

Tra gioco e sofferenza

Marco Garzonio, Milano

È un paradosso esprimere con le parole alcune riflessioni su un metodo di terapia non verbale. Ancora più imbarazzante può risultare il tentativo di cercare concetti (*cum-capio*: prendere, raccogliere, contenere) capaci di dare l'idea di un procedere che, invece, risulta iscritto nell'orizzonte della libertà d'espressione, dell'invenzione, della creatività. Ma ogni Scilla contiene in sé il suo Cariddi. E il rischio, o la paura, anche della sola attività descrittiva potrebbe condurre in quelle sabbie mobili degli «ismi», dove si fa incerto il confine fra pratica analitica ispirata a salde radici teoriche e la suggestione un po' esoterica di uno junghismo che, non si sa bene perché, dovrebbe considerare con insofferenza ogni tentativo di dare sistemazione scientifica e clinica ai contenuti della psicologia del profondo.

Dora M. Kalff ha lasciato pochi contributi teorici sulla *Sandplay Therapy* da lei fondata. Circostanza, questa, che ha indotto qualcuno a conclusioni un po' frettolose, quando non maligne, come se il metodo non possedesse sufficienti basi teorico-cliniche, o fosse così intimamente legato al carisma personale e terapeutico della sua ideatrice da disperdere o annacquare le proprie potenzialità di impiego e di cura con la scomparsa della stessa signora Kalff o, comunque, con il diffondersi e l'affermarsi in varie parti del mondo dei terapeuti che potremmo dire di seconda generazione, cioè di coloro che non hanno

avuto la fortuna di apprendere il procedimento dalla relazione personale diretta e dal lavoro a Zollikon, nella quiete di Hinter Zùnen, al numero 8.

A parte molte, interessanti considerazioni sul post-Kalff, che potrebbero costituire tema di ulteriore approfondimento in altra occasione, credo che il numero limitato di contributi teorico-clinici lasciati dalla fondatrice del metodo possa indurre due ordini di riflessioni. La prima attiene la gran quantità di spazi che si schiudono allo studio, proprio perché del *Sandplay* sono stati fissati i fondamenti clinici e la metodica e non quelle prescrizioni rigide che spesso portano un'intuizione teorico-terapeutica all'asfissia e alla sterilità, e quindi all'eclissi. La seconda riflessione riguarda la natura stessa del lavoro con la sabbia. Proprio perché fondato sulla creatività, sul gioco, esso, paradossalmente, risulta molto meno di quanto si possa superficialmente ritenere affidato al «caso», all'improvvisazione, al soggettivismo del singolo terapeuta, a una potenziale «deregulation».

A questo proposito basterebbe pensare a tutto il retroterra scientifico e psicologico sul gioco peculiarmente considerato. E a quanto esso rappresenti la metafora per eccellenza di due capisaldi della ricerca analitica: l'Io (dalla struttura di questo, alle sue funzioni, sino al rapporto con il Sé) e la relazione.

Seppure per cenni, è sufficiente sottolineare che non appartiene certo a una concezione corretta della dinamica psichica stabilire un'equazione stretta fra gioco e pulsione tout court, tra affidamento, o abbandono, a un'attività ludica e resa della coscienza. L'espressione umana, prima ancora dell'approfondimento psicologico e della lettura simbolica di comportamenti ed eventi, dimostra come il gioco non sia affatto disordine, caos, dilagare di energie in modo sfrenato, fuori di ogni possibile consapevolezza o di un plausibile, ragionevole controllo. La lingua corrente è ricca di espressioni che aiutano a comprendere: basta sottolineare tutte le locuzioni che ruotano attorno a «le regole del gioco», da rispettare nei tempi, nei modi, nelle circostanze, nelle disposizioni, perché gioco si possa avere, perché la partecipazione individuale possa arrivare ad esprimere anche un contatto, un consen-

so, un'adesione capaci di condurre a una relazione tra soggetti.

Insomma, il gioco è disciplina, è istanza rigorosa, esigente, esprime la capacità di raccogliere e di ordinare istanze forti e diverse. Quanto più il giocatore rispetta le «regole», tanto più egli è in grado di dare voce e forma alla propria creatività, all'interpretazione individuale, soggettiva, originale, irripetibile. Le regole non mortificano l'uomo: gli offrono, anzi, i paletti e i segnali attraverso cui egli può procedere nel cammino individuativo, misurandosi (e affrancandosi) di continuo con l'indistinto, il caos, la confusione.

Certo, giocare rappresenta un significativo sacrificio (nel significato autentico di *sacrum tacere*) dell'Io. Perché, giocando, l'Io si trova a dover venire a patti con le proprie pretese e a concedere spazi inaspettati alla manifestazione del Sé. Nel momento in cui l'individuo accetta di giocare, avverte alcuni dei propri limiti. Primo fra tutti: l'impossibilità di tenere a lungo, saldamente sotto controllo tutto: se stesso, chi gli sta vicino, il mondo attorno.

Anche a questo proposito viene in soccorso il lessico corrente, con tutte le espressioni che sottendono una realtà e una dinamica psichica complessa: uno si mette in gioco, quando accetta di relazionarsi; sta al gioco, nel momento in cui vede che non è per lui distruttivo entrare in un rapporto; fa il proprio gioco, in quanto riferisce a sé le dinamiche esterne o sottomette a pretese egoiche istanze inferiori.

Nel *Sandplay* si possono cogliere le dinamiche relazionali del gioco o nel gioco, in un succedersi di modi che possono essere articolati secondo alcune categorie, facilmente riscontrabili nella pratica analitica. È così possibile osservare come l'individuo si prepara al lavoro con la sabbia, in uno spettro amplissimo di modalità, dall'aspettativa suggerita da volontà di controllo, sino all'affidamento. È peraltro significativa la verifica di un secondo momento o aspetto: che cosa il paziente dice di provare o di aver provato nel corso del lavoro con la sabbia (affermazioni qualche volta riferite spontaneamente, in altre occasioni frutto di risposta alla domanda «vuole dire qualche cosa?» sull'immagine realizzata). Spesso si tratta,

per l'analista, di aspetti di transfert e di controtransfert da gestire durante la seduta. Infine, v'è una terza considerazione, utile da fare, su associazioni o evocazioni indotte dal gioco, o da immagini particolari, o da singoli oggetti, molte volte compresi tra la memoria e la nostalgia, che suggeriscono all'analista spunti di transfert o di controtransfert da rielaborare ex post.

Prendiamo le mosse dal primo ordine di considerazioni. Vi sono pazienti i quali arrivano alla sabbiera avendo bene in testa l'immagine che intendono realizzare. «Venendo qua avevo l'idea di una conchiglia. L'ho fatta. Mi piace». E in effetti la signora che ha modellato nella terra bagnata una valva aperta, grande quasi quanto la cassetta, al cui interno ha posto una gran quantità di perle, non ha avuto esitazioni nel predisporre al suo lavoro. Tipo di sensazione, dotata di notevole capacità manuale, qua-rant'anni, la paziente in quella seduta ha cambiato un po' gioco. Quasi sempre, in passato, anche quando era lei a chiedere di fare la sabbia (l'analisi è mista: verbale e non verbale), plasmando talvolta figure di notevole impatto emotivo, la signora passava i primi momenti a ripetere, quasi ritualmente, frasi del tipo «Non so che fare», «Non mi viene nulla», «Chissà che cosa vorrà dire». L'immagine della conchiglia e la determinazione nel realizzarla è comparsa dopo qualche seduta in cui si è cominciato a parlare della possibile fine dell'analisi.

Frequente è il caso di pazienti i quali accarezzano a lungo immagini, che però gli si cambiano lungo il percorso. Al termine della seduta, una giovane donna di trent'anni spiegava con queste parole: «Mi era rimasto in mente il castello che lei ha là. Pensavo che avrei fatto un assalto ai Crociati. Poi ho visto gli alberi: ne è uscito un paesaggio. Non certo d'assalto». In effetti, la scena appariva molto *country*, evocativa semmai di un clima inglese. La paziente, tipo di pensiero, molto controllata, una madre iperinvasiva e un padre poco significativo, nella sabbia ha riprodotto quasi sempre scenari molto convenzionali, riferiti spesso a momenti dell'anno o a episodi della sua vita (la vacanza, la spiaggia dove andava da piccola, la festa di compleanno, il lavoro). Dopo un paio d'anni di analisi, con alternanza di esame di sogni e vissuti e di Sandplay,

enuncia il conflitto, ma ancora non le riesce il gioco del coinvolgimento e della dialettica.

L'affidamento *aii' hic et nunc* della sabbia è esperienza frequentemente annunciata. Ma concorrono modalità diverse di tale atteggiamento. «Quando ho incominciato non avevo la più pallida idea di che cosa avrei fatto. S'è formato mentre lo facevo». Non c'è motivo per non credere alla paziente, una giovane donna di poco più di trent'anni, molto razionale, con dichiarate gravi difficoltà di relazione con gli uomini e un pessimo rapporto col suo essere donna ancora tutto da verificare. Soltanto che l'immagine, poco lavorata e toccata appena in superficie, somigliante al dorso di una conchiglia parecchio allungata e stretta, chiusa, è decorata da tessere di mosaico, biglie di vetro, legni da costruzione lunghi e a forma di parallelepipedo. Decisamente meno preda delle astrazioni e senz'altro più divertita, una signora di quasi quant'anni che dichiara: «Mi sento spontanea, qui. Prendo le cose che mi attirano al momento». Insegnante, guai col marito, ma la forza di stare prima da sola (poi con un altro uomo) resistendo alla tentazione di tornare dalla madre pronta a ospitarla ma, anche, a rinfacciarle il suo fallimento, la paziente in effetti presenta un'attitudine di pensiero poco sviluppata e ha sofferto tutta la vita tale modalità come un *handicap* (almeno così glielo hanno fatto vivere e pesare in famiglia). Non si è mai legittimata, come una donna che poteva essere così come si sarebbe sentita dentro: con un valore non intellettuale, ma molto femminile. Infine, nella gamma di chi si affida all'*wc et nunc* della sabbia, v'è chi riesce a stabilire un rapporto ottimale con il gioco. «No, soltanto il piacere», rispondeva un uomo di poco più di quarant'anni alla domanda «vuole dire qualche cosa?». La scena, ricca di oggetti (sassi a mo' di colline, resti archeologici, piccoli cocci porta acqua, case in lontananza), di personaggi maschili e femminili appartenenti alla vita di tutti i giorni, di verde, sembrava in realtà proporre un paesaggio surreale, in un'atmosfera quasi ovattata e sfumata, da sogno. Dirigente industriale, una fondamentale pigrizia nel rapporto con le donne, competente e abile nelle tecnologie, nella sabbia ha trovato finalmente le radici con la natura. Gli ci volle

un sogno, un paio d'anni fa (prima guardava con sufficienza il Sandplay): una vecchietta che di sorpresa, prendendolo assolutamente alla sprovvista, gli buttava in faccia una secchiata di terra, mentre con il suo vespino (simbolo della sua autosufficienza) se ne andava, in salita, lungo la via principale di un antico borgo.

Veniamo alla tematica successiva. La riflessione su quanto il paziente dichiara mentre è alla sabbiera o riferisce alla fine, descrivendo il vissuto mentre lavora aiuta a illuminare alcuni aspetti fondamentali del Sandplay: dalla relazione con la sabbiera e con gli oggetti, sino ai moti di transfert nei confronti del terapeuta (a volte esplicitati, ma molto più spesso espressi in modo mediato, parlando dei singoli materiali impiegati, o delle situazioni, o degli stati d'animo).

«Cercavo qualcosa. Ho avuto dei momenti di vuoto. Quasi di panico. Ho aspettato. Adesso che l'ho fatto, mi comunica qualcosa. Anche se non so esattamente cosa». Le mani nella sabbia dopo circa un anno (nel frattempo l'analisi proseguiva sul piano verbale, con una messe notevole di sogni), passati da poco i 35 anni, un lavoro creativo nel mondo dei *media*, tipo di pensiero, il paziente ha realizzato un'immagine, diciamo così «silvestre», nella quale spiccano un Adamo e una Èva, i quali, di lontano, è come se conducessero un gioco di reciproci approcci. La plasticità dello scenario contrasta con il volto contratto e la tensione palpabile nella figura intera che si muove per la stanza, tra gli scaffali, con i gesti incerti prendendo e riponendo spesso gli oggetti, con i frequenti sguardi di sottocchi all'analista per verificare se sta seguendo davvero con attenzione il gioco.

Qualche settimana dopo lo stesso paziente dirà al termine di una seduta: «Ho lavorato fluidamente, senza ostacoli, lasciandomi guidare dalla strada, dal percorso. Anche molto dall'istinto. E dalla necessità degli elementi - l'acqua, le rocce, il legno - più che da immagini precise». E la volta successiva, esprimendo una sorta di moto ciclico nel suo procedere: «Ho avuto voglia di maneggiare delle cose, di avere un contatto manuale. Ho provato anche un momento di vuoto, di confusione, chiedendomi 'E adesso che faccio?' Ma sentivo la voglia. Ho prosegui-

to. Perché no? Allora s'è formato lo spazio, l'ambiente, un bisogno molto forte di uno spazio».

«No, non ho nulla da dire. Solo che ho usato tutte le cose che amo di più qua dentro. Mi sembra che ci siano ceste da cui io posso prendere. C'è abbondanza. E ciò contrasta un po' con il mio stato d'animo». La paziente, 38 anni, in effetti non impiega quasi mai statuine, ma oggetti «preziosi»: perle, collane, biglie di vetro, conchiglie, tessere di mosaico. Le sue immagini sono una sintesi inusitata di manipolazione della sabbia e capacità di decoro espresse attraverso il ricorso a una gamma sostanzialmente ristretta di oggetti («le cose che amo di più qua dentro»). Una vita sentimentale deludente («non sono capace di amare, di dare»), cerca spesso di relazionarsi con quegli atteggiamenti rivendicazionisti, regressivi, di chi dichiara continuamente d'aver bisogno di soccorso, di aiuto, mettendo talvolta a dura prova la pazienza dell'analista. La sabbiera si direbbe che assurge nella sua esperienza a «spazio transizionale».

Infine, nel riferire l'esperienza nel gioco e con il gioco, i pazienti possono rivivere momenti di acuta sofferenza, che «mettono in gioco» l'analista ponendogli significativi e forti elementi transferali da valutare con molta cura e vigile attenzione nella conduzione della terapia. Due momenti, riferiti a due casi, di un uomo e di una donna, aiuteranno a comprendere delicatezza, profondità, coinvolgimento e, forse, almeno in una certa misura, rischio del gioco.

«Vedendo questo motoscafo, m'è venuto di riprodurre la mia infanzia, al mare». È un giovane di quasi trent'anni. Fa una spiaggia, abbastanza realistica, tra oggetti e personaggi. E, poi, quel motoscafo, insieme simbolo del potere, della riuscita economica, del riconoscimento collettivo, della capacità di svago di suo padre, morto una decina d'anni prima. Un genitore ingombrante, vagheggiato e fuggito, imitato e tradito, rinnegato nell'immagine sociale (che anche il figlio avrebbe dovuto seguire) attraverso la felice realizzazione di una professionalità autonoma lontano da casa, eppure figura sempre lì presente, incumbente a giudicare sia sugli esiti lavorativi, sia sulle capacità di conquista delle donne. Ecco che, poco dopo,

la scena familiare e, tutto sommato, pacificante del mare si tramuta in un ambiente dalle tonalità affettive ben più inquietanti. Le emozioni descritte dal paziente davanti all'immagine valgono più di ogni illustrazione: «Ho vissuto come identificativo questo qua (*indica la figura di un boscaiolo, che brandisce una scure*): la voglia di spaccare tutto. Poi, gli animali (*che popolano la cassetta*), per i quali nella realtà provo schifo, rifiuto; qui: i serpenti, i topi». La volta successiva il paziente vuole parlare: dice che preferisce raccontare e vedere i sogni. L'analisi andrà avanti per qualche mese senza toccare la sabbia. La richiesta è di accoglienza e di pazienza. I progressi ci sono, anche nella vita di tutti i giorni, nella capacità di stabilire, reggere bene e arricchire relazioni. L'esperienza forte del gioco si sente che è lì, presente e sottesa. Quando sarà l'ora, tornerà anche il suo esercizio pratico. Racconta una donna nella seduta successiva alla prima sabbia: «Quando sono uscita di qui stavo male (*lungo silenzio, in risposta alla domanda 'Vuole dare parole a quel malessere?'*). Forse perché mi è venuta in mente mia madre. Da bambina non mi lasciava mai andare al mare dove c'era la sabbia. Non voleva. (*Lungo silenzio*). Forse perché non voleva che mi sporcassi». La paziente aveva realizzato una scena che colpiva: al centro aveva costruito una sorta di tempietto, sul frontone del quale campeggiava un monile di vetro azzurro con un punto nero al centro che presentava tutte le sembianze di un occhio. In cima stava una civetta. Sul retro del tempio aveva posto un pozzo, nei pressi del quale sembrava che si avvicinasse la statua di una ragazza greca: si potrebbe dire una Kore. Già erano emersi i pesanti rapporti della paziente, ancorché quarantenne, con il clan di origine; un dissidio culturale e sociale trascinato negli anni, che rischiava di mettere in crisi anche il suo matrimonio. Ma dopo quella sabbia esplose il dolore per una creatività inseguita sin da piccola, ma sempre rifiutata e riprovata, come manifestazione di indipendenza e di originalità rispetto al sociale, alle convenienze, alle regole. Tanto che la paziente era arrivata a non riconoscerla più neanche dentro di sé come elemento possibile di riscatto, di affrancamento, di affermazione. Anzi, sarebbe emerso in

seguito un atteggiamento quasi autopunitivo, persecutorio, espiativo, che stava conducendo la donna sulla strada di un vissuto di sconfitta e di una dolorosa depressione. L'analisi si prospettava ora come forse l'ultima possibilità di mettersi in gioco, con un vissuto, però, di pena e di sfiducia sulle possibilità reali e sugli esiti; come se, dopo tutte le prove della vita, fosse difficile ormai accostare o almeno soltanto fantasticare, quella giovane Kore presso il pozzo. Della bipolarità del simbolo, per riproporre l'efficace immagine presente nel pensiero di Jung, la paziente era abituata a vedere soltanto la parte stregghesca, negativa, divorante, distruttiva. Anzi, rischiava addirittura di identificarsi con essa, in modo disperante e autodistruttivo. Non l'avevano mai lasciata essere fanciulla, tanto da far sorgere la domanda se avrebbe mai potuto recuperare lo spirito della giovinezza, la voglia di vivere e di esprimersi, che pur doveva avere da qualche parte, visto che era riuscita a bussare alla porta dell'analista. Un analista che le avevano segnalato, perché praticava anche la terapia della sabbia. Quella sabbia che la madre non le aveva lasciato toccare e che l'analista le aveva invece offerto, senza nulla sapere e senza che lei avesse coscienza di dirgli nulla prima. Prima di entrare insieme nel gioco, nella sofferenza, nel mistero della creatività, che è molto difficile arrivare a concettualizzare, come si diceva all'inizio, ma che si può e si deve raccontare. Sulle storie si fonda la teoria analitica. Anche nella *Sand-play Therapy* ideata, sulla scia di Jung, da Dora M. Kalf, che, a chi l'ha conosciuta e con lei ha condiviso un pezzetto di strada, tocca di tenere viva, di approfondire, di portare avanti.