

PSYCHOMEDIA	TERAPIA NEL SETTING INDIVIDUALE <hr/> Psicoterapia con il gioco della sabbia
--------------------	---

STORIA DELLA TERAPIA CON “IL GIOCO DELLA SABBIA”

Floriana Di Giorgio

Il “Gioco della Sabbia” si lega al nome di Dora Kalff, allieva e paziente di Jung, descritta da chi l’ha conosciuta, come una figura carismatica e illuminata dalla forza del proprio Sé, che la portava ad essere vicina sia all’umano che al divino.

La Kalff derivò il “Gioco della Sabbia” dalla tecnica del “Gioco del Mondo”, creato, a Londra, dalla pediatra inglese Margaret Lowenfeld (1939) per permettere al bambino di dare espressione al proprio mondo. Dora Kalff venne a contatto con tale metodologia, frequentando per due anni (1955-1956) l’istituto di psicologia infantile della Lowenfeld e integrò il “Gioco del Mondo” in una visione teorica junghiana.

All’inizio la Kalff utilizzò il “Gioco della Sabbia” solo nell’età evolutiva, successivamente lo estese anche all’età adulta, permettendo in tal modo, anche in una fascia d’età in cui il linguaggio è pienamente strutturato, un contatto con l’esperienza ludica, rompendo così l’egemonia della parola e consentendo un’esperienza emozionale profonda, attraverso la quale anche l’adulto può regredire al gesto per elaborare gli eventi disturbanti.

Jung stesso approvò l’utilizzazione del “Gioco della Sabbia” che ne aveva fatto la Kalff. Nonostante ciò non scrisse nulla sull’argomento, ma egli stesso può essere considerato un antesignano di tale gioco, quando sulla riva del lago, vicino alla sua casa a Kusnacht, fece un gioco creativo di costruzione di case, castelli e villaggi per recuperare la sua vita creativa, dopo la dolorosa rottura con Freud (Ryce-Menuhin J., 2004).

La diffusione del “Gioco della Sabbia” si deve all’opera della sua creatrice Dora Kalff: nel 1962 portò al secondo congresso di psicologia analitica i primi risultati del “Gioco della Sabbia” con bambini e ragazzi e, nel 1966, scrisse il suo unico libro: “Il gioco della sabbia e la sua azione terapeutica sulla psiche”. *“La Kalff non aveva disponibilità a scrivere ed era restia a pubblicare le sue conferenze, in effetti privilegiava la comunicazione diretta, da cui traspariva intensità emotiva e spiritualità, difficilmente traducibili in uno scritto (Montecchi, 2012)”*. Potremo dire che, come Socrate, la Kalff privilegiava il dialogo vivo, il confronto diretto e non il fermare le parole con lo

scrivere, ciò, però, portava in sé il rischio di una perdita delle sue comunicazioni e così i suoi allievi, come Platone con Socrate, hanno trasportato i suoi insegnamenti in diverse opere che ci permettono oggi di conoscere e approfondire il “Gioco della Sabbia”.

Seguendo la sua predilezione per il dialogo, la Kalff, negli ultimi anni della sua vita formò degli psicologi interessati al “Gioco della Sabbia” e molti di loro divennero anche suoi pazienti, in quanto *“è necessario un profondo sviluppo interiore e degli insight come quelli che si possono avere in un’esperienza di analisi personale, di meditazione e di altre discipline che conducono a tali sviluppi (Kalff, 1989)”* per utilizzare e comprendere il “Gioco della Sabbia”.

Tutta la sua attività si svolgeva nella sua bellissima casa a Zollikon in Svizzera. Negli anni Ottanta presso di lei si formò un gruppo di psicoterapeuti italiani, che poi con lei diede vita, nel 1986, all’AISPT (Associazione Italiana Sand Play Therapy), nata per promuovere la diffusione del “Gioco della Sabbia” in Italia e che, negli anni successivi, ha dato vita alla scuola di specializzazione in psicoterapia con il metodo del “Gioco della Sabbia”.

L’anno prima, ossia nel 1985, era stata fondata l’ISST (International Society of Sand Play Therapy) per stabilire le regole del “Gioco della Sabbia” e promuovere la ricerca su di essa e sul processo di guarigione ad essa collegato. Tutto ciò portò ad una notevole diffusione del “Gioco della Sabbia” nel resto del mondo e, soprattutto in Europa, America e Giappone, dove venne utilizzato sia nel privato che nelle istituzioni pubbliche e nell’ambito della ricerca teorica e sperimentale.

I primi utilizzi sono stati con le nevrosi e le malattie psicosomatiche e, in seguito, con patologie diverse, quali, ad esempio, l’autismo, la psicosi e la patologia borderline. In America si è diffuso, inizialmente, in ambito privato sia per l’età evolutiva che adulta e poi è stato utilizzato anche in ambito scolastico e ospedaliero con bambini che avevano subito abusi, con gli ustionati gravi o con persone in fase terminale di vita. In Giappone è stato ed è tuttora utilizzato per una gamma estesa di psicopatologie. In Italia le prime esperienze iniziarono negli anni ‘60 sia per i bambini che per gli adulti e con il tempo è stato utilizzato anche come strumento diagnostico e prognostico per diverse psicopatologie. Tuttora continuano le ricerche nell’ambito del “Gioco della Sabbia” nelle diverse parti del mondo e sono aumentati gli ambiti applicativi, ovviamente in ogni luogo, il gioco è stato influenzato anche dalle specifiche caratteristiche culturali.

Come mai il “Gioco della Sabbia” ha avuto una tale diffusione?

Oltre a pensare ai benefici che l’utilizzo di tale strumento permette, tutto ciò mi porta a pensare alla sabbia e al suo significato collettivo.

La sabbia, materiale disponibile e accogliente, ha una grande attrattiva innata sia sui bambini che sugli adulti e ciò la collega al suo valore archetipico di madre terra. Come la madre terra, infatti, la sabbia ha una notevole capacità di risposta, i segni impressi su di essa rimandano al giocatore delle

risposte diverse, anche in base al suo essere asciutta o bagnata; anche i segni violenti e distruttivi, trovano risposta in essa e possono essere espressi senza distruggere o far scomparire la sabbia.

In natura la sabbia nasce da secoli di logoramento e polverizzazione delle rocce ed è formata da un'infinità di granelli, che, nel loro insieme, al tatto danno un senso di morbidezza e cedevolezza. La sabbia crea le spiagge, al confine tra la terra, radice dell'umano e il mare, come inconscio collettivo, e i deserti, luoghi simbolo di un percorso interiore.

Tutto ciò che viene creato con la sabbia svanisce, cambia forma, è soggetto alle trasformazioni provocate dal vento, dall'acqua, dai passi che la percorrono. Per tali motivi è l'emblema degli effetti del tempo e delle influenze esterne, ma, nello stesso tempo, anche della resistenza e dell'adattabilità.

Di sabbia, colorata con pigmenti naturali, sono fatti i mandala tibetani, i quali, una volta costruiti, con concentrazione e contemplazione, vengono distrutti spazzando al vento la sabbia, rappresentando così simbolicamente un ciclo costante di nascita, morte e rinascita.



Nello stesso modo, le sabbie fatte dai giocatori attraverso la terapia con il “Gioco della Sabbia”, una volta fotografate, vengono poi distrutte, ma, come il mandala con questo gesto non si scalfisce il loro valore intrinseco, ma anzi si dà all'immagine creata un elevato valore simbolico, fondamentale per la vita dell'individuo e portatore d'istanze non solo personali, ma anche collettive.

BIBLIOGRAFIA

Kalff D. (1966), *“Il gioco della sabbia e la sua azione terapeutica sulla psiche”*, Edizioni OS, Firenze

Kalff D. (1989), *“Alcune domande a Dora Kalff, intervista a cura di Aite P.”*, in *Rivista di Psicologia Analitica*, 39.

Jung C.G. (a cura di A. Jaffè) (1978), *Ricordi, sogni, riflessioni*, Rizzoli, Milano

Montecchi F., *“...e se guardasse anche dall'altra parte?”* in *“L'analisi con il gioco della sabbia- Dall'incontro con Dora Kalff allo sviluppo teorico della Sandplay therapy”* a cura di Rocco P.;

Sampaolo A., Franco Angeli, Milano

Ryce-Menuhin J. (2004), *“Il gioco della sabbia. La terapia delle meraviglie”*, Ed. Scientifiche Ma.Gi, Roma