**Gioco e comunicazione nella pratica terapeutica**

Nicholas Sacchi, psicologo ATP/FSP - psicoterapeuta ASP

**Riassunto**

Nella vita di tutti i giorni il linguaggio comunemente ha lo scopo principale di veicolare informazioni; il gioco, quello di intrattenere l’individuo. Nella pratica terapeutica linguaggio e gioco assumono un valore ulteriore, ovvero quello di narrare -il primo- e di mettere in scena -il secondo- il mondo interiore dell’individuo. L’intreccio fra questi due elementi sancisce la nascita di una trama narrativa in cui a prevalere possono essere i vissuti, le emozioni e talune volte la riedizione di esperienze personali che si pensavano incomunicabili. La narrazione ludica dei pazienti, derivato del gioco e del discorso attorno allo stesso, coinvolge il terapeuta fornendogli le coordinate entro le quali orientarsi per comprenderne le emozioni e fa sì che egli possa restituirne un valore diverso per mezzo dell’interpretazione. Lo spazio che si crea nella relazione ludica a due è quella determinante che contiene le angosce derivate dal gioco e della sua narrazione, disponendo dei limiti spazio-temporali (la seduta) entro i quali potersi permettere di vivere un’esperienza di fantasia ancorata alle proprie emozioni. Avere la possibilità di giocare ma ancor più di accompagnare il proprio gioco con una buona capacità di linguaggio, di comprensione e di espressione, consente all’individuo di riformulare le proprie esperienze permettendo alla relazione di penetrarvi, comprendendola e facendone materiale di cura.

**Articolo**

Nella pratica quale psicoterapeuta dell’età evolutiva mi trovo quotidianamente confrontato al gioco e soprattutto al linguaggio. La parola ‘gioco’, che nell’accezione etimologica odierna non solo significa un aspetto ludico ma traduce nelle maggiori lingue europee (fuorché l’italiano) la parola ‘recitare’, ‘mettere in scena’, costituisce un insieme di comportamenti che per larga parte rappresentano il naturale corso allo sviluppo delle facoltà cognitive individuali. La capacità di socializzare, quella di metter in scena i propri vissuti emotivi, l’idea di far parte di una narrazione altrui mantenendo fede alle proprie prerogative individuali, sono solo alcuni degli aspetti che vengono prima scoperti e poi rafforzati nell’atto del gioco. Giocare si lega così in maniera inscindibile al concetto di comunicazione, nel senso di coniugazione fra due mondi: quello interiore sostenuto dalla fantasia e dal proprio desiderio, e quello esteriore caratterizzato dall’ambiente e dalle sue infinite possibilità di interazione. Il gioco pertanto si affida allo strumento della lingua (sia questa parlata, sia affidata alla prossemica del corpo, sia quella trascritta nei codici di una data disciplina, …) per fare esperienza “del mondo”, in ambito sociale, ma ancora di più per permettere all’individuo fin dagli albori della propria coscienza di selezionare le modalità di manipolare il mondo, rendendolo proprio, per meglio potervisi adattare. Nel tempo così l’individuo impara via via il comportamento dell’oggetto utilizzato, sia questo fisico (p.e. un giocattolo) o meno (p.e. un codice, una lingua), e ne matura un’idea che ne permetta la piena fruibilità ma anche i limiti dell’utilizzo. Questi limiti poi compiono un’ulteriore evoluzione nella maturazione all’interno dell’individuo nella capacità di giocare non solo con la fisicità reale dell’oggetto e i suoi scopi (oggetto che fa ciò per cui è designato) ma anche con il derivante fascio di proiezioni che l’individuo impara ad attribuire all’oggetto stesso e al contesto di impiego (oggetto caricato di significati simbolici). Questo salto fra il Reale ed il Simbolico crea nella mente dell’infante uno spazio entro il quale la coscienza può liberamente dare adito ad un flusso di collegamenti che permettono di costruire significati nuovi, di essere generativi nei confronti del mondo fin ora conosciuto. Lo spazio menzionato è quindi un contenitore psicologico che legato all’ambiente costituisce il canale per la transizione, in uscita ed in entrata, di nuovi significati, affetti, simboli. Ciò prende comunemente il nome di spazio transizionale, e assume un ruolo determinante nello sviluppo psicologico in quanto è l’antesignano della capacità di regolazione fra il mondo del Reale e quello della Fantasia. Lo spazio transizionale è popolato da una infinità di elementi che hanno la peculiarità di essere oltre che portatori di un valore intrinseco (ciò che sono) anche quello di avere un significato (ciò che veicolano). I pupazzi che accompagnano nei sogni i bambini fin dalla più tenera età sono per la maggiore oggetti su cui si depositano gli odori di una vita passata insieme, ma anche il segno di anni di affetto, rabbia, lacrime, … Il pupazzo, o per dirla in altro modo, l’oggetto transizionale (l’O.T.) aiuta nella metabolizzazione di diverse esperienze: emotive (scaccia la paura, tiene compagnia), tattili (il materiale di cui è fatto o il suono che produce così come l’odore è subito riconosciuto, anche nel neonato), biografiche (i bambini hanno ricordi legati a giochi o ad esperienze vissute ‘in compagnia’ dell’O.T. preferito). In questo lavoro di canalizzazione di esperienze, l’O.T., ha il privilegio e la condanna di essere un simbolo, ovvero un elemento che rimanda ad un preciso significato ulteriore. Nell’accezione di privilegio, l’O.T. assume quelle caratteristiche sostitutive della vicinanza ad un genitore in assenza dello stesso (p.e. permette di sospendere l’abitudine alla chiamata durante la notte), e ha il duro compito di sopportare la rabbia o tutto quel corollario di emozioni in esubero che un bambino sente di dover scaricare (p.e. quando è frustrato e sgrida l’oggetto oppure lo picchia). La distruzione dell’O.T. in quanto simbolo non è però mai totale, ma reversibile: il bambino infatti verificatane la resistenza e, se caso, potendosi permettere l’atto di una riparazione (nel senso stretto di ripararlo se rotto), ha l’occasione di riconciliarsi con i propri buoni sentimenti dopo la tempesta dell’angoscia o della frustrazione. In questa modalità il bambino ha modo di sviluppare appieno la potenzialità distruttiva del proprio agire, così come quella riparatoria (gestendo il senso di colpa, ma anche di potersi permettere di dare un senso alle proprie emozioni. Lo spazio in cui transitano tutte queste emozioni evolve nel continuo veder prendere luogo movimenti affettivi in tal senso fino alla produzione di elementi sostitutivi all’agire dell’emozione, ovvero della scarica affettiva. Tale sostituzione avviene attraverso un'altra categoria simbolica, il linguaggio. La parola, veicolo di significato, è un atto culturale, fonatorio e psicologico fondamentale tanto quanto il gioco e ad esso ne è inscindibilmente legato. Il linguaggio utilizzato nel gioco è una narrazione poetica, che non descrive ma accompagna l’azione evidenziandola, caricandola di emotività e di personale affettività. Il linguaggio che si intreccia al gioco è dunque corresponsabile di una connotazione di senso, parzialmente descrittiva, ma soprattutto ulteriormente adattativa capace di sostenere una riorganizzazione di senso, interno ed esterno. Il linguaggio poi, così come per certi versi anche il gioco, possiedono una caratteristica di malleabilità e di flessibilità che non solo si possono piegare al desiderio del bambino, ma possono contenere delle ambiguità o addirittura degli ossimori, che nell’economia della fantasia condivisa di un gioco e di una narrazione possono essere perfettamente plausibili e coerenti. La finzione del gioco, così come l’arbitrarietà nell’utilizzo di una lingua (secondo canoni propri: si pensi alle parole inventate dai bambini) consentono di creare concezioni del mondo che esulano dall’essere-dato e procedono verso un senso di poter essere (Ricoer). Il poter-essere appena citato, può venire ulteriormente inteso come la scoperta delle potenzialità del soggetto ma assume anche un significato ulteriore che nel campo della psicologia ha un valore fondante: quello terapeutico.

L’immergersi in una trama di gioco, fatta di una narrativa e di un linguaggio propri, contribuisce all’apertura nei confronti del terapeuta e per esteso della sua stanza (con i suoi giochi, le sue suppellettili, i suoi spazi). Consente cioè l’apertura a un luogo di transizioni di immagini, affetti e pensieri. Questo materiale è per lo più una matrice grezza della capacità del bambino di entrare in relazione con proprie parti di sé e con quelle dell’altro da sé. La relazione, nella spartizione dei ruoli (protagonista, antagonista, spalla di uno o dell’altro), la poliedricità di alcuni personaggi così come la scelta di espedienti narrativi piuttosto che altri, permette alla coppia terapeuta-bambino di mettere in gioco prima e in parola poi schemi di comportamento famigliari (lotte fra compagni, scherni, dissidi famigliari, …) e di reinventarne l’esito. Tale opera di reinvenzione ha un connotato spesso magico, per lo più difensivo volto a modificare l’evento messo in scena. L’operazione terapeutica quindi non avviene in primis sul ricordo, ma sul gioco della rappresentazione dello stesso: sul simbolo, che avendo funzione di sostituto e di richiamo del ricordo, si presta con minore sofferenza a un lavoro di interpretazione. L’interpretazione a sua volta nulla può se non attraverso la base di un linguaggio comune, sia questo la parola in sé (l’uso di un vocabolario comune) oppure la possibilità di nominare (nell’accezione di ‘dare un nome’) gli eventi messi in scena. Poter sottolineare che il protagonista di un gioco esercitato dal bambino è in una situazione di stallo e che potenzialmente è sofferente, permette al bambino di appropriarsi del nome di quella sofferenza, comprendendola nella misura in cui il proprio eroe (il giocattolo o la propria persona se il gioco è un mettere fisicamente in scena la narrazione ludica) rappresenti uno stato mentale affine a quello vissuto al momento o nel recente passato del bambino. La sofisticata semplicità dell’atto di nominare uno stato d’animo durante il gioco è solo una delle possibili interpretazioni del gioco stesso e mette in risalto l’importanza della parola, della comunicazione fra due entità, nella cura del prossimo. Imparare a comunicare è quindi in base ad un assioma semplice derivato da quanto fin qui osservato uno degli atti costitutivi della cura. Poter essere liberi da difficoltà intrinseche alla produzione ed alla comprensione del linguaggio promuove la capacità di riflessione sul proprio vissuto. Questo genere di capacità si osserva nella clinica crescere in modo superficialmente discontinuo: talvolta infatti ai progressi raggiunti in una seduta seguono periodi di difficoltà se non addirittura di regressione. Ma al contempo nel lento maturare della relazione e della possibilità di giocarne i nodi più cruciali si assiste ad un progressivo accrescimento del proprio bagaglio narrativo che produce soluzioni nuove nei giochi e non solo scenari ridondanti e sintomatici. L’esperienza di dare un nome agli stati emotivi legati al gioco affinato dallo scambio bambino-terapeuta, trova poi seguito anche nei diversi contesti di vita del minore (bambino-scuola; bambino-famiglia; bambino-gruppo dei pari) maggiore forza laddove si riescano a creare spazi narrativi, ludici, in grado di *transare* aspetti emotivi cruciali, scambiandone il significato e l’esperienza. I bambini, concludendo, stanno meglio se e quando riescono a raccontarsi, imparando a gestire l’intreccio di significati del gioco e della lingua che non smetterà mai di rinnovarsi nel corso della loro esistenza.

**Bibliografia**

“D.Winnicott, gioco e realtà”; “F.Marcoli, il pensiero affettivo”; “M.Klein, la psicoanalisi con i bambini”; “J.Piaget, la formazione del simbolo nel bambino”