



**WORLD JOURNAL FOR
SAND THERAPY PRACTICE**
PROMOTING THE ETHICAL PRACTICE OF SAND THERAPY

**Il lavoro clinico con i sandtray:
Suggerimenti per approfondire la comprensione da parte del terapeuta delle
metafore sviluppate dal cliente nella sabbia**

Eliana Gil
Gil Institute for Trauma Recovery and Education
Fairfax, VA

Translated by Isabella Cassina
International Academy for Play Therapy Studies and Psychosocial Projects
Association for Play Therapy Italia

Published with permission in APTI Play Therapy Magazine #7, 2023
Now re-published in this issue of the *World Journal for Sand Therapy Practice* in Italian.

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.

Keyword: vassoio della sabbia, sandtray therapy, metafore.

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. In effetti, ritengo che i commenti verbali sul vassoio da parte del costruttore siano affascinanti e importanti; tuttavia, il

nostro stesso lavoro clinico con il vassoio mi sembra un'area 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 contestuale a fare di più e più velocemente: prendere più clienti, 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 il proprio studio e a prepararsi per il prossimo cliente. Ciò include il rapido spostamento delle miniature dal vassoio, talvolta senza avere il tempo di assorbire l'esperienza terapeutica appena vissuta. Ho imparato presto che un rituale che accentua la chiusura di un cliente e la disponibilità emotiva per il successivo è fondamentale per evitare il burnout e per incontrare i clienti con una posizione aperta. 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. Suggerisco di trattenere e assaporare 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 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. 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.

Figura 1: Su un albero senza scala



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 la sabbia. Mentre guardavo questo primo vassoio di sabbia mi permisi 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 del vassoio 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 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, per sentirsi (o desiderare 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 piccole mani, a volte tamponando la sabbia, a volte sollevandola 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 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 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" 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, faccio abitualmente 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.



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

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, parole" mentre osservano il vassoio di fronte a loro (vedi Figura 3). Con la sabbia, riempio il vassoio di miniature per mostrare i miei pensieri e sentimenti sul 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.



Figura 3: Arte controtransferale.

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 (sia 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 e rilevante che non può ancora essere

affrontato direttamente. In altre parole, ritengo che se qualcuno potesse parlarmi esplicitamente del suo problema, lo farebbe. La metafora è un modo per connettersi con l'implicito, per raccontare senza parlare e per 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, diamo loro la possibilità di creare una metafora usando le miniature per creare una storia tangibile, un'immagine artistica e uno scenario che include informazioni essenziali sui mondi interni dei bambini.

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 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 che:

il gioco post-trauma ha maggiori possibilità di raggiungere la padronanza per i bambini quando 1) si sentono in controllo dell'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, reindirizzare la sua attenzione verso ciò che ha creato e 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.

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 significa 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 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, il gatto che guarda in avanti è un punto di ingresso, così come altri oggetti (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 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 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 mi sono consultata con una persona che ha risposto 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 ciò che ti 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 vassoio di 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 nella sabbia 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 nel vassoio:

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 Christine, basato su alcune delle domande che avevo preparato. Ho posto queste domande quando ho visto Christine 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 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: "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 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 a domande o commenti da quel punto di vista; tuttavia, era quasi sempre riluttante a fornire

informazioni su suo 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 progetto di arteterapia chiamato "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 di concentrarsi sulla creazione di un ambiente sicuro per il cervo. La bambina 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 trovarla, 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 di risorse. Il mio approccio integrato è documentato altrove (Gil, 2006; Gil, 2011), ma 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 vedere sua madre 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 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 tranquillamente una

bellissima immagine nella sabbia. Il loro vassoio aveva perline di 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.

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.