

# RIVISTA DI PLAY THERAPY

NUMERO 7  
NOVEMBRE 2023

La rivista dell'APT  
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  
#vassiodellasabbia  
#miniature  
#metafore  
#guerra  
#poteredelgioco  
#migrazione

Include un  
articolo della  
Dott.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](http://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](mailto: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](http://associazioneplaytherapy.it)  
[info@playtherapy.it](mailto:info@playtherapy.it)

# 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 oltre 10 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.

