
Biblioterapia al lavoro: alla ricerca di un modello formativo in un Servizio sociale territoriale

Patrizia Corazza¹

Sommario

L'articolo descrive due percorsi di formazione realizzati in un Servizio sociale di Ambito, rispettivamente con un gruppo di assistenti sociali dell'area tutela minori e con due gruppi di operatrici sociosanitarie. L'originalità delle esperienze è data dall'utilizzo del metodo biblioterapeutico con scopo formativo a sostegno della riflessività degli operatori. I laboratori esperienziali in piccolo gruppo hanno incrementato la consapevolezza sugli stereotipi e i pregiudizi che i professionisti hanno, sviluppando altresì capacità empatiche verso le persone che accedono ai Servizi.

Parole chiave

Lavoro sociale, formazione, biblioterapia, stereotipi e pregiudizi.

¹ Assistente sociale dell'Ambito Territoriale Noncello.

Bibliotherapy at work: searching for a training model in a territorial social service

Patrizia Corazza¹

Abstract

The article describes two training programs carried out within a Territorial Social Service, respectively involving a group of social workers from the child protection sector and two groups of social-healthcare workers. The originality of these experiences lies in the utilization of the method used — bibliotherapy — in order to train and in support of reflexivity. The small-group experiential workshops increased awareness of the stereotypes and prejudices that all professionals may hold, while also fostering empathetic abilities toward the individuals who access the Services.

Keywords

Social work, training, bibliotherapy, stereotypes and prejudices.

¹ Assistente sociale dell'Ambito Territoriale Noncello.

Nel presente articolo si tenterà di delineare un modello formativo basato sul metodo biblioterapeutico applicabile in un Servizio Sociale. Si tratta di una riflessione inizialmente elaborata nell'ambito del Master in biblioterapia frequentato all'Università degli studi Verona nell'a.a. 2022/23, che ha previsto la realizzazione di un *project work* nei primi mesi del 2024 con un gruppo di colleghe/i assistenti sociali che si sono confrontate/i sugli stereotipi e i pregiudizi verso i corpi non conformi; successivamente si è costruito un percorso di formazione con due gruppi di operatrici sociosanitarie.¹ Entrambe le esperienze si sono svolte nell'Ambito territoriale Noncello, del quale è capofila il Comune di Pordenone.

Portare la biblioterapia all'interno di un'organizzazione e di una comunità professionale rappresenta il tentativo di costruire una metodologia di formazione riflessiva nuova, che interroga i significati del pensare e fare formazione in un Servizio Sociale.

Che cos'è la biblioterapia

Sono sempre più numerosi gli ambiti in cui oggi si applica il suffisso -terapia: arteterapia, musicoterapia, pet-therapy, foresta-terapia, e altri ancora, tutte attività volte al benessere personale. Può essere utile risalire all'etimologia della parola terapia, derivante dal verbo greco *θεραπεύω*, che significa «mi occupo di, ho cura, sono intento a, rivolgo i pensieri a, coltivo» (Rocci, 1980). È il verbo *coltivare* quello che mi pare più interessante in termini biblioterapeutici: attraverso libri che agiscono sulla sensibilità del lettore, è possibile coltivare pensieri, attivare riflessioni, creare un cambiamento profondo nella sua coscienza, e questi esiti sono amplificati dal confronto in un gruppo. I significati del verbo «coltivare» — lavorare il terreno affinché produca piante e frutti; sfruttare un giacimento minerario; esercitare, educare, rendere produttivo (es. coltivare la mente); nutrire un pensiero, fomentare una passione (Zingarelli, 1999) — sono azioni proprie della letteratura che, metaforicamente, stimola la semina, la ramificazione, la raccolta di pensieri nuovi, dissotterra significati, innesta immagini e concetti, fa fiorire memorie narrative. In questo senso, ampliato il campo semantico, più realisticamente la biblioterapia non si propone di risanare, ma di prendersi cura, dove la cura di sé non è intesa come trattamento ma come accudimento (per accudire si intende occuparsi, dedicarsi, aiutare) e come motore del processo di soggettivazione.

¹ La descrizione delle due esperienze formative è stata pubblicata rispettivamente in *Prospettive sociali e sanitarie* n. 3-4/2024 (pp. 41-44) con il titolo «*Identità marginalizzate: un laboratorio di biblioterapia nel Servizio Sociale*», e in *Welforum.it* del 3 marzo 2025 con il titolo «*Il percorso di formazione Nel cuore delle case. Un laboratorio di biblioterapia con un gruppo di operatrici sociosanitarie*».

La biblioterapia è un metodo, a disposizione di vari professionisti, che può applicarsi nella relazione individuale con un'altra persona oppure in un gruppo, preferibilmente di piccole dimensioni. Può essere definita come l'uso creativo e ragionato della letteratura per promuovere il benessere, modulando tecniche diverse per strutturare l'interazione tra un facilitatore e i partecipanti (singoli o in gruppo); è l'utilizzo dei libri come forma di crescita e cura; è l'uso di un insieme di letture scelte quali strumenti terapeutici in medicina e in psichiatria. Anche il biblioterapeuta, dunque, è un professionista della cura, intesa in senso olistico.

La biblioterapia si avvale di ogni tipo di materiale narrativo: romanzi, racconti, poesie, saggi, albi illustrati, romanzi grafici, biografie e autobiografie: sono i testi, accuratamente selezionati dal facilitatore di biblioterapia, che fungono da mediatori per creare opportunità di dialogo tra due o più persone, favorendo il contatto con sé stesse e attivando riflessioni che portino a un maggior benessere personale.

A differenza del gruppo di lettura tradizionale in cui ciascun partecipante legge lo stesso libro per poterne poi discutere in gruppo (quindi il libro è il fine dell'attività), nella biblioterapia il testo rappresenta il mezzo dal quale scaturisce il confronto tra i partecipanti nel «qui e ora», ossia senza una lettura preliminare.

Le basi teoriche della biblioterapia sono multidisciplinari: letteratura, filosofia, scienze dell'educazione, psicologia, scienze cognitive, neuroscienze sociali. Le sue radici storiche sono rintracciabili a partire dal 1916 (quando S. McChord Chrothers conia il termine *bibliotherapy*), anche se già a scavalco tra Settecento e Ottocento alcuni medici in Inghilterra, Francia e Italia avevano introdotto la lettura per alleviare alcuni sintomi psicopatologici dei pazienti. Ma è subito dopo la Prima guerra mondiale che si è cominciato a documentare le ricerche e le sperimentazioni dell'uso della letteratura per coadiuvare la cura dei disturbi da stress post-traumatico dei veterani. Negli anni Trenta del Novecento i fratelli Menninger pubblicano i primi articoli scientifici per descrivere le potenzialità curative dei libri nell'ambito della presa in carico psichiatrica dei pazienti. Nel 1949 Caroline Shrodes teorizza le fasi psicodinamiche del processo biblioterapeutico, ritenute valide ancora oggi: identificazione, catarsi e introspezione (Dalla Valle, 2018).

Come agisce la biblioterapia? Il meccanismo di *identificazione* porta il lettore a sentire affetto verso un personaggio, a preoccuparsi per il suo destino, a condividerne il modo di pensare; l'immedesimazione nelle storie rinforza l'empatia perché attraverso la lettura si impara a riconoscere e a comprendere le emozioni; esplorare le implicazioni delle storie e dei comportamenti rappresentati traducendoli all'interno della propria vita o del proprio lavoro può potenziare i processi di apprendimento.

La *catarsi* — concetto elaborato da Aristotele e sviluppato da Freud, che lo ha posto al centro della terapia psicoanalitica descrivendolo come metodo usato per portare il materiale rimosso alla coscienza — è un alleggerimento piacevole,

una sorta di senso di sollievo che dà sfogo alle emozioni trattenute, un senso di liberazione da emozioni dolorose e potenzialmente dannose (Smorti, 2022). Nella *Poetica* aristotelica viene teorizzato che la tragedia, la poesia, la musica e più in generale l'arte esercitano una funzione purificatrice e liberano l'anima degli spettatori dalle passioni rappresentate. È la funzione catartica che dà valore educativo e formativo all'arte: l'emozione non è abolita, ma purificata o esaltata (Abbagnano, 2005).

Infine, l'*introspezione* favorisce nel lettore una maggiore conoscenza di se stesso e degli altri, soprattutto di fronte a una letteratura che pone domande: «Tante storie lette ci hanno parlato direttamente, perché ci siamo ritrovati in quello che leggevamo, ci hanno colpito perché ci hanno mostrato una realtà che non volevamo conoscere e ci hanno fatto crescere, perché hanno cambiato la prospettiva con cui guardavamo il mondo attorno a noi» (Amadei e Sbaraglia, 2022, p. 39).

La narrativa finzionale ha il vantaggio della distanza, perché guardare circostanze esistenziali dall'esterno aiuta i lettori a considerare situazioni problematiche senza le difficoltà che comporta il coinvolgimento personale (Calabrese, Conti e Fioretti, 2022); inoltre la lettura favorisce la simbolizzazione, così da poter costruire rappresentazioni personali delle nostre esperienze, e infine il gruppo moltiplica i punti di vista.

Se la *biblioterapia clinica* può essere praticata da medici e psicologi all'interno del percorso di cura del paziente come terapia complementare, la *biblioterapia dello sviluppo* è di pertinenza di professionisti interessati a valorizzare le risorse delle persone, a prescindere dall'eventuale patologia, per stimolare la crescita personale: in entrambi i casi la biblioterapia si configura come una competenza che va ad aggiungersi alla professionalità di base dell'operatore.

Nel caso di un laboratorio di gruppo il processo biblioterapeutico si traduce in un progetto vero e proprio, che parte dall'individuazione degli obiettivi e del motivo per cui si sceglie un determinato ambito tematico, per poi definire i tempi di svolgimento e i materiali necessari, i costi, i destinatari, la progettazione scritta dei singoli incontri, e concludere con una valutazione finale. La fase centrale, quella di maggiore complessità e che richiede un investimento di tempo notevole ma che rappresenta la parte qualificante della progettazione, va scomposta in:

1. macroprogettazione, dove si delinea l'impianto complessivo del laboratorio; si tratta di un primo livello di definizione dell'intervento, in cui la tematica generale viene articolata in più sotto-argomenti anche solo provvisori, perché le idee progettuali sono ancora grezze;
2. microprogettazione, dove per ogni incontro che compone il laboratorio si vanno a sviluppare i singoli temi più analitici, decidendo quali letture proporre e con quale sequenza, individuando le domande stimolo e l'eventuale materiale aggiuntivo per ulteriori attività, scrivendo le schede di conduzione comprensive del minutaggio calcolato.

È intuibile che la progettazione non è un processo sequenziale né meccanicistico, ma un lavoro *in progress*: ogni laboratorio è unico, ha una storia a sé stante e si sviluppa in tappe diverse (Castagna, 1995).

Biblioterapia e formazione

Il percorso di ricerca che mi ha portato a esplorare le potenzialità formative della biblioterapia nasce dalle suggestioni fornite da ciò che Quaglini scrive nel suo manuale sui metodi della formazione (Quaglini, 2014). Nel teorizzare i tre principali indirizzi della formazione, Quaglini inserisce il metodo della *coltivazione di sé* in quella che chiama la terza formazione, diretta allo sviluppo personale (la prima è invece orientata all'acquisizione di competenze e la seconda al cambiamento organizzativo), dove la centralità del soggetto è principio fondante. Mi sembra che la biblioterapia possa essere intesa come applicazione del metodo della coltivazione di sé (e di nuovo torniamo al potenziale semantico della parola terapia), dove — partendo dall'argomento che si intende esplorare e approfondire — l'osservazione e l'interrogazione intorno al tema favoriscono *pensieri* prima che *saperi*.

Il metodo della coltivazione di sé può essere scomposto in quattro passaggi:

1. *riflettere*, vale a dire applicarsi a formare pensieri, a «dare forma» o a variare forma di pensieri, a partire da pensieri già dati (forniti dal materiale testuale); l'esercizio e la pratica della riflessione portano a sondare le ripercussioni che i pensieri hanno su chi li coltiva, alla ricerca di corrispondenze e consonanze con il proprio mondo interno;
2. *interpretare*, ossia reperire significati; non si tratta di un percorso intellettualistico o ermeneutico, ma di un esercizio di scavo nell'etimologia delle parole per far affiorare nuovi significati e «far parlare le parole con altre parole»;
3. *immaginare*, che non vuol dire lavorare di fantasia, ma disporsi a *ricevere* immagini e a prendersene cura; l'esercizio e la pratica dell'immaginazione richiedono una disposizione ad attendere che qualcosa si manifesti per proprio conto in modo inatteso e improvviso, senza che vi sia un'intenzionalità a provocare determinate immagini;
4. *narrare*, ossia dare forma al racconto di pensieri, significati e immagini raccolti fino a quel momento, combinandoli e rimescolandoli tra loro: sostituire pensieri con significati, variare significati con immagini, tramutare immagini in pensieri e così via.

Come la coltivazione di sé, anche la biblioterapia può essere considerata un modo di apprendere al di là del convenzionale: è piuttosto una «forma» dell'apprendere orientato al mondo interiore e alla *trasformazione* di sé. Con la biblio-

terapia ci si forma osservando, ascoltando e interrogando pensieri, significati, immagini e racconti. E per chi svolge una professione di cura, «l'ascolto di sé è il primo passo indispensabile per porsi in ascolto dell'altro» (Gamelli e Mirabelli, 2019, p. 81).

La mia ricerca nella direzione del lavoro formativo con le storie si è sviluppata a partire dalla considerazione che il lavoro sociale è intessuto di narrazioni. C'è un parallelismo tra la dimensione narrativa propria della letteratura e la dimensione narrativa presente nel lavoro sociale. Nella relazione d'aiuto basata comunemente sugli scambi verbali, si ascoltano storie, ci si sforza di comprenderle, si colgono «copioni narrativi» spesso poco funzionali ai bisogni di crescita delle persone. E la dimensione narrativa rappresenta un importante fattore di promozione della resilienza: quando si parla di resilienza, infatti, viene subito in mente una storia, una storia che contiene un senso di possibilità a una vicenda umana, un esito positivo o comunque un buon adattamento, o ancora un futuro non dato (Bobbo e Ius, 2021).

L'intervento formativo basato sulla biblioterapia, per come l'ho sperimentato, è strutturato su un modello che può essere riproposto indipendentemente dallo specifico contenuto formativo:

- lettura/ascolto di storie scritte e/o disegnate (non solo romanzi, racconti, poesie, *memoir*, ma anche albi illustrati e romanzi grafici);
- conversazione dialogica e guidata in gruppo;
- utilizzo di mazzi di carte evocative per presentarsi, per valutare il percorso laboratoriale, per favorire l'apertura di un nuovo argomento: la scelta di una carta stimola microracconti che svelano parti di sé, dell'identità personale, della propria storia di vita, ma anche desideri e progetti (Formenti e Gamelli, 1998);
- brevi consegne di scrittura personale o attività che facilitano l'autoconsapevolezza (per esempio, liste di affermazioni in cui riconoscersi o distanziarsi);
- valutazione finale con questionario e altre tecniche.

La cornice di senso che si è inteso dare a questa offerta formativa si colloca nell'ambito degli approcci orientati allo sviluppo di pratiche riflessive, che trovano nella struttura del laboratorio la loro forma elettiva. Proporre pratiche formative in chiave laboratoriale (Pasini, 2016) ha a che fare con:

- una formazione esperienziale, dove chi partecipa ha un ruolo attivo nei processi di apprendimento; fare laboratorio equivale a fare ricerca (storicamente, infatti, l'esperienza del laboratorio nasce dalle scienze naturali: esso permette di osservare un fenomeno in un modo non quotidiano, mettendolo più a nudo) e fare ricerca rispetto al proprio lavoro è la postura più idonea per mantenere elevato il livello di cura e creare innovazione all'interno dei servizi;

- una sperimentazione volta al cambiamento e allo sviluppo personale: scopo del laboratorio formativo non è esporre teorie, definire concetti, o insegnare pratiche, ma stimolare situazioni di apprendimento dove i partecipanti possono migliorare la consapevolezza su alcuni aspetti di sé, aumentare l'empatia, interrogarsi sul nesso tra quello che si fa nel laboratorio e la realtà fuori;
- attività in piccolo gruppo: il ruolo del gruppo nella biblioterapia rappresenta un importante fattore di elaborazione di alternative nel rapportarsi al mondo esterno, nel prenderci cura delle relazioni, nella revisione di concetti e pratiche a seguito di feedback costruttivi; il gruppo è sempre un contenitore di risorse;
- un'esperienza aperta che può condurre in direzioni sorprendentemente inattese: in un laboratorio non si può mai sapere cosa succederà, perché ogni laboratorio è la storia di un gruppo che genera qualcosa di sostanzialmente unico e imprevedibile.

Assistenti sociali e pregiudizi

Nei primi mesi del 2024, progettando un laboratorio di biblioterapia (sei incontri di due ore ciascuno) con l'équipe dell'area Tutela minori nell'Ambito territoriale Noncello e intitolato *Identità marginalizzate*, ho scelto di tematizzare il corpo, e gli stereotipi e i pregiudizi relativi ad esso, per l'interesse a confrontarmi all'interno di un gruppo di colleghe/i sui nostri schemi mentali, al fine di interrogarci su quanto le nostre assunzioni, spesso implicite, intervengono nel condizionare l'avvio e lo svolgersi di una relazione professionale con persone che hanno un corpo che è già marginalizzato socialmente. Il percorso di formazione ha coinvolto le sette assistenti sociali, compresa la coordinatrice, dell'area Tutela (cinque donne e due uomini), e si è svolto in orario di servizio; non si sono registrate assenze. Si tratta di un gruppo caratterizzato da forte coesione interna, affettività, stima reciproca e conoscenza di lunga durata.

Nel primo incontro, intitolato «*Fuori misura: i corpi obesi*», abbiamo trattato l'area di ricerca e di studio che si occupa di decostruire le convinzioni culturali occidentali sul grasso corporeo (i c.d. *Fat studies*), leggendo pagine tratte da saggi e romanzi. Nei successivi due incontri («*Fluidità: i corpi transgender*») l'esplorazione della condizione transgender è stata suddivisa in due parti: nella prima abbiamo letto pagine tratte da romanzi, da un *memoir* grafico e da testimonianze narrative autobiografiche di chi — già nella prima infanzia, come in adolescenza o nell'età adulta — si sente estranea nel corpo in cui è nata e compie il suo personale percorso di transizione da femmina a maschio, letture più numerose di quelle che presentano la situazione opposta (e questo dato ha stimolato interrogativi) e che abbiamo riservato alla seconda parte, dove l'incontro si è aperto e si è chiuso con due albi illustrati, e ampia parte del tempo è stata dedicata alla

lettura di pagine saggistiche in cui abbiamo passato in rassegna le principali questioni di carattere giuridico, medico e psicologico, che le stesse partecipanti avevano chiesto nell'incontro precedente di poter indagare. La fluidità di genere pone molti interrogativi sotto il profilo etico e comporta processi di pensiero articolati perché oggi ci troviamo a che fare con «negoziazioni identitarie» spesso dolorose e non sempre compiute in una forma definitiva. Nel quarto incontro, intitolato «*Meno: i corpi con condizione invalidante*», abbiamo trattato il tema dell'abilismo (proponendo un testo di carattere saggistico), riflettendo poi sullo stigma delle persone con AIDS, con gravissima disabilità polisensoriale e affette da Sla, raccontato in forma autobiografica rispettivamente da una figlia, da una madre e in prima persona. Il tema della condizione invalidante ci ha interrogato sul reale esercizio della funzione di *advocacy*, prevista nel Codice deontologico, e sulla responsabilità che abbiamo nell'abilitare/disabilitare le persone che incontriamo nei nostri servizi. Nell'incontro dal titolo «*Colorismo: i corpi razzializzati*» abbiamo riflettuto sulle forme di razzismo (individuale, istituzionale e culturale), sull'etnocentrismo e su cosa voglia dire abitare un corpo nero nella nostra società razzializzata. In particolare, abbiamo affrontato quattro nuclei tematici: l'identità razziale, il colorismo, il privilegio bianco e il daltonismo razziale. Nel sesto incontro aggiuntivo richiesto dal gruppo è stato proposto un approfondimento sul corpo nero femminile e sulla sua sessualizzazione, con una maggiore selezione di pagine tratte da romanzi, che favoriscono i processi di immedesimazione e non attivano solo il livello di pensiero razionale, ma provocano un impatto emotivo. Complessivamente le autonarrazioni ci hanno aiutato a comprendere meglio anche il tema dell'intersezionalità.

Tutti gli incontri sono stati densi, con dialoghi ricchi e serrati (non c'è stato quasi bisogno di porre domande stimolo, la conversazione si è sempre avviata e alimentata con naturalezza, conseguenza di un gruppo già tale prima del laboratorio e motivato in un'esperienza di formazione), e richiami ai «casi» (ossia agli utenti) con un continuo collegamento tra teoria e pratica. L'uso di mazze di carte evocative in alcuni incontri ha stimolato una riflessione sul processo di consapevolezza dei pregiudizi che agiscono nella relazione d'aiuto, creando quello stato di dissonanza cognitiva conseguente all'emergere di atteggiamenti o comportamenti discrepanti rispetto agli articoli del Codice deontologico in cui gli assistenti sociali vengono richiamati ad affermare il principio dell'equità sociale (art. 6), a riconoscere tutte le differenze che caratterizzano la persona, i gruppi e le comunità (art. 9), a favorire i processi di inclusione (art. 11) e a prevenire e contrastare tutte le forme di discriminazione (art. 12). Il mettersi in discussione relativamente a come i nostri comportamenti talvolta sono incongruenti con i valori ideali e anche professionali non è mai indolore, ma interroga la coscienza di ciascuna/o e promuove forme di autoriflessività che lo stesso Codice deontologico invita a coltivare.

Nel laboratorio di biblioterapia abbiamo sperimentato che il romanzo, la poesia, la fotografia funzionano come attivatori della pratica riflessiva, la quale richiede capacità di introspezione e di rappresentazione delle altrui assunzioni e sentimenti; essa inoltre sta alla base della capacità metariflessiva o di rappresentazione del mondo interiore dell'altro. E allora come cambia lo sguardo professionale quando diventiamo più consapevoli dei nostri pregiudizi e comprendiamo i nostri stili di attribuzione di significato? L'ipotesi è che gli stereotipi e i pregiudizi giochino un ruolo non secondario nel carico emotivo, che è la fatica di stare a contatto con le sofferenze dell'altro. Il pregiudizio aumenta il distacco emotivo nei confronti delle persone che dovremmo aiutare, e la non comprensione della sofferenza altrui. Se la persona che dovremmo aiutare si sente (già) disconosciuta perché oggetto di pregiudizi, l'operatore si trova a gestire uno stato di dissonanza emotiva, la quale si crea in due opposte circostanze: quando il professionista deve esprimere un'emozione che non prova ma che appare opportuna e funzionale nella situazione professionale nella quale si trova; oppure quando l'operatore deve tacitare un'emozione che prova ma che non sarebbe opportuno o funzionale esprimere in quella specifica situazione professionale. In entrambi i casi l'operatore si trova a dissimulare un'emozione mettendo in atto strategie di regolazione emotiva più o meno profonde, operazione che nel lungo periodo porta con sé pensieri circa l'inadeguatezza del proprio lavoro, il sentirsi falsi e inautentici, la compromissione del desiderio di sollecitudine nei confronti degli altri (Bobbo e Ius, 2021).

Secondo i costruttivisti, le emozioni sono sì qualcosa che si prova, ma soprattutto qualcosa che si impara a mostrare ed esibire in relazione al contesto. All'interno delle organizzazioni agli individui viene richiesto un continuo lavoro di facciata, dove l'autenticità è secondaria alle regole che legittimano l'espressione di determinate emozioni (Benozzo e Piccardo, 2009).

I pregiudizi e gli stereotipi sono elementi che interpellano il professionista rispetto alle sue credenze e ai suoi valori, all'idea di uguaglianza e giustizia sociale, nonché alla propria deontologia professionale. È stato ipotizzato che i fattori che interferiscono negativamente con la relazione tra gli operatori e le persone che accedono ai servizi di cura siano riconducibili all'assenza di empatia da parte del professionista, alla sua posizione di valutazione «giudicante», espressa verbalmente e, soprattutto, attraverso la comunicazione non verbale (Zanon, 2016). Forse, allora, diventare consapevoli dei nostri pregiudizi può aiutare a ridurre la supponenza, a mitigare l'onnipotenza professionale di saper capire tutto.

Più in generale, può la letteratura aiutarci a «pensare emozioni»? Ossia a trasformare quelle che proviamo leggendo in un pensiero capace di orientare l'azione ponendola al posto dell'agito, il quale trasforma semplicemente le emozioni in reazioni immediate, senza la mediazione del pensiero. Nel laboratorio *Identità marginalizzate* ognuna di noi ha potuto riflettere su come stereotipi e

pregiudizi verso i corpi non conformi rischiano di condurci ad agiti e su come invece le emozioni pensate ci aiutino a rivedere i comportamenti nella relazione con le persone che quei corpi li abitano. La biblioterapia crea un metacontesto di pensiero sulle pratiche professionali, uno spazio e un tempo di sospensione in cui analizzare — con l'aiuto del gruppo di colleghe/i — l'aspetto emotivo degli interventi per ricollocarli in una dimensione più corretta.

Operatrici sociosanitarie e ambienti domestici

Al fine di continuare a esplorare le potenzialità formative della biblioterapia dello sviluppo all'interno di un contesto organizzativo che mette al centro l'incontro con le persone, nel periodo ottobre-dicembre 2024 ho condotto il percorso di formazione *Nel cuore delle case*, rivolto a tutto il personale di operatrici sociosanitarie dell'Ambito territoriale Noncello diviso in due gruppi (formati rispettivamente da otto e nove persone, tutte donne), ciascuno dei quali si è riunito per cinque incontri di due ore a cadenza quindicinale; la frequenza è stata assidua. Il materiale proposto è stato lo stesso in entrambi i gruppi: brani letterari e di natura saggistica, poesie, albi illustrati in chiusura dell'incontro, carte metaforiche, attività grafiche autorappresentative, tecniche di rievocazione delle fiabe in cui la casa è luogo di affetti e di abusi. Mediante l'assegnazione di consegne specifiche le partecipanti sono state invitate a rintracciare nella propria vita e nella pratica professionale aspetti specifici legati al tema di ciascun incontro.

Il laboratorio di biblioterapia ha accompagnato le partecipanti lungo un percorso che ha toccato diverse tappe, all'interno della cornice teorica della psicologia dell'abitare: l'esplorazione dei significati simbolici della casa e dei significati affettivi degli oggetti, le emozioni che connotano gli ambienti domestici, la dimensione di coabitazione con un'assistente familiare, l'uscita dalla propria abitazione per trasferirsi in una residenza per anziani, la trasformazione degli spazi domestici agli occhi di una persona colpita da demenza. Mettere a tema l'abitare ha significato riflettere su più livelli: sulla relazione di cura con persone anziane non autosufficienti, sulle pratiche professionali, sulla potenziale revisione delle proprie rappresentazioni mentali. È risaputo infatti che spesso il fenomeno dell'inerzia cognitiva limita la comprensione e quindi l'empatia verso le persone che l'operatore si trova ad aiutare.

Durante il laboratorio sono emersi alcuni dilemmi deontologici: quanto è corretto imporre i nostri criteri di ordine e di pulizia/igiene personale? Quanto mettiamo a disagio le persone quando insistiamo nell'intervenire sul disordine e sulla sporcizia degli ambienti domestici? Qual è la soglia dell'accettabilità? Qual è il confine tra legittimità/rispetto/abuso di potere? Qual è la soglia del pudore che rischiamo di violare? Quanto la presenza di tirocinanti OSS aumenta il disagio

nella persona che necessita di prestazioni assistenziali? Quanto è legittimo sollecitare la persona e i familiari verso l'inserimento in una struttura residenziale? Altri temi emersi sono stati la spersonalizzazione delle cure in ospedale e nelle residenze per anziani (con il rischio percepito che questa si verifichi anche a domicilio, per il prevalere del prestazionalismo e della meccanicità delle prestazioni a scapito della relazione di cura); il senso di respingimento provato di fronte ad alcuni ambienti domestici; gli stereotipi verso la professione di OSS («quelle del bagno», «quelle che controllano il lavoro delle badanti»). La riflessione stimolata dalle letture sugli utenti accumulatori patologici ha facilitato la consapevolezza di quanto sia faticoso per tutte separarsi dai propri oggetti e di quanto tendiamo a conservare anche cose inutili.

Complessivamente il laboratorio ha permesso di guardare con più attenzione alla casa, agli oggetti e alle persone che la abitano ed è stata un'occasione per alzare lo sguardo e riflettere sul proprio lavoro, per imparare a decostruire le proprie credenze e i propri sistemi valoriali e a considerarne e accoglierne di nuovi, tenendo il focus sulla dimensione etica dell'attività di cura.

Il ruolo del formatore-facilitatore di biblioterapia

Dalle prime esperienze sul campo, mi sembra che i compiti del formatore-facilitatore di biblioterapia possano declinarsi nel seguente modo:

1. mediare i processi di apprendimento evitando di porsi come depositario del sapere, ma stimolando la produzione di conoscenza e cambiamento assieme alle persone partecipanti;
2. accompagnare i/le partecipanti nella ricerca e scoperta personale: non li dirige, non gli fornisce saperi formalizzati, ma li orienta e li sostiene;
3. accompagnare i/le partecipanti ad assumere una postura incline a problematizzare in modo aperto e generativo, dialogando con il materiale narrativo e tra colleghe/i;
4. contribuire a rafforzare il senso di appartenenza al gruppo, aumentando il supporto professionale;
5. facilitare il clima partecipativo (il piccolo gruppo evita il rischio di fare una lezione frontale e tutte/i hanno la possibilità di intervenire attivamente);
6. rendere generative le differenze di ciascuno e i diversi modi di guardare a un fenomeno;
7. accompagnare le/i partecipanti a rivedere schemi mentali, stereotipizzazioni, consuetudini nelle pratiche lavorative con l'obiettivo di migliorare la qualità delle prestazioni e sviluppare cultura professionale e organizzativa;
8. stimolare gli operatori a osservare il proprio lavoro da una prospettiva diversa e a dare voce alle emozioni;

9. favorire lo sviluppo delle funzioni riflessive e metariflessive, per acquisire più ampie competenze emotive e relazionali.

L'attuale letteratura sulla formazione, del resto, attesta che il ruolo del formatore è sempre meno «legato all'aula, ma tende a identificarsi con le attività maieutiche e di facilitazione» (Lipari, 2014, p. 14).

La valutazione condotta con le/i assistenti sociali e con le operatrici sociosanitarie partecipanti ai laboratori mi ha aiutata a enucleare alcune caratteristiche peculiari del metodo biblioterapeutico: esso si pone alla base di una formazione di carattere introspettivo volta all'interiorità, che stimola un apprendimento riflessivo e trasformativo. L'apprendimento attraverso la trasformazione della prospettiva «consiste nel prendere consapevolezza, attraverso la riflessione e la critica, dei presupposti specifici su cui si basa una prospettiva di significato distorta o incompleta, e nel trasformarla attraverso una riorganizzazione del significato. Questo è il tipo più significativo di apprendimento emancipativo» (Mezirow, 2003, p. 96).

Quando le narrazioni proposte in un laboratorio di biblioterapia offrono al partecipante «opportunità di esplorare le implicazioni delle storie e dei comportamenti rappresentati traducendoli all'interno della propria vita, del proprio lavoro e dell'ambiente in cui si trova ad agire» (Peretti Griva e Poggi, 2014, p. 825), si crea una situazione favorevole di apprendimento riflessivo, in cui il soggetto «coglie il significato del materiale che sta apprendendo, lo integra con il corpo delle sue conoscenze pregresse ed è disponibile a riconsiderare o cambiare, se necessario, i propri schemi di riferimento. Questo apprendimento profondo viene distinto rispetto a un apprendimento «superficiale», dove il soggetto che apprende è concentrato semplicemente nel memorizzare il materiale così com'è, senza provare a metterlo in relazione con idee precedenti o con i propri schemi di riferimento» (Peretti Griva e Poggi, 2014, p. 826).

Intendere la biblioterapia come formazione che si colloca nella dimensione più propria dello sviluppo personale porta a sperimentare nuove soluzioni di metodo: la letteratura diventa pratica di ricerca di senso (anche per chi — da non lettore abituale — la intende esclusivamente come attività di intrattenimento), ci offre la possibilità di «alzare lo sguardo» per osservare in modo diverso i nostri processi di lavoro, ci fa avvicinare al nostro paesaggio interno invitandoci indirettamente a prendercene cura.

Ipotesi da esplorare

Trattandosi di un campo applicativo innovativo, la biblioterapia in ambito formativo pone una serie di questioni di carattere pratico e teorico, che possono

costituire percorsi di ricerca da esplorare in futuro. Innanzitutto, un laboratorio può dimostrarsi efficace anche in un'unità operativa in cui i rapporti tra le persone che partecipano sono caratterizzati da disistima reciproca o sono addirittura conflittuali? Riuscirà, cioè, a creare sufficienti condizioni di agio per permettere che tutte le persone si predispongano a un apprendimento riflessivo?

Inoltre, se il laboratorio di biblioterapia produce effettivo cambiamento, qual è il fattore «terapeutico» decisivo? Il materiale narrativo proposto dal biblioterapeuta oppure il dispositivo gruppale? Se sono efficaci entrambi, è possibile «misurare» la loro correlazione?

Sarà anche interessante esplorare, dopo la realizzazione di più laboratori di argomento diverso, la relazione tra benessere psicologico/promozione della salute (anche lavorativa) e biblioterapia.

Un altro orizzonte di ricerca potrebbe essere quello di indagare se si possa considerare il laboratorio di biblioterapia una comunità di pratica (Wenger, 2006): entrambi sono gruppi che nascono attorno a interessi condivisi (qui il «problema» da affrontare consiste nell'interrogarsi su temi che incontriamo nella pratica professionale) in condizioni di interdipendenza cooperativa; si alimentano di contributi e impegni reciproci; durano fino a quando persiste l'interesse comune; il presupposto di fondo è la relativa libertà da vincoli organizzativi di tipo gerarchico. Le comunità di pratica costituiscono delle strutture elementari di apprendimento, fondamentalmente di tipo esperienziale e sociale, in cui assumono rilevanza le dimensioni soggettive, intersoggettive e contestuali dell'apprendere. Prendersi cura di una comunità di pratica, come di un laboratorio centrato sul metodo biblioterapeutico, presuppone azioni di facilitazione per sviluppare in chi ne fa parte capacità riflessive sulle loro pratiche (Lipari e Scaratti, 2014). L'ipotesi del laboratorio di biblioterapia come comunità di pratica va senz'altro verificata meglio, perché il primo non è necessariamente un'aggregazione spontanea di soggetti intenzionati a collaborare, ma lo sfondo di riferimento mi pare interessante.

In conclusione, sento di poter affermare che quello formativo è un campo applicativo della biblioterapia particolarmente fertile nell'ambito del Servizio Sociale, in cui la creatività e la sostenibilità dell'approccio possono dar luogo a pratiche formative nuove e partecipate. Nelle esperienze realizzate la valorizzazione dell'esperienza attraverso la biblioterapia ha favorito l'attivazione di un pensiero riflessivo che può diventare prassi metodologica.Cogliere la complessità e accogliere l'incertezza come aspetto costitutivo della realtà sono processi imprescindibili per alimentare la capacità di generare il nuovo: in questo senso la letteratura e il metodo biblioterapeutico possono contribuire a ridurre il rischio di inaridire le relazioni professionali di cura, un'ipotesi da verificare proseguendo con altre proposte di formazione che utilizzano il medesimo dispositivo.

Bibliografia

- Abbagnano N. (2005), *Storia della filosofia. Vol. I*, Roma, Gruppo Editoriale l'Espresso.
- Amadei D. e Sbaraglia E. (2022), *Chiedilo ai libri*, Roma, Castelveccchi.
- Benozzo A. e Piccardo C. (2009), *Vita organizzativa, vita emozionale*. In S. Fineman (a cura di), *Le emozioni nell'organizzazione*, Milano, Raffaello Cortina Editore, pp. XVI-XVIII.
- Bobbo N. e Ius M. (2021), *Lavoro di cura, educazione e benessere professionale*, Padova, Padova University Press.
- Calabrese S., Conti V. e Fioretti C. (2022), *Che cos'è la medicina narrativa*, Roma, Carocci.
- Castagna M. (1995), *Progettare la formazione*, Milano, FrancoAngeli.
- Dalla Valle M. (2018), *Biblioterapia*, Verona, QuiEdit.
- Formenti L. e Gamelli I. (1998), *Quella volta che ho imparato*, Milano, Raffaello Cortina Editore.
- Gamelli I. e Mirabelli C. (2019), *Non solo parole*, Milano, Raffaello Cortina Editore.
- Lipari D. (2014), *Storie di formatori*, Milano, FrancoAngeli.
- Lipari D. e Scaratti G. (2014), *Comunità di pratica*. In G. P. Quaglinò (a cura di), *Formazione*, Milano, Raffaello Cortina Editore.
- Mezirow J. (2003), *Apprendimento e trasformazione*, Milano, Raffaello Cortina Editore.
- Pasini B. (a cura di) (2016), *Palpitare di menti*, Santarcangelo di Romagna, RN, Maggioli.
- Peretti Griva P. e Poggi M. (2014), *Storytelling*. In G.P. Quaglinò, *Formazione*, Milano, Raffaello Cortina Editore.
- Quaglinò G.P. (2014), *Coltivazione di sé*. In G.P. Quaglinò (a cura di), *Formazione*, Milano, Raffaello Cortina Editore.
- Rocchi L. (1980), *Vocabolario greco-italiano*, Roma, Società editrice Dante Alighieri.
- Smorti A. (2022), *Storytelling*, Bologna, il Mulino.
- Wenger E. (2006), *Comunità di pratica*, Milano, Raffaello Cortina Editore.
- Zanon O. (2016), *Le pratiche formative nei servizi alla persona*, Roma, Carocci.
- Zingarelli N. (1999), *Vocabolario della lingua italiana*, Bologna, Zanichelli.

