

FrancoAngeli

IPNOSI E IPNOTERAPIA

Collana diretta da Camillo Loriedo

Storytelling

Storie terapeutiche
per aiutare bambini e genitori
ad aiutarsi

A cura di
Maria Laura Fasciana



Comitato scientifico

*Antonella Bianchi di Castelbianco, Consuelo Casula,
Giuseppe De Benedittis, Giuseppe Ducci, Mario Marazzi, Luisa Martini,
Brigitte Stubner, Wilma Trasarti Sponti, Bernhard Trenkle,
Camillo Valerio, Johan Vanderlinden, Rolando Weilbacher, Jeffrey K. Zeig*

I titoli della collana sono sottoposti a referaggio

Lo sviluppo storico della maggior parte delle psicoterapie trae origine diretta o indiretta dall'ipnosi e, nell'evoluzione dell'ipnosi, è possibile rintracciare una matrice comune a molte altre psicoterapie: la graduale trasformazione in un processo naturale, capace di rispettare le qualità umane dell'individuo e di restituirgli la forza delle sue stesse risorse.

La Nuova Ipnosi, dopo secoli di convinzioni mistiche e di presunti poteri fondati su suggestioni, autorità e carisma, tende ad affermarsi come una condizione naturale diffusa, che può presentarsi spontaneamente nell'arco della giornata. Questa common everyday trance evidenziata da Milton Erickson, e già descritta da Pierre Janet, si avvicenda e si integra con lo stato di veglia, attraverso una gamma di gradazioni intermedie.

Oltre che sulla concezione naturalistica dello stato di trance, l'ipnoterapia attuale si fonda sui principi ericksoniani della utilizzazione e del tailoring e non propone più l'ipnotista come figura autoritaria e carismatica, ma come osservatore attento ed interessato che si impegna soprattutto a riconoscere, utilizzare e rispettare le caratteristiche del soggetto che, a sua volta, non è più passivo e sottomesso.

Nella pratica clinica dell'ipnosi di oggi, le tecniche efficaci e l'abilità comunicativa assumono grande valore, ma solo in quanto strumento al servizio del rapporto: una relazione terapeutica profonda, selettiva e reciproca, di cui stiamo iniziando a conoscere le solide fondamenta neurofisiologiche, grazie alle importanti scoperte delle Neuroscienze.

Questa Collana vuole essere uno strumento di conoscenza della Nuova Ipnosi e del suo ruolo nel contesto delle nuove psicoterapie, ospitando contributi e autori che, in tale ambito, si distinguono per la qualità del metodo e per l'innovatività dei contenuti. Per esplorare prassi, tecniche e problematiche relative all'utilizzazione dell'ipnosi, ed in particolare della ipnoterapia ericksoniana, verrà adottato un taglio eminentemente pratico, soprattutto attraverso illustrazioni e suggerimenti clinici, che possano risultare ben comprensibili al principiante e al tempo stesso di aiuto al terapeuta esperto.

I lettori che desiderano informarsi sui libri e le riviste da noi pubblicati possono consultare il nostro sito Internet: www.francoangeli.it e iscriversi nella home page al servizio "Informatemi" per ricevere via e.mail le segnalazioni delle novità.

Storytelling

Storie terapeutiche
per aiutare bambini e genitori
ad aiutarsi

A cura di

Maria Laura Fasciana

FrancoAngeli

IPNOSI E IPNOTERAPIA

Traduzione di Antonella Bianchi di Castelbianco
In copertina: illustrazione di Arianna Papini, *Drago*, realizzato per la Biblioteca
San Giorgio a Pistoia. Copyright © Arianna Papini

Copyright © 2014 by FrancoAngeli s.r.l., Milano, Italy.

*L'opera, comprese tutte le sue parti, è tutelata dalla legge sul diritto d'autore.
L'Utente nel momento in cui effettua il download dell'opera accetta tutte le
condizioni della licenza d'uso dell'opera previste e comunicate sul sito
www.francoangeli.it.*

“Le favole non dicono ai bambini che i draghi esistono
perché questo i bambini lo sanno già. Le favole dicono ai bambini
che i draghi possono essere sconfitti...
... o *addomesticati*”^{*}.
Gilbert Keith Chesterton

* Il corsivo è del curatore.

Indice

Ringraziamenti	pag.	11
Prefazione , di <i>Jeffrey K. Zeig</i>	»	13
Introduzione	»	15
1. Una storia di fantasmi per guarire: come scoprire, sviluppare e utilizzare in terapia le metafore del bambino , di <i>George W. Burns</i>	»	19
1. Le metafore generate dal cliente	»	21
2. I racconti terapeutici basati sulla collaborazione	»	24
3. I racconti terapeutici inventati dal bambino	»	25
Ringraziamenti	»	28
Bibliografia	»	28
2. Come utilizzare le storie per aiutare il bambino ad aiutare se stesso , di <i>Linda Thomson</i>	»	31
Bibliografia	»	42
Riferimenti bibliografici	»	42
3. StoryPlay: ri-svegliare il bambino interiore e la sua resilienza , di <i>Joyce C. Mills</i>	»	43
1. L'albero del Milo: una storia di resilienza offerta dalla natura	»	43
2. Le sei radici dello StoryPlay	»	46
2.1. Gli altri rami dell'albero StoryPlay	»	48
3. La "Ciotola di Luce": un racconto tradizionale di speranza, guarigione e resilienza	»	50

4. I dodici elementi essenziali della StoryPlay	pag.	51
5. Le suggestioni indirette: aprire la via alla resilienza in terapia	»	52
6. Come creare una “Ciotola di Luce”: una storia per riconnettersi alla resilienza dopo un trauma	»	56
6.1. Attività artistiche metaforiche	»	56
7. La domanda e il dono	»	56
Bibliografia	»	57
4. Terapia di impatto: come aiutare i bambini utilizzando le loro stesse strategie , di <i>Danie Beaulieu</i>	»	59
1. Un po’ di storia	»	60
2. Parlare il linguaggio del cervello	»	60
2.1. Stimolare i sensi	»	61
2.2. Divertiamoci!	»	62
2.3. Suscitare emozioni	»	64
2.4. Aumentare l’interesse	»	65
2.5. Lasciare con il fiato sospeso	»	67
3. Tempo di raccolta	»	71
4. Conclusioni	»	71
Riferimenti bibliografici	»	72
5. Storie per genitori e bambini: come stimolare le famiglie a risolvere i problemi in modo autonomo e creativo , di <i>Ben Furman</i>	»	73
1. Gli incubi di Nigel	»	73
1.1. Gli incubi: cosa sono e come aiutare i bambini a liberarsene	»	77
2. Linda doma la sua tigre	»	79
2.1. Le crisi di collera: cosa sono e come aiutare il bambino a superarle	»	83
Riferimenti bibliografici	»	86
6. “Una volta ho conosciuto un bambino...”: come utilizzare le storie del paziente per aiutare i bambini e gli adolescenti a controllare il mal di testa con l’autoipnosi , di <i>Daniel P. Kohen</i>	»	87
1. Breve sommario	»	87
2. Introduzione	»	87
3. Avvertenza	»	89

4. Il valore del racconto	pag. 89
5. L'importanza delle PROPRIE storie	» 90
5.1. "Una volta ho conosciuto un bambino..."	» 91
5.2. Gli ingredienti dell'intervento: Rapport-Rapport – Rapport & Storie – Storie-Storie	» 93
6. Presentare l'ipnosi/parlare dell'ipnosi	» 96
6.1. L'intervento – Le storie	» 98
6.2. L'esperienza delle storie: insegnare e imparare l'ipnosi e l'autoipnosi	» 98
6.3. Suggestioni terapeutiche/Utilizzazioni delle storie	» 102
7. Le storie	» 102
7.1. Le storie di altri bambini	» 103
8. Conclusioni	» 107
Bibliografia	» 107
7. Aneddoti e fiabe per la terapia dei disturbi più comuni in età pediatrica, di Jeffrey Lazarus	» 111
1. Introduzione	» 111
2. Metafore per l'enuresi notturna	» 111
2.1. La metafora dell'elefante (per l'enuresi notturna)	» 112
2.2. Altre metafore per l'enuresi	» 112
3. Metafore per i tic e per altri problemi di comportamento	» 113
4. Metafore per ricordare ai pazienti di praticare l'autoipnosi più spesso, in particolare se non lo fanno abbastanza	» 114
4.1. La metafora del castoro (per praticare più spesso l'autoipnosi)	» 114
4.2. La metafora della giocatrice di calcio (per praticare più spesso l'autoipnosi)	» 115
5. Aumentare la motivazione	» 116
5.1. La metafora del prato	» 116
6. I bambini che si arrampicano sugli alberi. Una profezia che si auto-avvera	» 117
7. Conclusioni	» 118
Bibliografia	» 118
8. Metafore ipnotiche conversazionali: come "mettere a punto" insieme al paziente i suoi meccanismi di autoregolazione, di Pamela Kaiser	» 119
1. Metafore ipnotiche conversazionali	» 119

2. Le metafore generate dal terapeuta	pag. 120
3. Le metafore generate dal cliente	» 120
4. I vantaggi delle metafore conversazionali in ipnosi	» 121
4.1. Partecipare a una conversazione metaforica: considerazioni sullo sviluppo infantile	» 122
4.2. Partecipare a una conversazione metaforica: indicazioni cliniche	» 123
4.3. Come intensificare la trance naturalistica spontanea del bambino attraverso un approccio conversazionale	» 123
4.4. Utilizzare ed estendere il linguaggio metaforico del bambino	» 124
5. Un caso clinico: le informazioni di base	» 124
5.1. Trascrizione della conversazione ipnotico-metaforica	» 126
5.2. Riassunto della trascrizione	» 132
6. Conclusioni	» 133
Bibliografia	» 134
9. Allestire la scenografia: come preparare il terreno per l'intervento con i bambini e gli adolescenti balbuzienti, <i>di Bernard Trenkle</i>	» 137
1. Allestire la scenografia per l'intervento	» 138
1.1. Annennette Cicicciona	» 138
2. Come rendere più veloce la terapia di Van Ripper usando le storie	» 141
Riferimenti bibliografici	» 145
10. "Il gatto liquido" e altre storie: come risolvere il disagio infantile aiutando i bambini ad aiutare se stessi, <i>di Maria Laura Fasciana</i>	» 147
1. Il coinvolgimento dei genitori	» 148
2. Storie della mia storia	» 150
3. Le storie in psicoterapia	» 153
4. Conclusioni	» 164
Bibliografia	» 165
Riferimenti bibliografici	» 166
Gli autori	» 167

Ringraziamenti

Ringrazio i miei piccoli pazienti e i loro genitori ricchi di creatività e ingegno, che con le loro storie e i disegni hanno contribuito attivamente a questa pubblicazione.

Un grazie agli autori per il garbo e la disponibilità con cui hanno affrontato questo impegno.

Grazie di cuore a Jeffrey Zeig per la prefazione e per la sua sempre grande generosità nel dare un suo contributo e nell'offrire preziose suggestioni.

Grazie anche alla mia collega Antonella Bianchi di Castelbianco che ha tradotto i testi di questo volume con grande competenza ed è stata una generosa e attenta interlocutrice per un proficuo scambio di idee.

Grazie ad Andrea che con la sua fervida immaginazione e la sua vivace curiosità, mi ha sempre incoraggiata ad inventare, raccontare e ascoltare...

Grazie a Camillo che quando parla o racconta una storia sa accendere come nessuno la mia immaginazione.

Grazie a mio padre e a mia madre per le belle storie che mi hanno raccontato.

Prefazione

di *Jeffrey K. Zeig**

È un grande onore per me poter scrivere questa prefazione. Maria Laura Fasciana ha riunito in questo volume le voci di diversi esperti, che ci accompagnano alla scoperta delle molteplici modalità di utilizzazione delle storie, delle metafore e dell'ipnosi nella psicoterapia con i bambini.

La profondità e la varietà dei contributi mettono in luce le grandi potenzialità di questo approccio e offrono a qualsiasi terapeuta, a prescindere dal suo livello di esperienza, degli strumenti preziosi per migliorare l'efficacia dei propri interventi. Cosa forse ancora più importante, questo lavoro rappresenta un potente antidoto al rischio di burnout: i vari capitoli, infatti, stimolano il lettore a sviluppare gioiosamente la propria creatività per potenziare le risorse dei giovani pazienti e offrono numerose dimostrazioni di come terapeuti e bambini possano costruire insieme le "storie che curano".

Il filo conduttore, che lega i diversi contributi, è l'enfasi posta sull'approccio esperienziale. Il cambiamento terapeutico avviene grazie all'esperienza vissuta e non alle informazioni che il paziente riceve. Il cuore umano è progettato per rispondere alle esperienze, la testa all'informazione. Se l'obiettivo è quello di modificare l'umore, la percezione e le risposte fisiologiche, l'approccio esperienziale è la strada maestra: se lo scopo invece è imparare la matematica o le scienze, dovremo fornire piuttosto informazioni didattiche.

Il mio mentore, Milton Erickson, è stato definito il padre della moderna ipnosi medica. Io lo considero la quintessenza del terapeuta esperienziale. Il dott. Erickson usava l'ipnosi formale solo nel 15% dei casi, ma nel 100% applicava l'approccio esperienziale. Raramente utilizzava il metodo didattico e solo occasionalmente poteva impiegare quello che oggi l'approccio

* Ph.D, Director – The Milton H. Erickson Foundation.

cognitivo-comportamentale definirebbe “skills training”. L’ipnosi era solo uno dei molti metodi esperienziali di cui si serviva, che includevano anche storie, metafore, indovinelli, giochi, compiti, poesie, prescrizioni simboliche, paradossi e livelli multipli di comunicazione.

La terapia, per definizione, può essere considerata una drammatizzazione simbolica, basata su un assunto fondamentale: “Vivere questa esperienza ti renderà diverso!”. Il dott. Erickson faceva esattamente questo: poteva strutturare un’intera seduta concatenando molteplici interventi esperienziali, rifuggendo da qualsiasi tipo di spiegazione didattica. Era il più radicale di tutti i terapeuti esperienziali e solo di rado forniva informazioni, perché riteneva che queste potessero essere reperite nei libri.

Un aspetto implicito dell’approccio esperienziale è la comunicazione indiretta, un metodo piuttosto controverso, in cui dott. Erickson eccelleva. Più che una tecnica, preferisco considerarlo un “orientamento”, uno “stato” nel quale il terapeuta entra, per facilitare gli apprendimenti di tipo esperienziale, quelli profondi, illuminanti, grazie ai quali i clienti, con grande gioia e soddisfazione, scoprono possibilità di cambiamento che prima erano invisibili ai loro occhi.

Orientare verso qualcosa è una prerogativa dell’arte, non della scienza. I poeti, gli scrittori, i registi non danno informazioni in senso didattico, ma ispirano e sollecitano un riorientamento.

Abbiamo bisogno dell’arte perché stimola e tiene in esercizio le emozioni. L’arte ha influenzato i bambini e gli adulti molto più della psicoterapia e della psicologia. Il dott. Erickson può essere definito un artista che utilizzava l’animo umano al posto della tela.

Il fondamento dell’arte è la metafora. La metafora crea una rappresentazione che è più della somma delle sue componenti strutturali ed è probabilmente il primo protolinguaggio utilizzato dagli ominidi. Riesce a raggiungere il sistema limbico, al quale nessun’altra modalità linguistica può accedere.

I lettori di questo eccellente volume, sotto la guida di terapeuti esperti che si sono ispirati all’approccio di Milton Erickson, si immergeranno in una realtà esperienziale e ludica che li porterà a vivere un’esperienza sorprendente, in grado di stimolare profondamente le loro risorse terapeutiche.

Dobbiamo essere grati a Maria Laura Fasciana per aver saputo riunire in questo libro autori capaci di offrire così tanta saggezza esperienziale.

Introduzione

Questo libro nasce dalla passione e dalla curiosità per un modo di lavorare creativo, le cui idee, esperienze ed emozioni prendono forma ed emergono nel testo dall'impegno di colleghi psicoterapeuti, che pur condividendo le basi teoriche e le maggiori fonti di ispirazione, utilizzano nel proprio campo di esperienza clinica, uno stile estremamente personale e brillante. Tutti loro, pur mantenendo la specifica angolazione del proprio sguardo, in questa occasione puntano la lente di ingrandimento sull'importanza e l'utilità delle storie e delle metafore in psicoterapia.

Questo tipo di approccio raggiunge la massima capacità di espressione ed efficacia quando i pazienti sono bambini e ragazzi, i quali, guidati dall'esperienza del terapeuta, partecipano attivamente al processo creativo, inventando loro stessi le storie che li aiuteranno ad attingere alle proprie risorse interiori e a tracciare un personale e specifico percorso di guarigione e di crescita.

Per facilitare la consultazione di questo volume, ne poniamo in evidenza gli aspetti fondamentali:

- i capitoli sono scritti da autori diversi i quali si sono ispirati direttamente o indirettamente allo stile e alle tecniche di Milton Erickson, basate principalmente su un approccio terapeutico di tipo esperienziale e sull'ipnosi naturalistica;
- il filo conduttore che unisce tutti i capitoli è la descrizione dell'uso che il terapeuta fa nel proprio lavoro, di narrazioni (storie, metafore, racconti) create soprattutto dai bambini, o nate dall'incontro fra terapeuti e bambini e in alcuni casi fra genitori e bambini.

Si dà per assodato l'approfondimento relativo alla capacità di comprensione psicologica della metafora da parte dei più piccoli. In ogni caso alcuni capitoli offrono dei buoni riferimenti letterari sul tema;

- data la vivacità del tema da trattare, si è preferito non imbrigliare la crea-

tività e la ricchezza di espressione degli autori in un testo dalla struttura rigida, per cui il volume è stato costruito con l'intenzione di evitare l'attribuzione di schemi predefiniti ai suoi capitoli, nel massimo rispetto dello stile e del campo di interesse scelto da ciascun autore. In questo modo si è voluto dare particolare rilievo al fascino irrazionale che il "caos creativo" suscita; tale tesi avvalorata da una recente ricerca dell'Università del Minnesota (*Psychological Science*, 2013)¹, sottolinea che se l'ordine facilita l'efficienza, la "confusione" apre le porte a creatività e originalità di pensiero.

Come il filosofo Theodor Adorno (2005)² in campo artistico affermava che il compito dell'arte è mettere caos nell'ordine, nell'epoca digitale, lo studioso David Weinberger (2007)³ sostiene che non esiste un sistema universalmente accettato di classificare le informazioni e definisce il "disordine", non come un difetto dei meccanismi mentali, ma piuttosto come il motore stesso del pensiero.

Nell'Ipnoterapia ericksoniana la tecnica della "confusione", sostenuta da studi di derivazione neuro-scientifica, rappresenta una delle più valide fonti di attivazione del pensiero creativo.

Al lettore non rimane altro che entrare in questa dimensione immaginativa apparentemente caotica, ma intrinsecamente molto coerente e lasciarsi guidare dal flusso e dal ritmo delle storie create e raccontate da voci diverse, ma tutte ugualmente capaci di attivare emozioni, offrire idee originali, punti di vista, soluzioni e suggestioni, nate e ideate appositamente in funzione dei casi descritti.

Ci si accorgerà, progredendo nella lettura, che il testo, pur trattando temi delicati come quelli relativi al disagio infantile, assume spesso una connotazione umoristica perché, come sosteneva Milton Erickson, non è necessario soffrire per curarsi (Haley, 1988)⁴, alludendo all'importanza di un cambiamento di ottica nel corso della terapia; se consideriamo, tra l'altro, che gli autori delle storie sono spesso bambini o ragazzi, è facile comprendere come la loro visione della realtà nasca da un bisogno innato di conferire leggerezza e positività agli avvenimenti.

¹ Vohs K.D., Redden J.P., Raminel R. (2013). Physical order produces healthy, choices, generosity and conventionality, whereas disorder produces creativity. *Psychological Science*, 24, 9: 1860-1867.

² Adorno T.W. (2005). *Minima moralia. Meditazioni della vita offesa*. Parte III, 1946-47. Torino: Einaudi.

³ Weinberger D. (2007). *Everything is miscellaneous: the power of the new digital disorder*. New York: Times Book.

⁴ Haley J. (1988). *Cambiare i bambini e le famiglie*. Roma: Astrolabio.

Così Linda Thomson, Joyce Mills, e George Burns, che hanno arricchito la letteratura del settore con bellissimi libri su storie e metafore per l'infanzia, ci introducono all'argomento con capitoli i cui temi spaziano dai racconti metaforici ipnotici destinati ai più piccoli e per questo ambientati nel mondo degli animali (L. Thomson), alla descrizione di un metodo (StoryPlay) volto a risvegliare la resilienza di bambini e adolescenti, soprattutto in occasione di eventi traumatici (J. Mills), alle storie di auto-aiuto create dai bambini stessi (G. Burns).

Danie Beaulieu e Ben Furman, due colleghi dotati di fervida creatività, ci intrattengono, l'una illustrandoci tecniche di forte impatto emotivo, che insegnano a trasformare oggetti di uso quotidiano in toccanti metafore, utili a migliorare la fiducia in se stessi dei giovani pazienti e a dare loro la carica per superare le prime difficoltà della vita; l'altro fornendoci alcuni esempi di storie che i genitori possono utilizzare con i loro figli (magari leggendole insieme la sera), per aiutarli a trovare stimoli di riflessione e strategie di cambiamento.

Daniel Kohen ci impartisce una sapiente lezione di auto-ipnosi che può essere di aiuto nei casi di mal di testa ricorrente e cronico, molto frequente nei più giovani (dalla cefalea tensiva, all'emicrania al mal di testa quotidiano). Dopo un'accurata rassegna degli studi e delle ricerche comprovanti l'efficacia di questa tecnica, l'autore ci dimostra attraverso vari esempi, quanto le storie dei suoi pazienti siano utili a loro stessi così come ad altri bambini, ai quali il terapeuta può a sua volta trasmetterle tramite suggestioni ipnotiche.

L'autoipnosi può essere utile a bambini e ragazzi in molti altri casi, in generale rappresenta un valido strumento, una possibilità in più, in grado di conferire senso di fiducia nelle proprie capacità, consapevolezza delle proprie risorse e miglioramento dell'autostima personale, obiettivi fondamentali da raggiungere nella fascia dell'età evolutiva.

Analogamente, Jeffrey Lazarus dirige l'attenzione sull'importanza dei "compiti a casa", e di quanto le storie e le metafore possano incidere nel comunicare l'utilità dell'allenamento quotidiano attraverso l'autoipnosi, come rinforzo della cura e dei suoi benefici.

I disturbi da lui maggiormente trattati, riguardano l'enuresi, i tic e le abitudini, la sindrome dell'intestino irritabile.

Pamela Kaiser presenta nel suo capitolo la co-creazione di una metafora durante una conversazione con un giovane paziente. Tutto ciò avviene utilizzando uno stato di trance basato sul concetto di focalizzazione dell'attenzione su un oggetto o un disegno (secondo una tecnica propria dell'ipnosi naturalistica) ed ha come obiettivo la messa a punto della capacità di auto-regolazione emotiva e psico-fisiologica del ragazzo. Questo tipo di conver-

sazione presuppone l'elevata capacità di comprensione psicologica del linguaggio metaforico da parte dell'interlocutore. Riguardo a questo tema, l'autrice ci offre una ricca rassegna della letteratura esistente.

Bernard Trenkle, utilizza le storie per preparare tipi di intervento successivi e rendere la terapia più veloce. Usa l'umorismo per raccontare storie che sorprendono e barzellette sui balbuzienti con i pazienti che balbettano, utilissime per invitarli a balbettare volontariamente, seguendo così la teoria del non-evitamento o della riproduzione volontaria del sintomo.

Io, per finire, parto da una riflessione sul significato che le storie (soprattutto quelle create insieme a un genitore giocando) hanno avuto nel mio personale percorso di crescita e formazione, quindi passo a descriverne l'efficacia e il forte impatto terapeutico, ponendo l'accento soprattutto sul loro effetto di rafforzamento della relazione paziente-terapeuta, genitore-figlio. Nel capitolo viene inoltre sottolineato come, nelle diverse fasi della terapia, la rappresentazione delle storie, sperimentata attraverso il passaggio a differenti modalità espressive (ad es. dal racconto al disegno, al collage, al gioco, al teatro...) costituisca un ulteriore rinforzo del processo terapeutico

Per quanto mi riguarda, quello che mi guida nella scelta di come condurre una terapia, oltre a ciò che mi indicano i miei pazienti e la mia storia personale, è soprattutto ciò che ho appreso da due geni della comunicazione come Carl Whitaker e Milton Erickson, ma anche quello che vedo fare, in un'atmosfera di continuo scambio e di riflessione comune, dai miei colleghi, ad alcuni dei quali ho chiesto un contributo che desse a questo libro la forma adatta a diventare un pezzetto del grande puzzle dell'esperienza umana.

Maria Laura Fasciana

1. Una storia di fantasmi per guarire : come scoprire, sviluppare e utilizzare in terapia le metafore del bambino*

di *George W. Burns*

C'era una volta un fantasma che non faceva paura neanche alle mosche. Non riusciva proprio a spaventare nessuno tranne se stesso. Così un giorno ebbe un'idea: andò alla scuola di spavento, dove insegnava una strega.

Questa non è una storia inventata da un terapeuta o creata in un contesto terapeutico tuttavia, quando l'ho letta, sono rimasto incantato dalle analogie con il processo terapeutico e con la creazione e l'utilizzazione delle storie in terapia.

È stato ancora più affascinante scoprire come un bambino possa creare le proprie "storie che curano", storie che possiedono tutti gli ingredienti fondamentali di un racconto terapeutico efficace. L'autore era Sam, figlio di una coppia di amici che mi stavano ospitando per qualche giorno. Sam non c'era, così mi avevano dato la sua stanza. Il manoscritto era posato sul comodino e in mancanza di altre cose da leggere lo presi. Fui rapito fin dalle prime righe. Il problema era espresso senza mezzi termini: c'era un fantasma che non riusciva a spaventare nessuno. La storia mi coinvolse sia per le emozioni che esprimeva sia per le difficoltà del protagonista. Si trattava di una situazione con la quale la maggior parte dei bambini poteva identificarsi. Quale bambino non si è qualche volta sentito inadeguato, diverso, solo, estraneo o incapace di fare ciò che ci si aspetta da lui? E quale bambino qualche volta non ha pensato di avere una strega per insegnante? Mi sorpresi a domandarmi cosa avrebbe fatto il fantasma. Come avrebbe risolto il problema? Quale sarebbe stato il finale?

Da tempo immemorabile le storie hanno rappresentato la vita, comuni-

* La storia di fantasmi è pubblicata in: Burnes G.W. (2006). Il fantasma che imparò a spaventare. In G.W. Burns, *101 storie che guariscono*. Trento: Erickson, pp. 296-297.