono mai stati forniti dettagli, solo l'informazione che la bambina era stata allontanata da una situazione non sicura e che la madre era giovane, forse non protettiva e forse complice della messa in pericolo della figlia. Sapevo solo che c'erano due persone spaventate.

L'altra grande impressione che mi ha suscitato questa immagine sono state le gambe minacciose di una figura, una creatura dotata di aculei dalle estremità affilate e appuntite.

Nell'immagine, la creatura è molto più minacciosa di quanto mi sia sembrato guardando il vassoio. In questo disegno, anche se l'istrice è contenuto nella cavità dell'albero, sembra anche in grado di uscire facilmente dal contenitore. Infine, ho avvertito la mancanza di un punto di riferimento nell'albero, forse a causa della grande cavità, e questo mi ha fatto sentire meno protetta. Il gatto rimane intrigante.

Mi sono attivata quindi per coinvolgere maggiormente la madre e per ottenere informazioni dai servizi sociali (ad esempio un rapporto della polizia). Ho sempre voluto fare una valutazione iniziale "pulita", senza molte informazioni.

Dopo aver iniziato a concettualizzare il caso, ho richiesto tuttavia ulteriori informazioni. Volevo saperne di più sulle relazioni della madre e sul padre della bambina che mi risultava essere in quel momento in carcere.

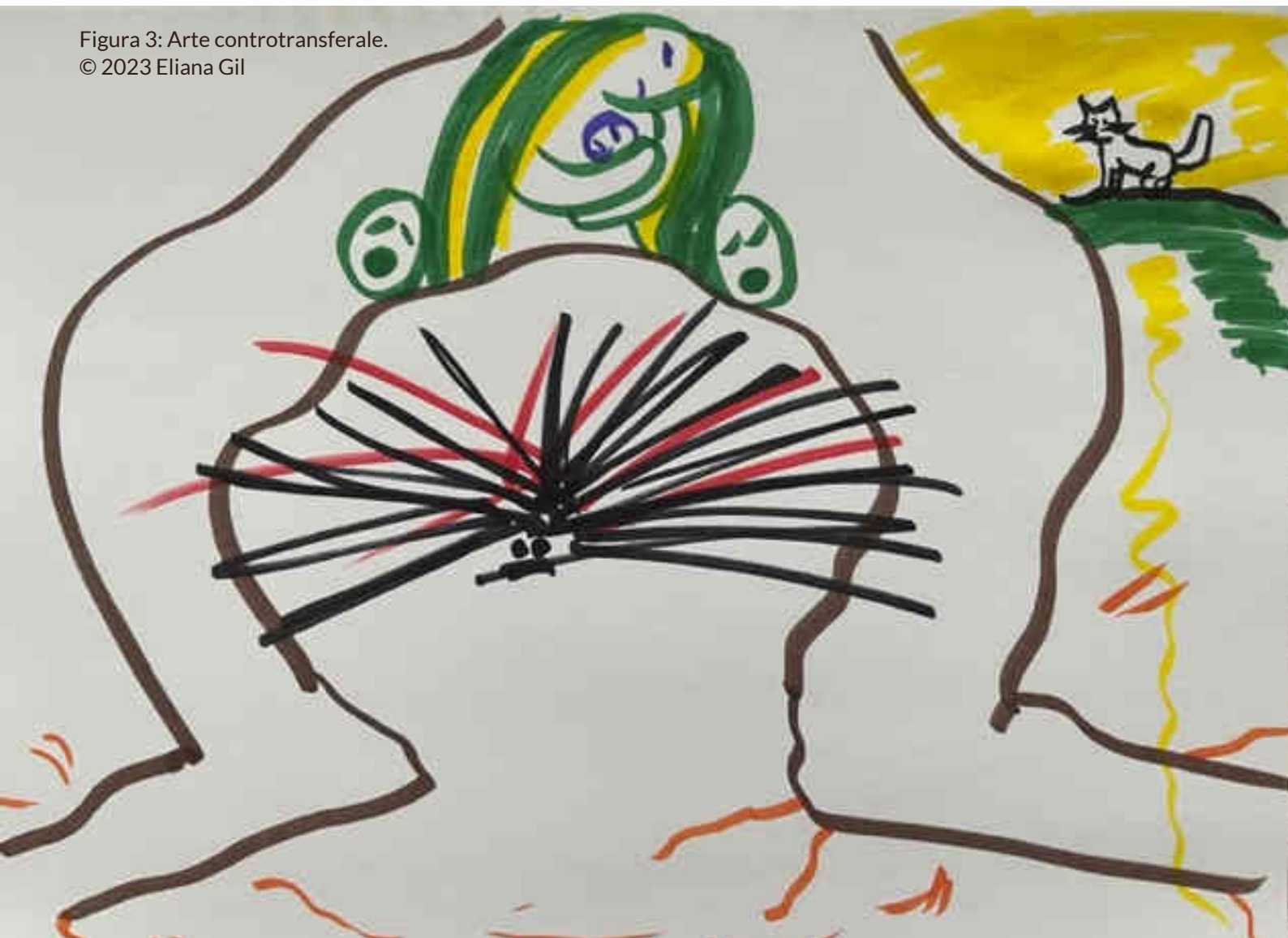
Fase 4: Identificare i punti di ingresso (che si intraprenda o meno un dialogo verbale)

Mi piace prepararmi a lavorare nella metafora, indipendentemente dal fatto che abbia o meno la possibilità di farlo. Prepararsi significa lasciare che i miei pensieri vaghino, si concentrino e vaghino di nuovo, sperimentando i miei sentimenti e notando ciò che mi incuriosisce o mi sembra avvincente. Creo anche domande di

amplificazione nel caso in cui Christine offra una comunicazione spontanea e/o sia disposta a usare le parole per aumentare quello che c'è nel vassoio. Creo domande di amplificazione anche per esercitarmi e rafforzare le mie capacità di pensiero; quelle domande accuratamente elaborate non mi vengono naturali e ho scoperto che esercitarmi aiuta molto.

Il mio approccio di base al lavoro con la metafora nel sandtray è quello di considerarla un'esternalizzazione di materiale molto importante che non può ancora essere affrontato direttamente. In altre parole, ritengo che se qualcuno potesse parlarmi esplicitamente del suo problema, lo

Figura 3: Arte controtrasferale.
© 2023 Eliana Gil



La metafora è un modo per connettersi con l'implicito, per raccontare senza parlare e comunicare con sé e con gli altri. Pertanto, la mia esplorazione della metafora del cliente avviene con cautela.

farebbe. La metafora è un modo per connettersi con l'implicito, per raccontare senza parlare e comunicare con sé e con gli altri. Pertanto, la mia esplorazione della metafora del cliente avviene con cautela, nel pieno riconoscimento della fiducia che è stata riposta in me.

Quando le metafore appaiono nella storia, nelle immagini artistiche, nel linguaggio verbale o nei movimenti comportamentali, alcune possono essere ovvie, visibili e distintive, mentre altre sono vaghe e trasmettono un'allusione a qualcos'altro. Quando diamo ai bambini l'opportunità di fare i sandtray, concediamo anche la possibilità di creare una metafora usando le miniature per esprimere una storia tangibile, un'immagine artistica e uno scenario che include informazioni essenziali sui loro mondi interni.

Ho affermato altrove che sembra accadere qualcosa di importante quando i bambini esternano le immagini interne, le fotografie, gli stati d'animo e le percezioni in un contenitore (in questo caso, il vassoio della sabbia; Gil, 2010). I bambini possono sentirsi rassicurati dall'esperienza di collocare le miniature in uno spazio con confini precisi. Inoltre, questa esternalizzazione crea quella "distanza di sicurezza" che i Play

Therapist apprezzano moltissimo. In altre parole, i bambini trovano un modo per parlare di sé senza correre rischi che forse non percepiscono ancora come possibili (anche se questo potrebbe non essere un processo cognitivo consapevole, ma sensoriale e affettivo in cui esitano o si sentono a disagio). Cominciano a guardare a ciò che accade nel loro mondo in un modo che permette loro di mantenere la sicurezza pur avvicinandosi a ciò che si teme. In questo modo, i bambini spesso usano il gioco per avviare un'esposizione graduale a materiale temuto o complesso in modo tale che le emozioni possano essere progressivamente tollerate e che l'immagine temuta perda potere (Gil, 2017, p.16).

È molto importante trattare queste metafore esteriorizzate come rappresentative di qualcos'altro e/o di qualcosa non ancora pienamente compreso né dal cliente né dal terapeuta. Come detto in precedenza, se i bambini si sentissero a loro agio nel parlare spontaneamente di esperienze difficili, lo farebbero. Ho avuto esperienze in cui i bambini sembravano ansiosi di comunicare verbalmente ciò che i genitori avevano fatto, come si sentivano o che volevano andare a casa. Ma quando i bambini sembrano riluttanti a impegnarsi nel linguaggio verbale, questo fornisce loro un metodo alternativo per affrontare le loro esperienze traumatiche in un modo che ha senso per loro con il risultato di maggiori possibilità di integrazione, esternalizzazione e gestione.

Charlie Schaefer è stato uno dei primi ispiratori del mio interesse per questo argomento e ha affermato:

il gioco post-traumatico ha maggiori possibilità di raggiungere la padronanza per i bambini quando 1) si sentono in controllo sull'esito del gioco; 2) svolgono un finale soddisfacente del gioco; 3) si sentono liberi di esprimere e rilasciare gli affetti negativi; e 4) mostrano una rivalutazione cognitiva dell'evento. (Schaefer, 1994, p.308)

Il primo passo clinico in questo processo consiste nell'incoraggiare la curiosità del bambino, nel reindirizzare la sua attenzione verso ciò che ha creato e nello stimolare l'introspezione, soprattutto quando i bambini vogliono passare ad altro. I clinici possono modellare la curiosità terapeutica e, così facendo, coinvolgere i clienti nella crescita della metafora per espandere la consapevolezza della loro creazione. Il trucco è evitare interpretazioni e suggerimenti di cose che non siano già state nominate o raccontate dai bambini (o dagli adulti) clienti.

Quando diamo ai bambini l'opportunità di fare i sandtray, concediamo anche la possibilità di creare una metafora usando le miniature per esprimere una storia tangibile (...) e uno scenario che include informazioni essenziali sui loro mondi interni (...) I bambini possono sentirsi rassicurati dall'esperienza di collocare le miniature in uno spazio con confini precisi.



Molti terapeuti possono sentirsi tentati di risolvere i problemi che appaiono nelle metafore, di fornire un finale rassicurante, di introdurre una risorsa prematuramente. Amplificare le metafore non significa spostarle o manipolarle in alcun modo. Significa accettare ciò che si è manifestato e semplicemente occuparsi di ciò che è presente, non necessariamente di ciò che vuol dire in senso stretto e non di ciò che potrebbe diventare. Significa concentrarsi sui problemi, sulle preoccupazioni o sui concetti presentati, non su quelli che ipotizziamo o interpretiamo come altro. Quando i bambini descrivono un cervo vulnerabile, ad esempio, è meno utile chiedersi se il bambino si senta vulnerabile o spaventato e più utile comprendere l'esperienza di vulnerabilità o di sicurezza del cervo così come viene creata dal bambino.

I punti di ingresso sono aree della storia, del sandtray e dell'opera d'arte che hanno un oggetto o un'energia identificabili che possono servire per entrare nella metafora. Per esempio, nel sandtray di Christine, la casa sulla destra è un punto di ingresso, l'albero sul davanti è un punto di ingresso, il porcospino e il gatto che guarda in avanti sono un punto di ingresso, così come altri oggetti (per esempio, lo spazio con i segni).

I clinici possono decidere con quale punto di ingresso lavorare in diversi modi:

- 1) la sequenza in cui è stato realizzato il vassoio (Christine ha collocato per primo il grande albero al centro del vassoio, quindi alcuni clinici potrebbero scegliere quello, mentre altri potrebbero scegliere l'ultimo oggetto collocato per l'esplorazione);
- 2) i clinici possono scegliere di

I bambini spesso usano il gioco per avviare un'esposizione graduale a materiale temuto o complesso in modo tale che le emozioni possano essere progressivamente tollerate e che l'immagine temuta perda potere.

rivedere l'aspetto più/meno minaccioso del vassoio e iniziare con il punto di minor resistenza, se riescono a identificarlo; e

- 3) i clinici possono selezionare i punti di ingresso in base ai problemi emergenti, alla fase del trattamento o alla relazione con il cliente. In altre parole, ci sono variabili intangibili

Il modo in cui interagiamo con il bambino, le parole che usiamo e l'intonazione della nostra voce sono tutti elementi importanti. Se i terapeuti chiedono ai bambini di parlare di eventi reali e di come la metafora rappresenti qualcosa di diverso da ciò che vediamo, il bambino potrebbe essere costretto a ricorrere a un'attività più intensa dell'emisfero sinistro, che potrebbe far entrare in gioco meccanismi difensivi.

uniche per ogni caso terapeutico. Una volta scelto il punto di ingresso, i clinici sviluppano domande, commenti e osservazioni di amplificazione tenendo presente l'oggetto scelto, in modo da indurre l'attenzione del bambino a ricentrarsi su un aspetto specifico del vassoio (come se si usasse un obiettivo ampio su una macchina fotografica e poi ci si concentrasse sul primo piano o sullo sfondo). Anche se si parlerà e si attiverà l'emisfero sinistro del cervello, è importante notare che il rimanere all'interno della metafora stessa in realtà stimola una risposta di tutto il cervello. Questo è auspicabile, dato che gli emisferi destro e sinistro sono ugualmente impegnati, attivi e interattivi, così come la parte inferiore e superiore delle funzioni cerebrali (Siegel & Payne, 2012). È importante notare che il modo in cui interagiamo con il bambino, le parole

che usiamo e l'intonazione della nostra voce sono tutti elementi importanti. Se i terapeuti chiedono ai bambini di parlare di eventi reali e di come la metafora rappresenti qualcosa di diverso da ciò che vediamo, il bambino potrebbe essere costretto a ricorrere a un'attività più intensa dell'emisfero sinistro, che potrebbe far entrare in gioco meccanismi difensivi. Una volta ho fatto supervisione ad una persona che rispose al disegno di un bambino dicendo: "Devi avere molta paura in questo momento". Il bambino si mise le mani sulla vita e protestò a gran voce: "Non sono un gatto spaventato!".

Il nostro obiettivo nel lavoro con le metafore è far sì che i bambini rimangano aperti e ricettivi alla creazione che hanno di fronte, piuttosto che sollecitare il loro uso di difese perché il materiale supera la soglia del "abbastanza sicuro" e comincia a sembrare minaccioso.

Fase 5: Creare domande di amplificazione (che le usiate o meno)

Nella mia esperienza clinica, un linguaggio terapeutico attento e mirato è la parte più impegnativa dell'amplificazione delle metafore. Sebbene solo poche regole guidino questo processo di richiesta o commento, i clinici sono incoraggiati a esercitarsi, esercitarsi e esercitarsi a creare queste domande, perché non vengono facilmente.

Le linee guida sono le seguenti:

- 1) porre domande che non richiedano una risposta "sì/no" (ad esempio: "Vuoi parlarmi di questo?") La maggior parte dei bambini risponde: "No!";
- 2) non chiedere: "Perché?" (ad esempio: "Perché hai scelto questa

particolare miniatura?". Ai bambini non piace doversi giustificare!);

- 3) non fare commenti interpretativi (ad esempio: "Sembra che tu abbia paura di tua madre"); e
- 4) non affrettare i tempi e non andare oltre a ciò che viene presentato dal bambino.

Alcune idee che potrebbero aiutarvi a creare domande amplificanti sono:

- 1) esprimete la vostra curiosità terapeutica nei confronti di un oggetto/metafora;
- 2) siate pazienti e passate un po' di tempo con l'oggetto o il punto di ingresso identificato;
- 3) le domande vanno bene, ma quando vedete che i bambini non rispondono, provate a fare dei commenti empatici o a osservare le cose, togliendo l'enfasi dalle risposte verbali del cliente.

Quando Christine tornò alla sessione successiva dopo aver preparato il suo vassoio, entrò dalla porta e si lasciò letteralmente sfuggire un enorme sospiro e si coprì la bocca con le mani mentre si avvicinava al

Un linguaggio terapeutico attento e mirato è la parte più impegnativa dell'amplificazione delle metafore. Sebbene solo poche regole guidino questo processo di richiesta o commento, i clinici sono incoraggiati a esercitarsi, esercitarsi e esercitarsi a creare queste domande, perché non vengono facilmente.

vassoio della sabbia. "È ancora qui", disse con evidente eccitazione e piacere. "Sapevo che sarebbe stato qui!". Ho risposto: "Ho pensato che avremmo potuto dargli un'altra occhiata insieme". Sembrava completamente ricettiva, mentre iniziava a spolverare la sabbia dalla casa, a fare altre impronte sulla sabbia e riorganizzare leggermente la posizione delle cose nel vassoio. Il suo primo movimento è stato quello di ancorare l'albero più in profondità e portare più sabbia intorno alle radici.

Ecco le domande che ho preparato per il vassoio di Christine dopo aver passato un po' di tempo ad esplorarlo. Ho identificato tre possibili punti di ingresso e poi ho creato delle domande per amplificare ulteriormente le metafore presenti:

Punto di ingresso 1: Il gatto davanti alla casa

"Ho notato che c'è un gatto davanti alla casa; cosa sta facendo il gatto?"
"Mi chiedo quanto questa casa sia familiare al gatto".
"Se il gatto girasse la testa dall'altra parte, cosa vedrebbe?"
"Qual è la parte preferita del gatto in questa casa?"
"Se il gatto potesse usare le parole, cosa direbbe alla casa?"
"Quando il gatto non è davanti alla casa, mi chiedo dove va?"
"Cosa vede il gatto quando guarda fuori?"
"Mi chiedo se il gatto abbia qualcosa da dire a mamma cervo e al bambino".

Punto di ingresso 2: L'albero al centro del vassoio

"Che tipo di albero è questo?"
"Da quanto tempo l'albero si trova in

questo posto?"
"Cosa significa per l'albero trovarsi esattamente nel posto in cui si trova?"
"Ho notato che questo albero ha uno spazio aperto. Che effetto fa all'albero avere quello spazio lì?"
"Sembra che ci sia qualcosa all'interno dell'albero... mi chiedo cosa sia".
"Se l'albero potesse parlare a quella creatura, cosa le direbbe?"
"Mi chiedo da quanto tempo la creatura si trovi in quello spazio".
"Se la creatura non fosse nell'albero, dove sarebbe?"

Punto di ingresso 3:

La madre cervo

(Christine mi aveva detto che tra i rami c'erano una madre e un piccolo di cervo. Aveva anche chiamato la creatura "un istrice con delle cose appuntite").

"Cosa ci fa la madre sul ramo dell'albero?"
"Ho notato che c'è un bambino accanto alla madre cervo; come si sente la madre a stare vicino al bambino?"
"Come si sente il bambino in cima all'albero?"
"Cosa sta pensando la madre/il bambino?"
"Cosa sta facendo la madre/il bambino?"
"Mi chiedo se potessero parlare tra loro, cosa si direbbero?"
"Mi chiedo se sanno che c'è un istrice nelle vicinanze".
"Cosa pensano della presenza dell'istrice nelle vicinanze?"
"Come si sentono i rami ad avere compagnia in alto?"
"Se la madre potesse essere sentita dal gatto, cosa vorrebbe che il gatto sapesse?"
"Cosa potrebbe voler dire la madre cervo all'istrice?"

Ecco il dialogo che ho avuto con

Una volta ho fatto supervisione ad una persona che rispose al disegno di un bambino dicendo: "Devi avere molta paura in questo momento". Il bambino si mise le mani sulla vita e protestò a gran voce: "Non sono un gatto spaventato!".

Christine, basato su alcune delle domande che avevo preparato. Ho posto queste domande quando ho visto la bambina sistemare e risistemare la madre e il piccolo di cervo sull'albero. Alla domanda: "Che cosa sta facendo la madre cervo?", Christine ha risposto:

Christine: "Sta cercando di essere molto silenziosa".
Terapeuta: "Quindi, sta cercando di essere molto silenziosa".
Christine: "Sì, non vuole fare troppo rumore".
Terapeuta: "Cosa succede se fa troppo rumore?"
Christine: "Verrà scoperta a nascondersi e allora sarà nei guai".
Terapeuta: "Quindi, la madre cervo si sta nascondendo in questo momento".
Christine: "Sì, tra i rami... ma sta anche osservando, sai, facendo la guardia".
Terapeuta: "Oh, quindi la mamma fa la guardia".
Christine: "Sì, anche lei è una buona guardia!".
Terapeuta: "È bello quando le mamme possono essere delle buone guardie, ma a volte devono sapere quando nascondersi".
Christine: "Sì, devi essere molto silenziosa".
Terapeuta: "Come si sente il bambino quando la mamma fa la guardia e si

Terapeuta: "Quindi stare lontano dal porcospino fa sentire al sicuro il bambino e la mamma?".

Christine: "Sì".

Terapeuta: "Mi chiedo come sarebbe per la mamma e il bambino sentirsi al sicuro?".

Christine: "Possono solo se il porcospino non c'è. A volte la polizia lo porta lontano, ma lui torna sempre e li trova".

nasconde?".

Christine: "Non respira forte, è molto silenziosa, non dice nulla e rimane molto ferma".

Terapeuta: "Oh, quindi anche la bambina sa cosa fare; è molto tranquilla, non respira forte, sta ferma".

Christine: "Sì, non vuole essere scoperta perché arrivano i guai...".

Terapeuta: "Che tipo di guai arrivano?".

Christine: "Sai, il porcospino ha degli aghi molto affilati e li spara fuori e ferisce la mamma cervo".

Terapeuta: "Oh, quindi il porcospino ha degli aghi affilati e fa male alla mamma cervo".

Christine: "Sì, non ci piace; è sempre cattivo".

Terapeuta: "Che cosa fa il porcospino quando non è cattivo e non spara aghi?".

Christine: "Non lo so".

Terapeuta: "Come si comporta il porcospino con il cerbiatto?".

Christine: "Fa male alla sua mamma e le urla anche contro".

Terapeuta: "Mi dispiace molto sentire questo; mi dispiace molto che il porcospino faccia male e spaventi la mamma e il bambino".

Terapeuta: "Com'è per il bambino stare tra i rami?".

Christine: "Gli piace stare lì. Anche alla sua mamma piace stare lì, perché sta ingannando il porcospino".

Terapeuta: "Quindi stare lontano dal porcospino fa sentire al sicuro il bambino e la mamma?".

Christine: "Sì".

Terapeuta: "Mi chiedo come sarebbe per la mamma e il bambino sentirsi al sicuro?".

Christine: "Possono solo se il porcospino non c'è. A volte la polizia lo porta lontano, ma lui torna sempre e li trova".

Terapeuta: "Sembra che sia un porcospino molto insistente".

Christine: "Che cosa significa?".

Terapeuta: "Qualcuno che continua a tornare ancora e ancora...".

Christine: "Sì...".

Terapeuta: "Mi chiedo se la mamma e il



Terapeuta: "Mi chiedo se la mamma e il bambino potessero parlare tra loro, cosa direbbero?"

Christine: "Solo ti voglio bene".

Terapeuta: "La mamma e il bambino si amano".

Christine: "Sì".

bambino potessero parlare tra loro, cosa direbbero?"

Christine: "Solo ti voglio bene".

Terapeuta: "La mamma e il bambino si amano".

Christine: "Sì".

Terapeuta: "Come si sentono i rami ad avere compagnia in alto?"

Christine: "A loro piace che ci siano i cervi. Pensano che sia divertente perché i cervi di solito non salgono sugli alberi, ma a loro piacciono gli animali tra i rami, gli scoiattoli e i bruchi".

Terapeuta: "Se la madre potesse essere sentita dal gatto, cosa vorrebbe che il gatto sapesse?"

Christine: "La mamma ringrazierebbe il gatto per essere stato un buon animale domestico e gli direbbe che torneremo a casa il prima possibile. La mamma dice che avremo una nuova casa con un gatto".

Terapeuta: "Capisco, tu e la tua mamma vivrete insieme in una nuova casa con un gatto".

Si può notare quanto Christine fosse disposta a rimanere con la metafora e a rispondere alle domande e ai commenti da quel punto di vista; tuttavia, era quasi sempre riluttante a fornire informazioni sul padre e sul suo comportamento violento, poiché si sentiva insicura. Le era stato detto più volte che doveva tenere la bocca

chiusa o... "Te la chiuderò io!".

Fase 6: Reintrodurre la metafora

Un'altra opzione per amplificare la metafora è quella di reintrodurla al bambino con un altro mezzo o in un altro modo. In questo caso particolare, in un secondo momento ho reintrodotta la storia della madre e del cucciolo di cervo che si nascondevano dal porcospino facendo un'attività di arteterapia chiamata "Progetto Ambiente Sicuro" (Sobol & Schneider, 1996).

Ai bambini diamo un piatto di cartone, alcuni oggetti creativi, colori o pennarelli e un animale in miniatura per completare questo progetto. Ho scelto io la miniatura per lei: un piccolo cervo. Poi le ho chiesto di creare un ambiente per il cervo. Quando mi ha chiesto cosa fosse esattamente un "ambiente", le ho detto che era il luogo in cui viveva il cervo. Le è piaciuto molto realizzare questo progetto, anche se alla fine ha ottenuto un ambiente piuttosto spoglio, con pochi oggetti e poco colore. La sensazione generale che ha suscitato è stata un senso di esposizione e vulnerabilità.

Qualche settimana dopo le ho chiesto di fare lo stesso progetto, ma questa volta concentrandosi sulla creazione di un ambiente sicuro per il cervo. In questa occasione Christine si è impegnata in modo diverso e ha finito per creare un ambiente con fogliame, colori, un recinto protettivo, una piccola area coperta, cibo, acqua e un amico per il cervo. Aveva chiesto una madre cervo da inserire nel suo progetto ma non siamo riusciti a trovarne una, così ha fatto un letto grande e uno piccolo, dicendomi che la madre cervo non era in casa al

momento ma sarebbe tornata presto. Questa reintroduzione del cerbiatto in un'attività completamente diversa ha permesso alla bambina di interagire nuovamente con la metafora che aveva creato in precedenza e di trovare il modo di impegnarsi ulteriormente utilizzando un altro livello di costruzione delle risorse. Il mio approccio integrato è documentato altrove (Gil, 2006; Gil, 2011), al momento è sufficiente dire che la terapia può includere l'integrazione mirata di strategie direttive e non direttive.

Fase 7: Usare una lente sistemica e il lavoro diadico (sull'attaccamento)

È importante notare che il lavoro sull'attaccamento non può essere fatto nel vuoto. Una volta concluse le procedure legali e articolato un piano di permanenza per il "ritorno a casa", ho svolto un lavoro di terapia familiare con Christine e sua madre per garantire che la bambina potesse sperimentare sua madre come protettrice e nutrice. Questo lavoro mirava a incoraggiare Christine a vederla come un genitore capace, sicuro e protettivo e a elaborare i ricordi traumatici in modo da poter andare avanti, come indicato da Lieberman, Ippen e Van Horn (2015).

La prima volta che le ho viste insieme, ho chiesto a Christine di mostrare

Questo lavoro mirava a incoraggiare Christine a vedere la madre come un genitore capace, sicuro e protettivo e a elaborare i ricordi traumatici in modo da poter andare avanti.

alla madre la stanza e ho lasciato che decidessero cosa fare durante il tempo trascorso insieme. Christine ha parlato alla madre del vassoio della sabbia e le ha chiesto di venire a giocare con lei. Christine ha spiegato che potevano usare tutte le miniature sugli scaffali e costruire un mondo insieme. "Costruiamo un posto tranquillo", ha detto la mamma, e hanno proceduto a costruire una bellissima immagine nella sabbia. Il loro vassoio aveva colori diversi e all'interno c'erano due cerchi, uno grande di perline verdi lucide e uno piccolo di perline gialle lucide. Christine mi chiese di scattare una foto con entrambe, ecco perché non ho incluso l'immagine qui.

Mentre uscivano, Christine mi ha detto: "A mia madre è piaciuto fare qualcosa di così bello". Sua madre ha sorriso. Questo è stato il primo di molti vassoi della sabbia comuni, non tutti così belli o organizzati, ma tutti altrettanto sentiti. La loro disponibilità e il loro interesse a lavorare insieme sono stati commoventi e io ho assunto una posizione non direttiva in attesa di una comunicazione spontanea, in qualche forma, sui traumi che avevano vissuto nel loro passato.

Nessuna comunicazione è emersa nella loro arte o nel gioco, e sembrava evidente che la madre trasmettesse il desiderio di "andare avanti e dimenticare" ciò che era accaduto trovando doloroso ricordare o discutere del passato. Dato l'atteggiamento evitante della madre e la conformità di Christine nei suoi confronti, ho optato per "stuzzicare le difese" chiedendo a Christine di raccontare alla madre prima gli ambienti che aveva costruito per il suo cervo e poi il

sandtray con il porcospino. Ho fatto un ulteriore passo avanti e ho invitato Christine a trascorrere metà seduta da sola con me per ricostruire il sandtray a partire dalla foto. Nella seconda metà la bambina ha raccontato alla madre la storia della mamma e del piccolo cervo e dell'istrice.

La madre ha vissuto diversi stati emotivi durante l'incontro e a volte ha pianto; tuttavia, è stata molto ricettiva alla storia, ha interagito con la figlia in modo rassicurante e ha offerto alcuni dei suoi punti di vista sul padre di Christine e le sue "vecchie paure" su di lui. Sono state in grado di fare una co-narrazione di ciò che è stato per la mamma cervo cercare di proteggere il suo bambino, e Christine ha dichiarato di sentirsi protetta dalla propria madre e di esserle grata.

Eliana Gil

è docente, scrittrice e clinico di fama internazionale nel campo dello stress traumatico, specializzata nella valutazione e trattamento degli abusi sessuali sui minori. La Dott.ssa Gil è socio fondatore, consulente clinico e di ricerca senior nello studio privato Gil Institute for Trauma Recovery and Education, a Fairfax, Virginia. La Dott.ssa Gil è stata, inoltre, presidente dell'Association for Play Therapy (APT) che l'ha premiata con il Lifetime Achievement Award.



Mentre uscivano, Christine mi ha detto: "A mia madre è piaciuto fare qualcosa di così bello". Sua madre ha sorriso. Questo è stato il primo di molti vassoi della sabbia comuni, non tutti così belli o organizzati, ma tutti altrettanto sentiti. La loro disponibilità e il loro interesse a lavorare insieme sono stati commoventi.

Referenze

- Gil, E. (2017). *Posttraumatic play in children: What clinicians need to know*. Guilford Press.
- Gil, E. (2012). Trauma-Focused Integrated Play Therapy. In P., Goodyear Brown (Ed.). *Handbook of sexual abuse: Identification, assessment, and treatment* (251-278). Wiley.
- Gil, E. (2010). (Ed.). *Working with children to heal interpersonal trauma: The power of play*. Guilford Press.
- Gil, E. (2006). Special Issues: Posttraumatic Play, Trauma-Focused Play Therapy, and Problems of Dissociation. In E., Gil, *Helping abused and traumatized children: Integrating directive and nondirective approaches* (151-174). Guilford Press.
- Lieberman, A.F., Ippen, C.G. & Van Horn, P. (2015). "Don't hit my mommy!" *A manual for child-parent psychotherapy with young children exposed to violence and trauma*. Zero to Three.
- Schaefer, C.E. (1994). Play therapy for psychic trauma in children. In K.J., O'Connor & C.E., Schaefer (Eds.). *Handbook of play therapy: Vol. 2, Advances and innovations* (297-318). Wiley.
- Siegel, D.J. & Payne Bryson, T. (2012). *The whole-brain child: 12 revolutionary strategies to nurture your child's developing mind*. Bantam.
- Sobol, B. & Schneider, K. (1996). Art as an adjunctive therapy in the treatment of children who dissociate. In J.L., Silberg (Ed.). *The dissociative child: Diagnosis, treatment, and management* (191-218). Sidran Press.

BAMBINI, GUERRA E IL POTERE DEL GIOCO

di **Claudio Mochi, MA, RP, APT & APTI RPT-S™**

Articolo apparso originariamente nella testata giornalistica *Radio Bullets* <https://www.radiobullets.com/> e pubblicato con autorizzazione sulla *Rivista di Play Therapy* dell'Associazione Play Therapy Italia APTI.

In questi giorni credo che ognuno di noi sia colpito da quanto accade in Israele, in Cisgiordania e nella Striscia di Gaza. Ho lavorato come psicologo in Medio Oriente quasi vent'anni fa e vorrei condividere con voi alcuni ricordi e considerazioni. Quanto vi racconterò non ha alcuna connotazione di natura politica, è un pensiero rivolto alla pressione esercitata dalle condizioni di crisi sugli individui, alla rilevanza del lavoro degli insegnanti, al potere benefico del gioco per i bambini.

La Striscia di Gaza è uno dei contesti più difficili in cui abbia mai lavorato ma anche uno dei luoghi in cui ebbi una delle sorprese più gradite. Era il 2005 e a Gaza vi erano ancora le colonie. In un agglomerato di case circondato dagli insediamenti sorgeva anche un piccolo asilo. L'ambiente circostante si caratterizzava da edifici collassati sotto il peso dei colpi da fuoco, l'aria era spesso minata dalle esplosioni e le persone che vivevano in quella zona soffrivano di limitazioni ai bisogni fondamentali e di povertà di movimento al di fuori di quella fetta di terra.

La presenza delle colonie rendeva faticoso l'accesso anche al personale della Mezza Luna Palestinese. Ricordo come fosse oggi quell'edificio isolato che, pur sembrando abbandonato, era l'unico a non riportare i segni del conflitto

La struttura modesta si ergeva nella sabbia ed era circondata da pochi arbusti spogli e qualche giocattolo che mostrava un tentativo apparentemente vano di offrire opportunità di svago ai bambini. Eppure, tutte le volte che entravo nel piccolo asilo rimanevo estasiato: in un mondo parallelo fatto di giochi e urla divertite i bambini descrivevano e riscrivevano con l'attività ludica la loro realtà; attraverso il gioco di finzione costruivano scenari ricchi di possibilità in cui diventavano attori di gesta eroiche e protagonisti di storie fantastiche.

Gli insegnanti dell'asilo sostenevano e facilitavano le imprese dei bambini offrendo un sorriso calmo e rassicurante a dispetto di quanto succedeva fuori. Mi soffermavo spesso a chiedermi cosa rendesse possibile tutto questo. Nell'insieme quei bambini erano esposti ad una moltitudine di fattori critici. Non è possibile generalizzare, ma per tutti loro la quotidianità poteva essere turbata dall'irrompere di esplosioni, ulteriore distruzione e repentine operazioni militari. La ricerca mostra che la situazione che turba maggiormente il nostro stato emotivo è quella in cui si combina un'elevata percezione di minaccia alla propria incolumità e la perdita di persone care. Credo che la possibilità che tra quei bambini alcuni avessero subito dei lutti fosse

molto elevata. Ad aggravare la situazione vi era anche la cronicità protratta di questa esposizione e la loro giovane età.

Con il tempo ho realizzato che, mentre erano presenti tutti gli ingredienti per destabilizzare l'esistenza di un individuo, vi erano anche quelli che ne tutelano la salute come i poteri della connessione umana e del gioco che permettono di creare una sensazione di sicurezza e opportunità di crescita. Il gioco, infatti, permette di padroneggiare ed elaborare situazioni complesse e sviluppare competenze utili nel superamento di situazioni sfidanti; è uno strumento che consente di coltivare resilienza e rafforzare i circuiti neurali che aiutano ad ottimizzare la regolazione degli stati fisiologici e passare rapidamente da una condizione di attivazione ad uno stato di calma.

Ho frequentato quell'asilo poche volte, infinitamente meno di quante avrei voluto, ma quell'esperienza più di altre ha fissato per me alcuni aspetti rivelatori della natura umana. In primo luogo, come posto in evidenza da numerose ricerche su trauma ed eventi critici, l'atteggiamento dei carers offre un potente fattore protettivo anche nei confronti delle circostanze più soprafacenti. Gli adulti sono dispensatori di sicurezza per i più piccoli e, come affermano Masten e

collegi, uno dei risultati più duraturi della letteratura sulla guerra e su altri disastri è l'effetto protettivo che è in grado di offrire la vicinanza dei genitori e di altre figure di attaccamento ai bambini anche nelle circostanze più terrificanti e che mettono a repentaglio la vita. La resilienza si può esercitare e in quelle interazioni che testimoniavo nel piccolo asilo i bambini godevano indubbiamente del proprio presente mentre nutrivano la propria crescita e sviluppavano abilità per affrontare le difficoltà. Ciononostante, una parte importante di quello che avveniva era invisibile agli occhi. I fattori di protezione riuscivano effettivamente a controbilanciare l'irruenza di situazioni così estreme? L'adattamento alle circostanze traumatiche è un processo dinamico e complesso che coinvolge sistemi multipli che interagiscono sia all'interno che all'esterno dell'individuo e questo aspetto non può essere sempre colto nell'immediato.

La ricerca scientifica illustra come l'esposizione alle sfide possa contribuire a rendere l'organismo sempre più abile nel gestire situazioni difficili ma indica anche che ognuno di noi ha dei limiti e, superata una certa soglia, possiamo sviluppare delle vulnerabilità che diventano dei tratti permanenti della nostra personalità e con cui dobbiamo fare i conti per la nostra intera esistenza. Pesano la giovane età, la tipologia dell'evento, il controllo che abbiamo su di esso o la sensazione di impotenza che ne ricaviamo, la sua durata, l'aggiungersi di stressor ulteriori, il sostegno che riusciamo ad ottenere e quanto tutto questo lavoro costa al

nostro organismo. C'è qualcosa di incredibile nella natura di ognuno di noi che permette di affrontare situazioni estreme ma che è altrettanto delicato. Purtroppo, infatti, non si diventa resistenti alle avversità, immuni dal peso degli eventi ed è impensabile riuscire ad affrontare costantemente situazioni critiche senza il supporto di altre persone. Il benessere si basa su equilibri fragili. Pensando agli insegnanti del piccolo e affollato asilo, mi rendo conto che nonostante le difficoltà del contesto riuscivano ad offrire ai bambini uno scudo alle esperienze più difficili e una serie di opportunità di crescita. Ma quale era il costo emotivo e psicologico per riuscire a coinvolgere, distrarre, co-regolare, autoregolarsi, stimolare, proteggere i bambini in un contesto così denso di sfide e pericoli? Su che tipo di sostegno potevano contare gli insegnanti all'esterno del loro contesto di lavoro?

Ogni tentativo di gestire situazioni difficili o estreme come nel caso di Gaza è oneroso per l'organismo e non possiamo sapere quale sia il nostro punto di rottura. Lo sforzo di alcuni individui e gruppi può facilmente venire meno modificando in modo decisivo un delicato equilibrio. Tutto può diventare ingestibile, soprattutto quando non possiamo contare sul sostegno dalle persone a noi vicine. Spero che queste parole abbiano suscitato il vostro interesse, magari delle riflessioni o il desiderio di approfondire alcuni argomenti. Mi vengono in mente la natura e il costo dello stress, i concetti di "crisi" e "resilienza", "ambiente tossico" e "ambiente arricchito", o ancora, capire cosa ci rende sicuri dal punto

di vista psicologico, di cosa abbiamo bisogno per crescere sani e ben regolati oppure perché a volte delle circostanze apparentemente futili hanno il meglio su di noi.

Desidero lasciarvi con un'ultima considerazione. A distanza di molti anni dalla mia esperienza in Medio Oriente e in molti altri contesti di crisi nel mondo ho maturato una consapevolezza: la situazione più difficile nella vita di un individuo può essere l'esperienza quotidiana nella vita di un'altra persona. È difficile capacitarsi che alcune situazioni esistano realmente e che eventi critici e terribili accadano regolarmente ad alcune persone. Questo pensiero mi è di grande aiuto perché agevola il passaggio dal giudizio alla comprensione nel mio lavoro, e dal lamento e l'insofferenza alla riflessione e all'azione nella vita privata. Mi auguro che questa riflessione possa essere utile anche a voi.

Claudio Mochi

è docente, autore e speaker internazionale esperto in interventi di emergenza e trauma con oltre 20 anni di esperienza in contesti di crisi e post-disastro. Claudio è Psicologo e Psicoterapeuta, Registered Play Therapist Supervisor™ dell'APT degli Stati Uniti. Fondatore e Presidente dell'APT, Direttore del programma formativo dell'International Academy for Play Therapy (INA) con sede a Lugano, Svizzera. Nel 2015 ha ottenuto negli Stati Uniti il premio "Outstanding contributions to the practice and teaching of Filial Therapy".



IL POTENZIALE BENEFICO DELLE MINIATURE E DELLA SABBIA IN AMBITO MIGRATORIO

L'incontro con Omar in riva al fiume

di Isabella Cassina, MA, CAGS, TPS, Dottoranda

Articolo scritto in originale per la Rivista di Play Therapy dell'Associazione Play Therapy Italia APTI.

Questo articolo introduce uno sguardo sul potenziale benefico delle miniature e della sabbia nel supporto psicosociale a richiedenti l'asilo e rifugiati. Attraverso l'incontro con Omar, modificato per tutelarne la privacy, l'autrice racconta come gli strumenti tipici della metodologia Sandtray Therapy possono sostenere la prevenzione e il trattamento di disagi nel contesto di un servizio di accoglienza. Il testo propone indicazioni e riflessioni oggettive e relative puramente al benessere psicosociale della persona. Informazioni ulteriori sulla metodologia Sandtray Therapy sono disponibili negli articoli "Sandtray Therapy. Introduzione agli strumenti di guarigione" di Theresa Fraser (Rivista di Play Therapy, 2/2021) e "Il lavoro clinico con i sandtray. Suggerimenti per approfondire la comprensione da parte del terapeuta delle metafore sviluppate dal cliente nella sabbia" della Dottoressa Eliana Gil (Rivista di Play Therapy, 7/2023).

Alcuni lettori potrebbero pensare che questo articolo non sia destinato a loro in quanto non lavorano nel settore della migrazione né desiderano farlo. Altri lettori hanno

già intuito che tutti noi potremmo prima o poi doverci confrontare con un richiedente l'asilo o rifugiato nel contesto del nostro lavoro di insegnante, logopedista, neuro e psicomotricista, psicologo e psicoterapeuta, ecc. Altri ancora, curiosi appassionati di storie di vita e situazioni complesse, hanno da subito compreso che questo articolo potrebbe dare spunto anche a loro alimentando un percorso di riflessione già intrapreso sul potenziale benefico di materiali espressivi quali miniature e sabbia nelle difficoltà della vita.

Desidero raccontarvi la storia di Omar, un ragazzo di 15 anni di media statura, con i capelli e gli occhi castani e un sorriso radioso. Omar è arrivato al servizio di accoglienza in cui lavoravo in qualità di richiedente l'asilo e minore non accompagnato in una giornata di aprile di alcuni anni fa. Indossava un paio di jeans, una maglia con il cappuccio blu scuro e delle infradito. Aveva un cappello di lana, quando è entrato nel mio ufficio lo ha tolto e si è sistemato i capelli arruffati. Al suo arrivo parlava discretamente l'inglese e conosceva alcune parole di italiano. Prima di

partire, nel suo Paese di origine viveva con la madre e la sorella e frequentava regolarmente la scuola. Era un ragazzo dai modi molto gentili, i suoi movimenti erano composti e il tono della voce delicato. Omar desiderava fare nuove amicizie, era curioso di conoscere il paese d'accoglienza, voleva iniziare un corso di italiano quanto prima e riprendere la scuola per recuperare i mesi persi. Ricordo di avere pensato: "Vorrei che quello che vedo superficialmente rappresentasse l'intero quadro: il ragazzo è entusiasta, sereno e pronto per affrontare una nuova avventura", ma immaginavo che potesse non essere così.

Dieci anni fa ero a capo di un progetto per il sostegno psicosociale a giovani e famiglie migranti all'interno dei centri

Tutti noi potremmo prima o poi doverci confrontare con un richiedente l'asilo o rifugiato nel contesto del nostro lavoro di insegnante, logopedista, neuro e psicomotricista, psicologo e psicoterapeuta.

di accoglienza della Croce Rossa Svizzera. È anche grazie a questo progetto, della durata di cinque anni, che ho avuto modo di rifinire il mio pensiero in merito ai bisogni psicosociali di richiedenti l'asilo e rifugiati e alle possibili risposte da parte degli operatori. Strumenti e linee guida per lo sviluppo di progetti nei contesti di crisi sono descritti per esteso nel libro edito con i colleghi Claudio Mochi e Karen Stagnitti nel 2022. In questo articolo ritengo utile introdurre la "Metafora della Valanga" (Cassina, 2019, 2022) che può essere applicata nel contesto migratorio così come nelle situazioni di vulnerabilità più in generale.

Recentemente ho impiegato la Metafora della Valanga nel lavoro con un cliente adulto a seguito della perdita di una persona cara; il cliente si sentiva in difficoltà in quanto a distanza di svariati mesi dal lutto era

ancora estremamente affranto e aveva la sensazione di essere incastrato in uno spazio temporale senza la possibilità di tornare indietro né di andare avanti nella sua vita. Attraverso una serie di passaggi e l'impiego di tecniche espressive, tra cui le miniature e la sabbia, il cliente è stato in grado di visualizzare e comprendere che la sua reazione era anche la conseguenza di circostanze di difficoltà accumulate negli anni che non potevano in alcun modo svanire nell'istante stesso in cui la principale fonte di dolore sembrava essersi dissolta (il lutto ha posto fine a un lungo periodo di sofferenza dovuta alla malattia). Il desiderio di riprendere in mano la propria vita e "funzionare come prima" è naturale e comprensibile e l'impossibilità di farlo nei tempi prefissati ha il potenziale di creare una forte frustrazione e alimentare dolore e tristezza. Essere guidati da una metafora semplice e

Essere guidati da una metafora semplice e chiara e rendersi conto dei principali meccanismi di funzionamento degli esseri umani può donare sollievo nei momenti di difficoltà.

chiara e rendersi conto dei principali meccanismi di funzionamento degli esseri umani può donare sollievo nei momenti di difficoltà.

Tornando all'ambito migratorio, il percorso dei richiedenti l'asilo non si limita al trasferimento da un paese all'altro e soprattutto non termina nel momento in cui una persona raggiunge il paese in cui chiede (e magari ottiene) l'asilo. La valanga è comunemente una quantità di neve

Le condizioni difficili e opprimenti, soprattutto quando si protraggono per un lungo periodo di tempo, esasperano la vulnerabilità dell'individuo, possono essere traumatiche e privarlo delle esperienze necessarie a favorire il suo benessere psicosociale.

che si accumula nel tempo e ad un certo punto può diventare molto grande, staccarsi dalla parete della montagna e iniziare una discesa durante la quale cresce esponenzialmente. La valanga può diventare così grande da travolgere tutto ciò che incontra e la sua devastazione non termina una volta arrivata in pianura.

In modo simile, nel processo migratorio (e in altri contesti di vulnerabilità come quello descritto in precedenza) la persona è soggetta a un numero crescente di fattori di rischio. Le condizioni difficili e opprimenti, soprattutto quando si protraggono per un lungo periodo di tempo, esasperano la vulnerabilità dell'individuo, possono essere traumatiche e privarlo delle esperienze necessarie a favorire il suo benessere psicosociale. Se pensiamo ai bambini, questo si traduce molto spesso nell'impossibilità di giocare e quindi di beneficiare del processo di auto-guarigione più naturale e dinamico in cui essi si possano impegnare.

Quando Omar è arrivato al servizio d'accoglienza sembrava immune da quanto gli fosse accaduto. I colleghi hanno iniziato subito le procedure per il suo inserimento scolastico

all'ultimo anno delle scuole dell'obbligo per dargli la possibilità di ottenere la licenza scolastica ed intraprendere in seguito un percorso a sua scelta. Era nostra abitudine organizzare regolarmente dei momenti di svago per i minori non accompagnati. Prendevo parte a queste attività quando volevo trascorrere del tempo con i nuovi arrivati, raccogliere informazioni in modo indiretto o monitorare la situazione, quindi quel mercoledì ho deciso di andare in gita anche io.

Ci siamo diretti in un luogo molto bello della zona per passeggiare nel bosco, fare un pranzo al sacco e una serie di giochi all'aperto. Omar ha tirato qualche calcio al pallone dopodiché si è allontanato dal gruppo. Era seduto in riva al fiume, aveva lo sguardo fisso sulle mani con cui toccava la sabbia, la accarezzava, faceva un mucchietto e poi lo ripianava. Ha raccolto spontaneamente alcuni piccoli sassi e ha creato una cornice rettangolare per terra. Al suo interno ha posizionato delle foglie e dei pezzetti di legno di modo da creare delle figure.

L'ho osservato a lungo da lontano finché ho deciso che fosse arrivato il momento di raggiungerlo. "Ciao Omar, posso sedermi qui?", gli ho chiesto in inglese. Una volta seduta ho aggiunto: "Hai creato un'immagine sulla sabbia". Mentre guardava a terra mi ha risposto: "Sì". Siamo rimasti in silenzio per alcuni minuti, poi lui ha affermato: "È bello qui, è molto tranquillo... io sono abituato al rumore, facevo fatica a dormire, a studiare, c'era sempre rumore". Ho commentato: "Quando c'è rumore è difficile fare alcune cose". Dopo una serie di ulteriori scambi, gli ho chiesto: "Ti va di

raccontarmi qualcosa dell'immagine che hai fatto sulla sabbia?". Non solo Omar mi ha risposto di sì, ma ha iniziato a raccontare gran parte di quello che ancora oggi so di lui. Ha condiviso alcuni dettagli che non potrò mai dimenticare e che hanno confermato che quello che avevo di fronte non era affatto "l'intero quadro". Dietro al sorriso radioso c'erano timori comuni a molti adolescenti e paure nate da una situazione familiare vulnerabile caratterizzata dalla depressione della madre, dalla brutalità del padre nei confronti dei figli e dalla sua morte violenta per mano di un gruppo locale; i danni arrecati dalla "valanga" sembravano essere ancora ben presenti.

Il settore della migrazione alimenta punti di vista molto diversi tra loro. Mantenere un pensiero neutrale e agire di conseguenza è tanto difficile quanto importante. Non è compito degli operatori sul terreno stabilire la

Dietro al sorriso radioso c'erano timori comuni a molti adolescenti e paure nate da una situazione familiare vulnerabile caratterizzata dalla depressione della madre, dalla brutalità del padre nei confronti dei figli e dalla sua morte violenta per mano di un gruppo locale (...) È dovere degli operatori sul terreno fornire la possibilità di raccontare le storie, che siano esse reali o di fantasia.

veridicità delle storie raccontate, ma è sicuramente loro dovere fornire la possibilità per raccontarle, che siano esse reali o di fantasia. È importante creare il tempo e lo spazio affinché le persone possano esprimere ed elaborare situazioni ed emozioni e, perché questo possa succedere, è fondamentale che l'individuo si senta (abbastanza) sicuro.

Stephen Porges (2018, 2021) ci spiega che l'esposizione continua a segnali di minaccia (come quelli intrinseci in un percorso migratorio) può trasformare uno stato difensivo in una condizione permanente, ragione per cui gli individui possono arrivare a percepire dei rischi anche quando non ce ne sono. Secondo la Teoria polivagale (op. cit.), il nostro sistema offre due vie per abbassare i sistemi difensivi e promuovere la sicurezza:

1) una via è passiva e risponde inconsapevolmente agli indizi di sicurezza come una voce modulata e tranquilla, espressioni del viso calde e accoglienti e gesti di accessibilità;
2) l'altra via è attiva e richiede comportamenti volontari per innescare meccanismi che modificano lo stato fisiologico come la respirazione, la vocalizzazione, il movimento e il gioco.

Nel pianificare un intervento di supporto psicosociale è necessario considerare che la via passiva (quindi principalmente l'atteggiamento del professionista) favorisce la sensazione iniziale di sicurezza che permette l'accesso alla via attiva. Nel capitolo scritto con il collega Claudio Mochi, "Riconquistare il senso di sicurezza nei disastri naturali: Interventi preparatori e avanzati con il gioco e la Play Therapy" (Mochi & Cassina,

Stephen Porges ci spiega che l'esposizione continua a segnali di minaccia (come quelli intrinseci in un percorso migratorio) può trasformare uno stato difensivo in una condizione permanente, ragione per cui gli individui possono arrivare a percepire dei rischi anche quando non ce ne sono.

disponibile dal 2024), introduciamo il concetto di Safest Possible Environment (SaPE) (in italiano "ambiente più sicuro possibile") per spiegare la necessità di fornire agli individui che affrontano situazioni di



Ripensando a quanto accaduto in riva al fiume, è possibile rendersi conto che ci sia stato un insieme di elementi che ha favorito l'apertura di Omar nei miei confronti: la tempistica, il mio atteggiamento e l'ambiente, incluso il materiale a sua disposizione (ovvero la sabbia e una serie di oggetti dalla natura).

difficoltà acuta il maggior numero possibile di stimoli positivi e segnali di sicurezza anche e soprattutto al di là della stanza di terapia e del momento dedicato ad essa. Considerando questi aspetti e ripensando a quanto accaduto in riva al fiume, è possibile rendersi conto che ci sia stato un insieme di elementi che ha favorito l'apertura di Omar nei miei confronti: la tempistica, il mio atteggiamento e l'ambiente, incluso il materiale a sua disposizione (ovvero la sabbia e una serie di oggetti della natura).

Quest'ultimo aspetto (la presenza della natura) non è da sottovalutare. Come spiega Fearn (2022), quando un individuo ha iniziale diffidenza nei confronti degli altri a causa di esperienze negative precedenti, le sue difese possono essere innescate dall'intensità della relazione individuale in uno studio o una stanza di terapia chiusa. Uno spazio aperto nella natura può, in alcuni casi, fungere da alleato terapeutico offrendo una maggiore distanza di sicurezza.

Quando Omar è arrivato al centro d'accoglienza, non era previsto che iniziasse un percorso di natura terapeutica. Cionondimeno, io e i miei colleghi eravamo pronti per l'eventualità di fornire un supporto più consistente ad una selezione di bambini e ragazzi. Alcune considerazioni appaiono d'obbligo:

1. Non tutti i richiedenti l'asilo e rifugiati hanno subito dei traumi e hanno bisogno di (o desiderano) supporto psicosociale consistente.
2. Non tutti i sintomi di un disagio psicologico appaiono subito né tanto meno sono ben visibili, quello che vediamo (un ragazzo di 15 anni con un sorriso radioso, dai modi gentili e i movimenti composti) talvolta nasconde ben altro (paura, ansia, inquietudine).
3. È necessario attendere il momento giusto (a volte un picnic in riva al fiume) per entrare in contatto con il singolo ed invitarlo ad un'apertura. Non bisogna mai insistere.
4. È bene ricordare sempre che essere al sicuro non significa sentirsi al sicuro. Fare un'autovalutazione costante delle proprie abilità di interazione e osservare lo spazio di lavoro con sguardo critico è fondamentale.
5. Qualora necessario, bisogna essere pronti ad intervenire tempestivamente avendo un bagaglio di competenze e abilità efficaci ed aggiornate.

In seguito a quell'attività nata (più o meno) spontaneamente, ho proposto ad Omar di incontrarci regolarmente per svolgere un percorso improntato sulle terapie espressive. Nello spazio adibito per il lavoro con gli adolescenti erano presenti materiali artistici di vario tipo:

miniature, sabbia e oggetti della natura (foglie, fiori, ramoscelli, sassi), matite colorate e pennelli, materiali modellabili (come la creta) e materiali per le costruzioni, travestimenti, strumenti musicali, ecc. Omar ha accettato volentieri e custodiva gelosamente la possibilità di condividere quel momento.

Nei mesi mi ha raccontato la sua storia più volte prediligendo l'utilizzo delle miniature e del vassoio della sabbia. Gli ho sempre posto poche domande per processare i vassoi in quanto Omar parlava molto di sua spontanea volontà. Ero attenta, tuttavia, che il racconto non si fosse trasformato in un "copione" e lo invitavo ad espandere gli elementi nuovi che apparivano nel vassoio o nel racconto. Con il tempo, il ragazzo dava sempre più spazio a nuovi pensieri e riflessioni profonde.

Parafrasando la Metafora della Valanga, purtroppo non possiamo impedire che una valanga si verifichi, che sia essa scaturita da un percorso migratorio o da qualsiasi altra situazione potenzialmente difficile e traumatizzante, ma posso dire che è stato sempre molto coinvolgente ed emozionante creare con i miei colleghi le condizioni affinché quella valanga che aveva travolto Omar, e molte altre persone incontrate negli anni, non si ingrandisse e avere un ruolo nel dissolverla e riparare i suoi disastri.

Uno spazio aperto nella natura può, in alcuni casi, fungere da alleato terapeutico offrendo una maggiore distanza di sicurezza.

Non possiamo impedire che una valanga si verifichi (...) ma abbiamo potuto creare le condizioni affinché quella valanga che aveva travolto Omar non si ingrandisse e avere un ruolo nel dissolverla e riparare i suoi disastri.

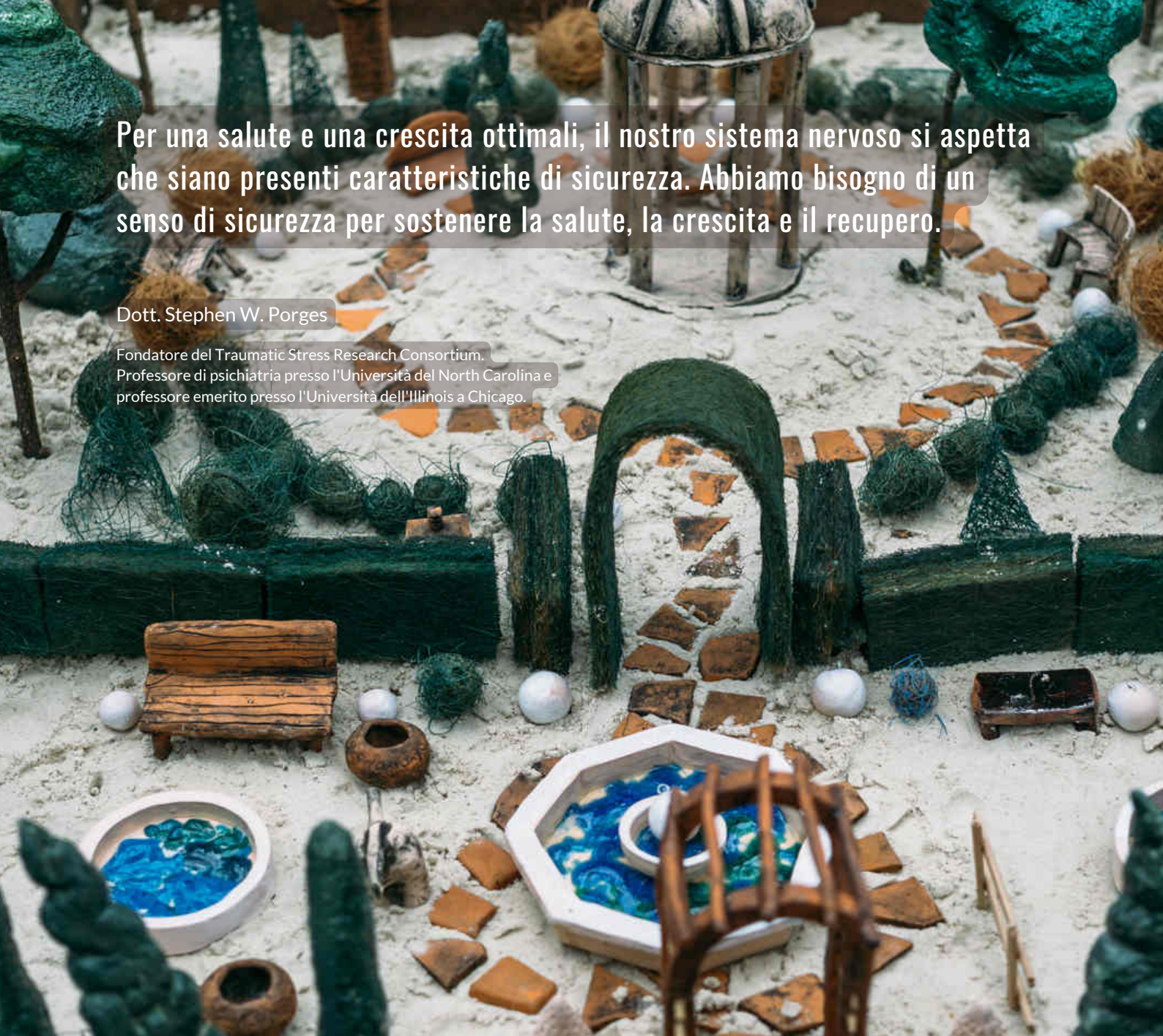
Referenze

- Cassina, I. (2019). 'Bambini migranti: Recuperare il tempo di gioco perduto', lezione presentata per il Master in Play Therapy, INA International Academy for Play Therapy Studies and Psychosocial Projects, Roma, 23-24 Marzo 2019.
- Cassina, I. (2022). 'Recovering lost play time: Principles and intervention modalities to address the psychosocial wellbeing of asylum seekers and refugee children'. In I., Cassina, C., Mochi & K., Stagnitti (Eds.). *Play therapy and expressive arts in a complex and dynamic world: Opportunities and challenges inside and outside the playroom* (50-68). Routledge.
- Cassina, I., Mochi, C. & Stagnitti, K. (2022) (eds.). *Play therapy and expressive arts in a complex and dynamic world: Opportunities and challenges inside and outside the playroom*. Routledge.
- Fearn, M., 'Nature-based play therapy interventions in the digital age'. In I., Cassina, C., Mochi & K., Stagnitti (Eds.). *Play therapy and expressive arts in a complex and dynamic world: Opportunities and challenges inside and outside the playroom* (120-137). Routledge.
- Mochi, C. & Cassina, I. (in stampa, 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*. Routledge.
- Porges, S.W. (2018). 'Polyvagal theory: A primer'. In S.W., Porges & D., Dana (Eds.). *Clinical applications of the polyvagal theory: The emergence of polyvagal-informed therapies* (50-69). Norton.
- Porges, S.W. (2021). *Polyvagal safety: Attachment, communication, self-regulation*. Norton.

Isabella Cassina

è Dottoranda in Terapia con le Arti Espressive e Therapeutic Play Specialist con 15 anni di esperienza nello sviluppo e gestione di progetti psicosociali in contesti di crisi. È stata Responsabile dei servizi sociali della Croce Rossa Svizzera, Settore richiedenti l'asilo e rifugiati e ha presentato a livello internazionale sui temi Play Therapy e interventi di crisi. Isabella è Responsabile dei progetti e Docente presso l'International Academy for Play Therapy (INA) in Svizzera e Membro Fondatore dell'International Consortium of Play Therapy Associations (IC-PTA).





Per una salute e una crescita ottimali, il nostro sistema nervoso si aspetta che siano presenti caratteristiche di sicurezza. Abbiamo bisogno di un senso di sicurezza per sostenere la salute, la crescita e il recupero.

Dott. Stephen W. Porges

Fondatore del Traumatic Stress Research Consortium.
Professore di psichiatria presso l'Università del North Carolina e
professore emerito presso l'Università dell'Illinois a Chicago.

