

Adlerian Play Therapy: una prospettiva individualpsicologica per l'utilizzo del gioco nel setting psicoterapeutico infantile

ENRICA CAVALLI, CHIARA CARAMAZZA

Summary – ADLERIAN PLAY THERAPY: AN INDIVIDUAL PSYCHOLOGICAL PERSPECTIVE ON THE ROLE OF PLAY IN CHILD PSYCHOTHERAPEUTIC SETTING. The paper aims to promote a theoretical, methodological and clinical reflection about the way play is conceptualized and used in child psychotherapy according to the individual-psychological perspective. From the 90s a line of research and studies has been developed in America, at the University of Texas, that started and structured a technique and a therapeutic methodology named "Adlerian Play Therapy"; this therapy develops and analyses the steps of the child therapeutic treatment through the use of play during sessions. According to Alfred Adler, playing is an expressive intrapsychic and relational instrument through which the child manifests his/her integration in life, his/her personal creative way to develop and organize the psychic trends that s/he is developing, which are the social feeling and will of power. The individual-psychological perspective, unlike the perspective of M. Klein, is not guided by pre-recognised symbolic equations: toys do not carry a prior symbolic value, but are rather considered according to the symbolic value of the "object-toy" itself, and conveyed and lived by the child in front of and in the relationship with the therapist.

In this work the meaning, values, symbolism, quality of the experience expressed while playing at intrapsychic and relational level, according to the Adlerian theory, will be analysed, opening up technical-methodological prospects that have not been deeply developed to this day, which allows therefore the growth of new contents.

Keywords: ADLERIAN PLAY THERAPY, CHILD PSYCHOTHERAPY

Il presente lavoro vuole produrre una riflessione teorica, metodologica e clinica sulle modalità con cui viene concettualizzato ed utilizzato il gioco nella psicoterapia dell'età evolutiva secondo la prospettiva individualpsicologica.

Dagli anni '90 circa si è sviluppato in America, e precisamente presso l'Università del Texas, un filone di ricerche e studi che ha dato avvio e strutturato una tecnica ed una metodologia terapeutica di matrice individualpsicologica denominata "Adlerian Play Therapy", che sviluppa ed approfondisce la modalità di trattamento terapeutico del bambino con l'utilizzo del gioco in seduta [6, 7].

Le potenzialità di tale strumento di orientamento individualpsicologico, strutturate su un impianto teorico solido e creativo, paiono di forte interesse all'interno del dibattito tra teoria, tecnica e clinica, oltre che ampiamente fruibili nei contesti di trattamento psicoterapeutico del minore, sebbene siano ad oggi poco diffuse: ne verranno messe in luce le specificità e le aree di sviluppo, anche ponendolo a confronto con il paradigma ad oggi più diffuso, quello analitico kleiniano.

Adler arriva al concetto di gioco in terapia ne *La conoscenza dell'uomo*, pur non predisponendo una tecnica approfondita su tale strumento [3]. Per Adler il gioco è uno strumento espressivo intrapsichico e relazionale con cui il bambino manifesta il suo inserimento nella vi-

ta, la sua personale modalità creativa di dispiegare ed organizzare le tendenze psichiche che sta organizzando: ovvero il sentimento sociale e le tendenze auto affermative.

La prospettiva individualpsicologica, a differenza della prospettiva kleiniana, non si fa guidare da equazioni simboliche pre-riconosciute: i giochi non vengono già rivestiti da una valenza simbolica aprioristica, bensì considerati secondo quella insita nell' "oggetto-gioco" stesso e veicolata e vissuta dal bambino dinnanzi al e nella relazione con il terapeuta.

In questo poster verranno approfonditi il senso, le valenze, i simbolismi, la qualità dell'esperienza espressa nel gioco a livello intrapsichico e relazionale secondo la teoria adleriana, che aprono prospettive tecnico-metodologiche ad oggi ancora poco sviluppate nella teoria e nella pratica clinica.

L'obiettivo di questo lavoro pertanto vuole essere molteplice: porre in luce quanto questa metodologia di trattamento terapeutico del minore e l'utilizzo di tecniche specifiche correlate alla teoria adleriana possano rivelarsi un ambito arricchibile di contenuti e ulteriori strumenti; evidenziare i punti di forza di questo trattamento dal punto di vista teorico metodologico, poiché congruo con la teoria adleriana e fruibile nella pratica clinica; evidenziare nuove possibilità creative di interpretare il gioco nella psicoterapia, che possano 'compensare' alcune 'fragilità' che ci sembra di rinvenire in altre impostazioni teorico-metodologiche.

Viene quindi sostenuta la straordinaria importanza del gioco come strumento che permette di capire come il bambino vive, comprende e si inserisce all'interno del proprio contesto relazionale e di vita reale e, nello stesso tempo permette di individuare le modalità con cui egli dispiega ed organizza le istanze più importanti che va strutturando nel suo Stile di Vita, ovvero il Sentimento Sociale e le tendenze auto affermative. In questo senso, il gioco può essere inteso come una "preparazione per il futuro".

La forte valenza creativa del gioco permette al bambino di sperimentare le modalità con cui compensare i sentimenti di inadeguatezza e di collaudare pragmaticamente, pur in senso simbolico, i capisaldi attorno a cui si sta strutturando la sua personalità.

Lo schema appercettivo del bambino, composto da capacità cognitive di inventiva ed iniziativa, di controllo e gestione di pensieri, affetti e sentimenti, vengono quindi messi in campo in modo particolare ed unico, tanto da lasciar intravedere come quel bambino si sta preparando alla vita, come sta modulando i bisogni di autoaffermazione, socializzazione e partecipazione affettiva.

Il gioco dunque non è mera riproposizione di oggetti proposti in senso proiettivo e successivamente re-introiettati e che devono trovare una collocazione integrata e pensabile all'interno della mente del bambino, bensì anche uno spazio in cui il bambino possa sperimentare e dare

vita a quanto soggettivamente e creativamente ha creato dentro di sé; inoltre, il gioco è lo spazio in cui “mettere in scena” dinamiche relazionali ed aspetti del reale.

Le concettualizzazioni di Adler si inseriscono in un panorama letterario che ha molto prodotto sul gioco del bambino in sede terapeutica, a partire dalle teorizzazioni strutturate di M. Klein, che fa di tale nucleo concettuale il caposaldo della propria teoria della tecnica.

Il principio cardine che permea la teorizzazione kleiniana del gioco come strumento dell'analisi infantile è infatti quello secondo cui il bambino opera una continua personificazione del materiale che maneggia, proiettando in esso i contenuti del proprio mondo interno. Il gioco secondo Klein costituisce un tentativo, una strategia, per alleviare l'angoscia depressiva attraverso lo spostamento degli investimenti pulsionali conflittuali dall'oggetto primario agli oggetti del mondo esterno [5].

Il gioco infatti, nella terapia col minore, trovando il suo significato nella relazione con la mamma durante l'accudimento, è legato alla capacità di formazione del simbolo, e si basa sulla possibilità del bambino di creare una distanza tra sé e il gioco e quindi riconoscere l'oggetto come esistente al di fuori di sé. Il gioco mette in campo la perdita dell'illusione da parte del bambino della fusionalità con l'oggetto madre idealizzato [4, 8].

Nel processo di formazione del simbolo, l'investimento sul mondo esterno ha lo scopo di trovare dei sostituti all'oggetto primario e alleviare così le angosce depressive del bambino, permettendo la consolidazione della formazione del sé e sganciandolo a poco a poco dall'oggetto primario. Il bambino cioè padroneggia, dà senso, organizza il proprio mondo interno, ovvero fantasie e impulsi, proiettandolo nel gioco e re-introiettandolo.

Secondo la Klein il gioco non è quindi solo la realizzazione allucinata di un desiderio (Freud), quanto la manifestazione di una data organizzazione di oggetti interni. I fatti narrati quindi nel gioco sono un travestimento “comunicabile” del mondo interno del paziente, considerato però come “già dato”, ed in attesa di trovare un buon traduttore ed interprete che ne chiarisca il funzionamento solo attraverso il maneggiare del materiale inconscio.

Il ruolo dell'analisi non è quello di riportare alla luce o svelare un contenuto posseduto da tempo all'interno del paziente poco tollerabile, ma assottigliare la distanza tra il mondo interno dei fantasmi inconsci e quello della realtà esterna.

L'attività primaria del trattamento analitico-terapeutico è quindi quella dell'interpretazione, unico strumento che consente di rendere contattabile il mondo interno più primitivo al mondo esterno e reale.

In un panorama così distante tra la teoria adleriana e quella individualpsicologica sul tema del gioco del bambino e del suo impiego terapeutico, si sono quindi cercati strumenti nuovi di matrice individualpsicologica che diano corpo e strutturino l'impostazione adleriana sul gioco, rinsaldando e potenziando per l'appunto tale pensiero.

Dagli anni '90 circa si è sviluppato in America un filone di ricerche e studi poi strutturatosi in impianto teorico-metodologico denominato "Adlerian Play Therapy", inerente alla modalità di trattamento terapeutico del bambino secondo la prospettiva adleriana con l'utilizzo del gioco in seduta [6, 7].

I terapeuti che seguono tale modalità di lavoro col bambino credono nel potere terapeutico del gioco per facilitare il trattamento del minore attraverso la creazione di un legame basato sulla condivisione piacevole, buona e costruttiva come condizione essenziale per il percorso terapeutico. Inoltre tali autori sono mossi dalla convinzione che attraverso l'utilizzo del gioco si possa comunicare più agevolmente col bambino sfruttando un canale espressivo più spontaneo e libero per egli stesso, usufruendo per esempio della metafora e non del linguaggio verbale diretto, e che si possa esplorare profondamente il suo mondo, interno ed esterno: le convinzioni su se stesso, sugli altri e sul mondo, le modalità relazionali create e messe in atto, il senso di appartenenza entro la rete di rapporti in cui vive, i rapporti tra le istanze portanti della propria personalità.

L'uso dei giocattoli permette al bambino di trasferire ansie, paure, fantasie e vissuti agli oggetti piuttosto che alle persone: nel processo quindi, il bambino è al sicuro dai suoi sentimenti e reazioni, poiché lo strumento ludico consente di prendere le distanze da eventi esterni, esperienze e vissuti interni. Di conseguenza, il bambino non è sopraffatto dalle proprie azioni, perché l'atto si svolge nella fantasia: attraverso l'attività di gioco, il bambino si muove verso una risoluzione interna del proprio vissuto.

Nell'esperienza terapeutica del gioco pertanto i bambini esplorano l'ignoto e sviluppano un sapere che è sia di tipo emotivo-esperienziale che cognitivo: il non familiare diventa familiare. La terapia attraverso il gioco secondo questa prospettiva risulta uno strumento molto efficace poiché, andando ad intervenire in una fascia di età in cui lo Stile di Vita è in formazione, è in grado di fornire feedback positivi, correttivi ed incoraggianti ad ampio raggio e di forte rilevanza per il bambino.

Secondo Kottman [6, 7], ci sono quattro fasi fondamentali che caratterizzano la terapia del gioco e che lo rendono unico come modello terapeutico in senso adleriano: la prima è creare un rapporto cooperativo, egualitario ed emotivo con il bambino, la seconda è esplorare lo Stile di Vita del bambino attraverso il gioco, ovvero come sente e percepisce se stesso, gli altri ed il

mondo, la terza è sostenere il piccolo paziente a riconoscerlo, la quarta, infine, è offrire orientamento e rieducazione, fornendo la possibilità di esplorare nuove modalità di interazione.

Il gioco pertanto, è inteso come canale preferenziale per l'accesso alla esplorazione ed al trattamento del bambino, è possibilità di proiettarsi in senso finalistico per come egli si è strutturato fino a quel momento, non solo proiezione del mondo interno introiettato dalle esperienze precedenti. Il senso del gioco è quindi strettamente legato al fatto di poter esplorare l'ignoto e sviluppare un sapere che è sia di tipo esperienziale-emotivo che cognitivo: nel gioco infatti, il non familiare diventa familiare.

Il setting terapeutico della stanza di gioco deve rappresentare un luogo sicuro e costante, privo di condizionamenti altri in cui bambino possa sentirsi accettato e possa aspettarsi sempre lo stesso panorama di lavoro. Il materiale con cui si dispiegano le attività ludiche deve essere precedentemente pensato e selezionato dal terapeuta in base alle caratteristiche del bambino e della tipologia del percorso terapeutico, pertanto non viene individuato un insieme di elementi prestabiliti e standardizzati, così come invece viene inteso nella tecnica psicoanalitica ad oggi così in uso come quella kleiniana.

Gli oggetti-gioco in quest'ultima prospettiva infatti, possiedono dei rimandi a significati emotivi-relazionali precostituiti e preindividuati secondo la stessa teoria, tra cui si citano in esempio il temperino, la colla, le forbici, che rimandano a contenuti relazionali di scissione, simbiosi, separazione; all'interno della Adlerian Play Therapy invece, gli stessi elementi-gioco rimandano a contenuti emotivi-relazionali che però non si propongono al bambino caricati di un valore prestabilito, bensì lo assumono a seconda della funzione, della modalità, del vissuto emotivo con cui vengono impiegati da egli stesso nella relazione a due.

Gli oggetti-gioco invece del gioco della famiglia, del villaggio e degli animali, non vengono intesi unicamente e strettamente come proiezioni del vissuto emotivo interno e dell'interiorizzazione di relazioni parentali, bensì come importante intreccio tra spinte auto affermative e sentimento sociale interiorizzato, rivisto e riproposto dal bambino, che dà luogo alla creatività e lascia intravedere il proprio personale senso di finalismo dei movimenti, il suo Stile di Vita in fieri ed in potenza.

Il focus di attenzione cui il terapeuta deve fare riferimento come strumento di lavoro condivisibile, giocabile e verbalizzabile in sede di terapia con il bambino si riferisce alla finzioni sottostanti ad ogni movimento rappresentato nell'attività ludica, il dinamismo che caratterizza le espressioni delle istanze fondamentali e le modalità relazionali non adattive manifestate dal bambino all'interno del gioco, tenendo a mente il mondo reale ed esterno in cui è inserito.

L'attività ludica deve essere utilizzata in sede di terapia col bambino quindi allo scopo di accompagnare, comprendere ed accogliere per poter ri-orientare lo Stile di Vita del minore [1].

Il gioco infatti deve poter analizzare come il bambino si inserisce all'interno delle relazioni di appartenenza, come sente le connessioni tra sé e gli altri, quale è lo scopo sottostante ad ogni movimento, qual è il grado di Sentimento Sociale coinvolto in ogni attività e qual è lo stile creativo del piccolo paziente.

Per quanto concerne le tecniche di intervento impiegabili nel momento in cui si affronta l'esperienza ludica in seduta, per l'impostazione della Adlerian Play Therapy sono principalmente l'osservazione del comportamento del bambino all'interno della stanza dei giochi, correlata a domande di auto-osservazione ed auto-esame per l'esplorazione e l'esplicitazione delle reazioni emotive. Tra queste inoltre, ricopre fondamentale importanza il poter avviare il processo di incoraggiamento, talvolta attraverso espressioni metaforiche che aderiscano al gioco stesso, promuovendo l'esperienza emotivo-correttiva, cardine concettuale della teoria individualpsicologica.

Per i giochi selezionati non esiste quindi una predeterminata equazione simbolica, ma tutto viene inteso come simbolo della relazione terapeutica, della relazione adulto-bambino e del suo Stile di Vita.

Le modalità interpretative da sfruttare sono quindi intese molto diversamente dalla teoria psicoanalitica del gioco a matrice kleiniana, all'interno della quale gli oggetti-gioco possiedono valore aprioristico e già identificato. Nell'Adlerian Play Therapy gli elementi-gioco vengono intesi e considerati come proposte e ipotesi condivise con il bambino che hanno il fine di aiutarlo a costruire nuove rappresentazioni, a generalizzare nuovi modi di guardare sé, gli altri, il mondo, le esperienze reali.

Per poter utilizzare lo strumento ludico in sede terapeutica secondo l'impostazione della Adlerian Play Therapy, il terapeuta di formazione adleriana deve poter essere disponibile ad utilizzare un linguaggio consono e sintonizzato con il bambino, con un'autentica accettazione dei contenuti del suo mondo interno ed esterno. Questo può rendersi possibile da genuinità ed immediatezza, disponibilità al confronto, congruenza, al fine di offrirsi al bambino come figura significativa di riferimento e modello di relazione differente da quelle esperite. Deve cioè poter utilizzare la modalità più autentica e spontanea messa in atto dal bambino per la comunicazione e l'espressione dei suoi vissuti emotivi e dei suoi stati mentali.

Deve, quindi, sintonizzarsi e tradurre le dinamiche più disadattive ed offrire un'ipotesi alternativa di Stile di Vita improntato su una cooperazione e collaborazione più integrata, e ripor-

tando quanto espresso dallo stesso Adler, percependolo e sentendolo con i suoi occhi e con le sue orecchie.

Bibliografia

1. ADLER, A. (1912), *Über den nervösen Charakter*, tr. it. *Il Temperamento Nervoso*, Astro-labio-Ubaldini, Roma 1971.
2. ADLER, A. (1920), *Praxis und Theorie der Individualpsychologie*, tr. it. *Prassi e teoria della psicologia individuale*, Newton Compton, Roma 2006.
3. ADLER, A. (1927), *Menschenkenntnis*, tr. it. *La conoscenza dell'uomo nella Psicologia Individuale*, Newton Compton, Roma 1975.
4. FONAGY, P., TARGET, M. (2003), *Psychoanalytic Theories: Perspectives from Developmental Psychopathology*, tr. it. *Psicopatologia evolutiva. Le teorie psicoanalitiche*, Raffaello Cortina Editore, Milano 2005.
5. KLEIN, M. (1973), *Die Psychoanalyse des Kindes*, tr. it. *La psicoanalisi dei bambini*, Martinelli, Firenze 1988.
6. KOTTMAN, T. (1993), *Adlerian Play Therapy: A tool for School Counselors*, *Valerie Elementary School Guidance & Counseling*, Vol. 28(1): 42-51.
7. KOTTMAN, T. (2001), *Adlerian Play Therapy*, *Int. J. Play Therapy*, 10 (2): 1-12.
8. SEGAL, H. (1985), *Melanie Klein. Eine Einführung in ihr Werk*, tr. it. *Introduzione all'opera di Melanie Klein*, Martinelli, Firenze 1988.

Enrica Cavalli
Via San Francesco, 20
I-10152 Bardonecchia (TO)
E-mail: enricacavalli@virgilio.it

Chiara Caramazza
Via Tripoli, 69
I-101236 Torino
E-mail: ccaramazza@email.it