

RIVISTA DI PLAY THERAPY

EDIZIONE N° 2
MAGGIO 2021

La rivista dell'APTI
Associazione Play Therapy
Italia

DEFINIZIONI IN PLAY THERAPY

**I POTERI TERAPEUTICI
DEL GIOCO**
Intervista esclusiva!

**CHILD-CENTERED PLAY
THERAPY**
La metodologia non-
direttiva

SANDTRAY THERAPY
Introduzione agli
strumenti di guarigione

#playtherapy
#psicologia
#poteriterapeuticidelgioco
#playtherapynondirettiva
#childcentered
#sandtraytherapy

**Include
un'intervista
esclusiva alla
Dr.ssa Athena
Drewes!**

L'Associazione Play Therapy Italia è un ente nazionale non profit fondato nel 2009 che si occupa in particolare di psicologia 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 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 (TP-S) 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.

Dettagli rivista

Editore: APTI (1° maggio 2021)
Coordinatrice: Isabella Cassina
Distribuita da: APTI (Italia) e INA Play Therapy (Svizzera italiana)
Stampata in Italia, a colori, 24 pp
Lingua: italiano
ISSN: 2673-9151
www.associazioneplaytherapy.it
info@playtherapy.it

UN MESSAGGIO DALLA COORDINATRICE DELLA RIVISTA

Il 2020 è stato un anno unico nel suo genere, ha rappresentato una sfida senza precedenti per i bambini, le famiglie, i professionisti dell'età evolutiva e la società nel suo insieme. Purtroppo le complessità non sono ancora terminate e, oltre alla difficoltà ad affrontare il presente, la pandemia da Covid-19 potrebbe lasciare un segno marcato nei tempi a venire specialmente nei più piccoli.

Il ruolo dei professionisti dell'età evolutiva, insieme ad altri specialisti, è estremamente rilevante nel sostenere le famiglie ad affrontare il presente ed il futuro. Sono lieta che l'APTI possa contribuire nel diffondere metodologie altamente efficaci di Play Therapy e nel promuovere la qualità degli interventi di professionisti formati secondo determinate linee guida che sono altresì impegnati in una costante e consistente ricerca e crescita personale.

A tutti coloro che ogni giorno danno il meglio di sé nel prezioso compito di aiutare i bambini e le loro famiglie auguro ogni bene permettendomi di condividere l'estratto di un articolo del collega Claudio Mochi pubblicato lo scorso aprile 2020 su Radio Bullets:

"È inevitabile sentirsi preoccupati, irritati o furibondi. Il grande problema è rimanere in questo stato. Non esiste il fiume placido e tranquillo che possiamo percorrere senza essere attenti alle correnti, alle rocce o alle rapide. Non esiste il corso d'acqua o di vita che possiamo percorrere con il pilota automatico. Esistono invece le abilità che ci permettono di anticipare un problema o recuperare la parte del fiume meno agitata e di goderci il percorso. Possiamo quindi raffinare l'abilità di scorgere nell'orizzonte più prossimo quanto può darci noia o capire cosa ci ha precipitati nella parte più tumultuosa del fiume (...). Nel dubbio, scegliamo il divertimento al dovere. Il piacere e il divertimento ci alleggeriscono e al contempo ci aprono alle possibilità e alla capacità di apprendere cose nuove. Scegliendo di mettere da parte i programmi che ci autoimponiamo potremmo rilassarci e, paradossalmente, provare il piacere di approcciare con entusiasmo qualcosa di inesplorato o di accantonato troppo a lungo".

Isabella Cassina
MA, TP-S, PhD Candidate

CHILD-CENTERED PLAY THERAPY

La metodologia non-direttiva

di Isabella Cassina, MA, TP-S, PhD Candidate

Articolo scritto in originale per la Rivista di Play Therapy dell'Associazione Play Therapy Italia APTI, Ed. 2, 05/2021.

Come spesso accade per gli approcci che detengono una solida tradizione, ciò che oggi conosciamo come “Child-Centered Play Therapy” (Play Therapy centrata sul bambino, di seguito “CCPT”) è il risultato di una lunga evoluzione e dello sforzo di molteplici autori. Carl Rogers ha studiato e approfondito il lavoro dei terapeuti relazionali come Taft e Allen e ha “sviluppato una terapia non-direttiva che chiamò centrata sul cliente ed è oggi conosciuta come centrata sulla persona” (Landreth 2012, p.28).

Virginia Axline, sua studentessa e in seguito collega, ha il merito di aver utilizzato molte delle idee di Rogers con i clienti in età evolutiva. La studiosa americana (citata in Mochi e Cassina 2021) era convinta che il gioco fosse il mezzo naturale di autoespressione del bambino e che “in un ambiente sicuro e accettante il bambino si sviluppa e cresce verso una direzione sana” (p.79). Il lavoro innovativo di Axline e la sua condivisione dei principi (1947) ha posto le fondamenta del modello non-direttivo che si è strutturato e definito nel corso dei decenni grazie al contributo di autori successivi quali Haim Ginott, Clark Moustakas e, più recentemente, Garry Landreth e Louise Guerney.

Le versioni della metodologia CCPT attualmente diffuse e praticate sono differenti e più strutturate rispetto alla pratica pionieristica di Axline anche se ognuna di esse ne rispecchia i principi in quanto “la Child-Centered Play Therapy non è un mantello di tecniche che il Play Therapist indossa quando entra nella stanza dei giochi e si toglie quando esce, ma una filosofia che si traduce in atteggiamenti e comportamenti messi in atto nelle relazioni con i bambini. È un modo di essere (del professionista) basato sull’impegno intenzionale nei confronti di alcune convinzioni sui bambini e sulla loro capacità innata di tendere alla crescita e alla maturità” (Landreth 2012, p.37).

Ricerca in Child-Centered Play Therapy

La CCPT è l’approccio di Play Therapy più diffuso e praticato tra i Play Therapist (Landreth citato in Baggerly *et al.* 2010) con solide evidenze scientifiche. Pochi altri interventi possono vantare, infatti, il corpo di ricerche che sostiene l’efficacia di questo modello con oltre Settanta anni di studi a partire dalle prime ricerche di Axline.

Negli ultimi venti anni, periodo in cui il livello di qualità della ricerca si è elevato, la CCPT continua ad essere l’approccio di Play Therapy più studiato. Baggerly e Colledge (2010) hanno documentato che dal 2000 al



2010, fatta eccezione per l'approccio Filial Therapy, tra le 25 ricerche che sono rientrate in quelle considerate *evidence based* 24 hanno registrato un impatto positivo e, tra queste, 18 riguardavano la CCPT.

Anche in questo filone di ricerche più recente la metodologia non-direttiva ha mostrato di produrre degli esiti positivi indipendentemente dal genere e dal contesto socioculturale, sia su problematiche internalizzanti che esternalizzanti. In particolare, questi ultimi studi hanno mostrato nei clienti una diminuzione del comportamento aggressivo, delle problematiche comportamentali, della sintomatologia AD/HD, una riduzione dei comportamenti disadattivi, di ansia, depressione e isolamento sociale. Al contempo, sono stati registrati miglioramenti nel senso di competenza, autostima, abilità sociali, nel successo accademico e nella relazione

Definizione di Child-Centered Play Therapy

La CCPT è definita come “una relazione interpersonale dinamica tra un bambino e un professionista formato in metodologie di Play Therapy che fornisce materiali di gioco selezionati e facilita lo sviluppo di una relazione sicura per il bambino per esprimere pienamente ed esplorare se stesso attraverso il mezzo naturale di espressione del bambino, il gioco” (Landreth 2012, p.16).

genitore-figlio ed insegnante-studente (Baggerly *et al.* 2010).

Situazioni affrontate con la Child-Centered Play Therapy

Il delicato e complesso compito del terapeuta all'interno della “stanza speciale dei giochi” (così è denominato lo spazio che accoglie le sessioni di gioco con i bambini tendenzialmente dai 3 ai 12 anni) è quello di promuovere e consolidare un'atmosfera di completa accettazione del cliente e della sua gamma di emozioni. In un ambiente privo di giudizio, sicuro e con un numero ristretto di limiti (implementati principalmente per garantire la sicurezza del bambino e del terapeuta), il cliente è nelle condizioni di esplorare se stesso e lo spazio apprendendo con il tempo ad esprimere ed elaborare quanto gli sta a cuore. Si innesca in tal modo un processo di conoscenza, crescita e realizzazione personale e superamento della problematica.

La CCPT è uno dei modelli di intervento più utilizzato ed efficace in età evolutiva per una vasta gamma di difficoltà e, oltre a quanto già citato nella sezione dedicata alla ricerca, viene impiegato in molteplici situazioni. Tra quelle apparentemente più “semplici” consideriamo, per esempio, la nascita di un fratellino, l'inizio della scuola o un cambio di città o di classe scolastica. In questi casi l'intervento può essere proposto anche in un'ottica preventiva. Tra le circostanze particolarmente disagiati e potenzialmente traumatiche per bambini e genitori menzioniamo, a titolo di esempio, circostanze di malattia cronica e ospedalizzazione di lunga durata, divorzio conflittuale o separazione

In un ambiente privo di giudizio, sicuro e con un numero ristretto di limiti il cliente è nelle condizioni di esplorare se stesso e lo spazio apprendendo con il tempo ad esprimere ed elaborare quanto gli sta a cuore. Si innesca in tal modo un processo di conoscenza, crescita e realizzazione personale, superamento della problematica e prevenzione.

forzata della famiglia, affidamento e adozione, lutto e perdita, abuso fisico e sessuale, violenza domestica, ecc.

Abilità applicate in Child-Centered Play Therapy

Come anticipato, l'applicazione del modello non-direttivo può avere delle variazioni in base alla scuola di riferimento. Nonostante questo, tutte prevedono l'utilizzo da parte del professionista delle seguenti quattro abilità principali all'interno della stanza speciale dei giochi:



- **Strutturazione:** è intesa come l'abilità del terapeuta di regolare l'entrata e l'uscita dalla stanza. Essa stabilisce i limiti di spazio e tempo e permette di sottolineare la responsabilità del professionista all'interno della stanza e di alimentare la sensazione di sicurezza nel bambino.
- **Ascolto empatico:** è la capacità del terapeuta di mostrare comprensione ed accettazione al bambino e di dargli attenzione chiara e costante. Questa pratica alimenta la sintonia con il cliente in quanto non si limita alla descrizione dei comportamenti del bambino ma si spinge oltre all'esplicito.
- **Gioco immaginario:** il professionista potrebbe essere coinvolto in attività di gioco dal bambino ed assumere ruoli di

vario tipo a seconda del copione proposto dal cliente. Questo facilita la piena espressione del bambino e permette al terapeuta di mostrare ulteriore comprensione ed accettazione.

- **Limiti:** se tutte le emozioni del bambino devono essere accettate all'interno della stanza dei giochi, non vale lo stesso per un determinato tipo di azioni e comportamenti che il professionista dovrà essere in grado di interrompere secondo una procedura chiara e consistente. I limiti sono necessari per la tutela del bambino, del professionista e della stanza.

Le abilità brevemente descritte non sono che una parte della moltitudine di competenze ed azioni svolte dal professionista in un percorso non-direttivo (tra queste annoveriamo il

riconoscimento dei temi di gioco del bambino, l'elaborazione e il monitoraggio degli obiettivi del percorso) ma rappresentano invece il principale oggetto di studio e pratica per i genitori interessati ad integrare un percorso di formazione psicoeducativa.

Coinvolgimento dei genitori in Child-Centered Play Therapy

Personalmente (Isabella) sono solita dire tempestivamente ai genitori che più essi saranno coinvolti nel processo e più efficaci, rapidi e duraturi saranno gli effetti dell'intervento nel suo insieme. Inizialmente non sono tutti entusiasti di sentire queste parole per ragioni diverse e, in larga parte, comprensibili. Tuttavia, laddove è possibile, la partecipazione dei genitori (o *caregivers*) ha dimostrato dei risultati senza paragoni e va pertanto sollecitato. Di fatto, ben



Ben presto i genitori comprendono di essere estremamente preziosi e una gran parte di loro si apre a nuove possibilità abbracciando un mondo innovativo in cui il protagonista è il gioco.

presto i genitori comprendono di essere estremamente preziosi e una gran parte di loro si apre a nuove possibilità abbracciando un mondo innovativo in cui il protagonista è il gioco.

In CCPT i genitori sono partner del processo in misura diversa anche a seconda dell'approccio adottato dal professionista. In linea generale, è previsto il loro coinvolgimento nell'elaborazione e nel monitoraggio degli obiettivi del percorso terapeutico del figlio e la loro partecipazione ad incontri regolari di scambio e aggiornamento in merito a ciò che succede all'interno e

all'esterno della stanza dei giochi. Idealmente, una volta a settimana a seguito della sessione con il bambino.

Laddove vi è la possibilità, i genitori sono coinvolti dal professionista anche in un processo psicoeducativo per lo sviluppo di una varietà di abilità tra cui quelle menzionate più sopra. I temi degli incontri possono essere ampliati in base ai progressi del bambino, ai bisogni ed interessi dei genitori e variano dal coltivare l'importanza del gioco, apprendere tecniche ed attività specifiche da svolgere in famiglia, ad approfondimenti sull'origine, per esempio, di aggressività, ansie e fobie nei bambini.

Il gioco è uno strumento prezioso per i bambini all'interno e all'esterno della stanza di terapia ma lo è altresì per i genitori e i professionisti. Il gioco permette di veicolare sicurezza ed accettazione, di abbassare le difese e nutrire le relazioni importanti della

nostra vita, di esprimere ed elaborare preoccupazioni e paure senza sentirsi giudicati così come di gioire, divertirsi e crescere insieme.



Isabella Cassina è Social Worker specializzata in Cooperazione internazionale (MA) con una significativa esperienza in ambito umanitario. Dal 2015 è Therapeutic Play Specialist riconosciuta dall'APT. Ha ottenuto un *Certificate of Advanced Graduate Study* in Terapia con le Arti Espressive (Svizzera) e sta svolgendo un dottorato di ricerca sull'utilizzo della Play Therapy e delle modalità artistico-espressive nei contesti di crisi. È co-fondatrice dell'International Academy for Play Therapy studies and Psychosocial Projects (INA) con sede in Svizzera, formatrice e speaker internazionale sul tema Play Therapy e Coordinatrice della Rivista di Play Therapy.



Referenze

- Axline, V. (1947). Play Therapy. Cambridge, MA: Houghton Mifflin.
- Baggerly, J.N., Ray, D.C. e Bratton, S.C. (2010). Child-Centered Play Therapy Research. New Jersey: John Wiley and Sons.
- Landreth, G.L. (2012). Play Therapy: the art of the relationship. 3a Ed. New York NY: Routledge.
- Mochi, C. e Cassina, I. (2021). Introduzione alla Play Therapy. Quando il gioco è la terapia. Svizzera: INA Play Therapy Press.