

Viaggio attraverso i primi cent'anni della Biblioterapia

MARCO DALLA VALLE

infermiere e studioso di biblioterapia
Azienda ospedaliera universitaria integrata di Verona
marcodallavalle71@gmail.com

Dalla terminologia al metodo

C'è un secolo da festeggiare per gli amanti dei libri. Un secolo trascorso, che segna una linea di confine tra l'idea della lettura fine a se stessa e la consapevolezza che, attraverso di essa, sono possibili varie forme di cura per raggiungere uno stato di benessere. Era il 1916 quando Samuel McChord Crothers pubblicò sull'*Atlantic Monthly* un saggio dal titolo *Literary Clinic* con il quale coniò il concetto di biblioterapia.¹ Non fu lui a spiegare come la parola *biblion*, che fa chiaramente riferimento ai libri, sia stata accostata alla parola *terapia* non nel senso di cura medica, ma con un'accezione molto più ampia. Se ne occuparono gli studiosi dopo di lui: medici, letterati, operatori sociali e sanitari. Le professioni non mediche, evitando di addentrarsi in campi che non gli competevano, svilupparono un modello di utilizzo del libro non per curare la parte malata della persona, bensì per rafforzare la parte sana, quella creativa, emotiva, riflessiva. Gli psichiatri, invece, presero alla lettera il termine *terapia* e crearono un vero e proprio metodo terapeutico.² Tutto



Samuel McChord Crothers

questo venne dopo Samuel Crothers, eppure, senza volerlo, egli seppe incrociare entrambi gli spiriti della biblioterapia. Nel suo famoso saggio, immagina un dialogo con l'amico Bagster, un ministro di culto come lui, che aveva aperto un vero e proprio studio di biblioterapia, parola che nell'articolo

non viene mai usata, se non indirettamente nel termine *bibliopatìa* o parlando del sistema *biblioterapeutico*. Nonostante ciò, a un secolo di distanza, c'era già tutto il senso che noi diamo al termine *biblioterapia*. Certo, mancavano gli studi sull'applicazione fatti in campo psicologico, educativo e medico.³ Non era ancora stato teorizzato il processo biblioterapeutico chiamato "psicodinamico" formulato da Caroline Shrodes nel 1949 e che vede nelle tre tappe, *identificazione*, *catarsi* e *introspezione*, le fasi da far raggiungere attraverso la lettura dei libri.⁴ Le "Teorie sull'estetica della ricezione del testo", con tutte le implicazioni legate al protagonismo del lettore rispetto all'egemonia dell'autore, erano ancora lontane.⁵ Più ancora lo erano gli studi qualitativi basati sul metodo fenomenologico che ci hanno permesso di capire quanto effettivamente la biblioterapia sia efficace,⁶ così come la teoria dei neuroni a specchio, che spiega scientificamente le basi biologiche dell'empatia e l'utilizzo della finzione letteraria come esperienza utile alla comprensione della realtà e di se stessi, così da favorire un cambiamento positivo.⁷ Mancavano anche le descrizioni e le analisi di tutte le esperienze svolte nei diversi campi professionali⁸ e i primi protocolli d'uso della biblioterapia.⁹ La medicina narrativa era inimmaginabile,¹⁰ poco più conosciuto era il sistema di scrittura autobiografico.¹¹ Eppure, Samuel Crothers era riuscito a immaginarsi tutto. Immaginava di passare davanti alla sacrestia, dove abitava il suo amico Bagster, e vedere un cartello con su scritto "Istituto di Bibliopatìa" e di entrare per farsi raccontare di cosa si trattasse. E la descrizione non delude. "Non ho dato molta attenzione" fa dire Samuel Crothers all'amico Bagster "alle

classificazioni puramente letteraria o storica. Non mi curo se un libro è antico o moderno, se è inglese o tedesco, se è in prosa o poesia, se è storico o una collezione di saggi, se è romantico o realistico. Mi domando solo: cos'è che ha valore terapeutico?". E ancora: "Un libro può essere uno stimolatore o un sedativo o un irritante o un soporifero. Il punto è che deve essere qualcosa per te". Il concetto di libri giudicati non secondo la valutazione dei letterati, ma per la capacità che ha di stimolare un cambiamento nella persona sta tutto in queste parole, ma necessita di svilupparsi oltre. Capire quale libro consigliare alla persona che si ha di fronte è una delle sfide più difficili di chi si occupa di biblioterapia;¹² soprattutto negli Stati Uniti esiste un'editoria che pubblica libri scritti a questo scopo. Ad esempio, per la riabilitazione dei giovani paraplegici vi sono libri in cui, assieme al racconto di un incidente che ha provocato lesioni midollari a un giovane come loro e che come loro rimane paralizzato, vi è la storia della riabilitazione e della lotta per tornare alla normalità, passando attraverso un patteggiamento con la malattia, per giungere a un lieto fine di accettazione e ricostruzione della propria vita. In questo modo, i giovani paraplegici possono identificarsi, innescando la catarsi i cui effetti andranno poi introiettati. Sembra uno strumento di facile utilizzo? Non lo è, pur restando prezioso. Se le persone con lo stesso problema sono accomunabili, più difficile è tenere in considerazione il loro background culturale e la loro capacità di decodificare un certo tipo di scrittura anziché un altro.

Accanto a questo tipo di editoria, sono continuamente aggiornate anche dati che classificano ogni tipo di libro per problemi da risolvere, così da orientare gli addetti ai lavori. In Europa, vediamo pubblicati, di tanto in tanto, libri di "Pronto Soccorso letterario" che cercano di imitare tali classifiche. Sono mezzi che, utilizzando la biblioterapia, possono tornare utili, pur rimanendo davvero insufficienti e spesso fuorvianti. La persona va incontrata per poter consigliare un libro. Va incontrata come Bagster incontrava i suoi pazienti, con l'entusiasmo dell'amante dei libri e l'esperto di letteratura e del suo utilizzo terapeutico che, con competenza, poteva dire: "un libro è una prescrizione letteraria per il beneficio di qualcuno che ne ha bisogno. Può essere semplice o composto di

molti ingredienti. Le idee possono fondersi in una vera unione chimica o possono essere insolubili in un altro e formare un'emulsione". L'articolo di Crothers è ricco di riferimenti farmacologici che si fondono con azzeccate considerazioni letterarie fino ad arrivare a un'ipotesi storica fantasiosa, ma affascinante: Dante Alighieri apparteneva all'Ordine dei medici e degli speciali, e forse proprio il conubio formato da lettere e pozioni lo hanno reso il grande poeta che è diventato.

Ma le tante intuizioni di Samuel Crothers da dove derivano? A quale tradizione fanno riferimento? Perché proprio dagli Stati Uniti è arrivata questa nuova filosofia del libro? Se si esclude la tradizione degli Antichi, possiamo dire che per secoli l'unica letteratura considerata curativa in ogni parte del mondo era quella religiosa.¹³ In particolare, le malattie mentali erano viste come un castigo divino e ciò rafforzava l'utilità di tali libri. Gli Stati Uniti vantano una tradizione di umanizzazione delle cure psichiatriche a partire dal XIX secolo, e questo spiega, in parte, il fiorire della biblioterapia proprio qui. Fu Benjamin Rush il primo a introdurre i libri in ospedale: nel 1802 iniziò a consigliarli ai malati fisici e nel 1810 a quelli mentali. Nel 1846 fu un altro medico americano a rafforzare l'utilizzo dei libri in ambito clinico, John Minson Galt II, che decise di condividere con la comunità scientifica questo pensiero pubblicando, nel 1853, un saggio dal titolo *On Reading, Recreation and Amusements for the Insane*.¹⁴ Entrambi questi psichiatri sono considerati pionieri della biblioterapia,¹⁵ ma sono essi stessi debitori di una tradizione europea che li ha preceduti. Infatti, molti articoli americani sulla biblioterapia hanno un'introduzione storica che cita tre nomi: Pinel per la Francia, Chiarugi per l'Italia e Tuke per l'Inghilterra.¹⁶ Si tratta di luminari della psichiatria che hanno, per primi, cercato di trattare con umanità i pazienti, anche attraverso l'utilizzo della lettura. Dell'italiano Vincenzo Chiarugi, operante nel Granducato di Toscana, Oriana Fallaci, nel suo libro *Un cappello pieno di ciliege*, traccia un quadro: "Poi Francesco scoprì che a Firenze esisteva un ospedale unico al mondo: l'Istituto di San Bonifazio. Unico al mondo perché era diretto da uno studioso, Vincenzio Chiarugi, secondo il quale la demenza non andava considerata un crimine da punire bensì un malanno da curare". Viene anche citato il regolamento che Chiarugi scrisse nel 1789

per la fondazione dell'istituto che recita: "Supremo dovere medico e umano è il rispetto della persona fisica e morale dell'infermo".¹⁷ Queste parole non possono che apparire rivoluzionarie considerando che in Italia si dovette attendere la legge Basaglia del 1978 per realizzare tali principi. Il trattamento disumano negli ospedali psichiatrici trova testimonianze fino agli anni Settanta, tra le quali quelle sublimata in poesia dalla poetessa Alda Merini.¹⁸ Volgendo il nostro interesse oltre la nascita del termine *biblioterapia*, può essere utile capire come questo lemma abbia subito una continua evoluzione. Era il 1941 quando comparve per la prima volta su un dizionario, e per la precisione su un dizionario medico, il *Dorland's Illustrated Medical Dictionary*, che al termine *biblioterapia* scriveva: "l'uso dei libri e della loro lettura nel trattamento delle malattie nervose".¹⁹ In questa definizione troviamo l'eredità di un altro scritto fondamentale nella storia della biblioterapia: si tratta dell'articolo del 1937 dal titolo *Bibliotherapy* di William Menninger, medico psichiatra, che per primo utilizzò e descrisse l'uso della biblioterapia in ambito psichiatrico, illustrando metodi e risultati.²⁰ Questo articolo è talmente importante che, soprattutto in ambito clinico, si preferisce spesso far partire la storia della biblioterapia moderna da Menninger anziché da Crothers.

Dovranno passare vent'anni dalla definizione del *Dorland's Illustrated Medical Dictionary* prima che la biblioterapia possa trovare collocazione come metodo per capire e risolvere le difficoltà non patologiche. Nel 1966 l'American Library Association fece sua la definizione di biblioterapia del *Webster's Third New International Dictionary*: "è l'uso di materiali di lettura selezionati come adiuvante in medicina



Un veterano di guerra e un'infermiera condividono i libri

e psichiatria; inoltre, è la guida nella soluzione di problemi personali attraverso la lettura diretta".²¹ Naturalmente, negli anni successivi molte altre definizioni sono state elaborate a seconda dei diversi campi di applicazione e dei diversi indirizzi filosofici. Certamente, l'approccio psicologico l'ha fatta da padrone, dividendo la biblioterapia in affettiva e cognitiva, riferendosi nel primo caso al libro in un setting psicoanalitico, e nel secondo all'utilizzo di libri di auto-aiuto che il paziente utilizza in autonomia con un contatto limitato col terapeuta.²² Ma accanto ai medici psicologi e psichiatri, altre professioni hanno imparato ad utilizzare la biblioterapia: bibliotecari, insegnanti, infermieri e operatori sociali di svariati campi. Per questo è stato necessario classificare la biblioterapia in modo che non esistessero invasioni di campo: da una parte la biblioterapia clinica, dall'altra la biblioterapia dello sviluppo. La biblioterapia clinica è gestita da medici psicologi e psichiatri, o da infermieri o operatori sociali supervisionati. La biblioterapia dello sviluppo riguarda le diverse professioni laiche che possono utilizzare la biblioterapia in autonomia, favorendo lo sviluppo delle potenzialità positive della persona nel risolvere problemi e nel riflettere su situazioni difficili.²³ Per questi motivi è evidente che anche le definizioni di biblioterapia possono essere talvolta differenti tra loro, pur mantenendo al centro il valore terapeutico del libro. Di seguito mi limito a citarne alcune tra le più conosciute:

...una famiglia di tecniche per strutturare l'interazione tra il facilitatore e un partecipante basato sulla comune condivisione della letteratura [Pardeck & Pardeck, 1989]

la biblioterapia è uno strumento che può essere usato per promuovere la salute attraverso i libri [Smith, 1989]

la biblioterapia è il processo di crescita verso uno stato di buona salute emotiva attraverso la mediazione della letteratura [Davis & Wilson, 1992]

...l'uso dei libri per aiutare le persone a risolvere i problemi [Aiex, 1993]

La biblioterapia è l'uso terapeutico della letteratura con la guida o l'intervento da parte di un terapeuta [Cohen, 1994]

...l'uso della lettura guidata per aiutare il lettore a crescere nella consapevolezza di sé e per aiutare a pensare alla propria situazione particolare attraverso l'indagine critica [Harrys & Hodges, 1995]

la biblioterapia è una tecnica che usa la letteratura per aiutare lo sviluppo dell'autocoscienza degli studenti, e a migliorare la conoscenza dei loro problemi [Coombs, 1998].

Sono solo alcune delle definizioni proposte negli anni Ottanta e Novanta.²⁴ È evidente l'influsso delle differenti discipline che vanno a utilizzare la biblioterapia, tutte alla ricerca del giusto equilibrio tra benefici della lettura e competenze professionali. Tutt'oggi continua il tentativo di condensare in poche parole il concetto di biblioterapia.

Coloro che lavorano con i libri possono avere obiettivi diversi, pur utilizzando lo stesso strumento. Laura J. Cohen afferma che "il processo biblioterapeutico è sovrapponibile al processo di nursing".²⁵ Questo sta a significare che per le professioni laiche è possibile creare un progetto di biblioterapia attraverso un metodo scientifico di raccolta dati, individuazione degli obiettivi, applicazione e verifica dei risultati (che sono le tappe del processo di nursing utilizzato come processo decisionale nelle professioni infermieristiche). Gilda Katz e John A. Watt lo ribadiscono in merito alla biblioterapia in ambito psichiatrico definendola "l'uso guidato della lettura, sempre con un terapeuta, avendo in mente un obiettivo terapeutico".²⁶ Questa vicinanza nelle definizioni di autori appartenenti ad ambiti così diversi, uno infermieristico e gli altri psichiatrico, entrambi operanti negli anni Novanta, ci permette di capire il comune denominatore della biblioterapia: essa è strumento utilizzabile da professionisti estremamente diversi tra loro, senza che vi sia alcuna invasione di competenze. Il rischio che questo accada esiste, ma non è lo strumento a renderlo possibile, bensì la capacità del professionista di rimanere all'interno del proprio ambito d'azione. Samuel Crothers era un ministro di culto battista. Come lui, tutt'oggi, negli Stati Uniti, la biblioterapia viene usata anche nelle chiese di diverse confessioni, ma certamente i loro obiettivi sono ben diversi da quelli prefissati negli ospedali, negli studi di psicoanalisi, nelle scuole, nelle carceri o nelle biblioteche. Eppure, in ognuno di questi luoghi,

c'è posto per una biblioterapia efficace e competente. Accade spesso che la biblioterapia sia sotto-utilizzata.²⁷ Sicuramente la formazione necessaria è complessa, ma alla portata di tutti, soprattutto di quella degli esperti di letteratura. Il motivo che spinge bibliotecari o insegnanti a non utilizzare la biblioterapia è soprattutto il timore di superare i limiti della propria professione, rischiando di sconfinare in competenze altrui. Per questo le diverse definizioni di biblioterapia possono andare in loro aiuto. È forse necessario prendere da esse diversi elementi, unirli e analizzarli. Credo fortemente che la biblioterapia sia "l'uso creativo e ragionato della letteratura",²⁸ considerando la grande inventiva che i diversi professionisti possono e sanno mettere in campo quando si tratta di promuovere la lettura. Dobbiamo poi affermare che essa è praticabile con l'intervento di un *facilitatore*, che può solo consigliare un libro adeguato, fino a giungere a gestire una seduta di biblioterapia. Va aggiunto che le innumerevoli modalità di utilizzo dei libri vanno pianificate *fissando precedentemente un obiettivo*, che deve essere conforme all'ambito professionale di applicazione. Qualche esempio per capire: lo studio e la lettura delle opere di Manzoni non possono essere considerate come biblioterapia; la libera lettura di libri da parte di un malato non può essere considerata biblioterapia; un reading letterario in biblioteca non può essere considerato biblioterapia. Il linguaggio medico che Crothers utilizza nel suo saggio ci riporta proprio agli obiettivi e ci chiarisce questo concetto. Egli classifica i libri come antipiretici, lenitivi, stimolanti, calmanti. Dietro questo linguaggio stanno gli scopi che ogni professionista è in grado di fissare secondo le proprie competenze. Se un insegnante parla alla sua classe di bullismo attraverso un testo, con l'obiettivo di sensibilizzare gli studenti sulla questione e di modificarne alcuni atteggiamenti, ponendo domande-stimolo, possiamo dire che sta dando vita a un processo biblioterapeutico. Ma, seguendo il principio degli obiettivi, per completare il processo è necessario verificare che gli obiettivi siano stati raggiunti o meno. Questo aspetto conclusivo Crothers ce lo mostra chiaramente quando l'amico Bugster descrive gli incontri con i suoi pazienti, inclusi i momenti di verifica in cui può dire se l'intervento biblioterapeutico è stato efficace.

Può sembrare impossibile che a distanza di cento

anni si possa parlare di principi validi ancora oggi, ma non dovrebbe stupirci perché la letteratura è la tradizione più antica che possediamo e così le risorse che ci mette a disposizione. E se da Cicerone a Umberto Eco la biblioteca è sempre stata considerata il luogo migliore cui aspirare per stare bene, un motivo ci sarà.

NOTE

- ¹ SAMUEL CROTHERS, *A literary clinic*, in "The Atlantic Monthly", 118(1916), n.3, p. 291-302.
- ² RHEA JOYCE RUBIN, *Bibliotherapy Sourcebook*, Phoenix, Oryx Press, 1978.
- ³ RHEA JOYCE RUBIN, *Bibliotherapy Sourcebook*, cit.
- ⁴ CAROLINE SHRODES, *Bibliotherapy: A theoretical and Clinical-experimental study*, Unpublished doctoral dissertation, University of California at Berkeley.
- ⁵ CARMELA LOMبارDI, *Lettura e letteratura. Quarant'anni di teoria*, Napoli, Liguori Editore, 2004, p. 33-75.
- ⁶ DEBORAH DYSART-GALE, *Lost in Translation: Bibliotherapy and Evidence-based Medicine*, in "J Med Humanit" 29(2008), n.1, p. 33-43.
- Liz Brewster, *The reading remedy*, "Public library journal", 21(2008), 4, pp. 172-177.
- ⁷ GIACOMO RIZZOLATTI - CORRADO SINIGAGLIA, *So quel che fai. Il cervello che agisce e i neuroni a specchio*, Raffaello Cortina Editore, Milano, 2006.
- ⁸ RHEA JOYCE RUBIN, *Bibliotherapy Sourcebook*, cit.
- ⁹ ARLEEN MCCARTY HYNES - MARY HYNES-BERRY, *Biblio/poetry therapy. The interactive process: a Handbook*, Minnesota, North Star Press of St. Cloud Inc, 1994.
- ¹⁰ RITA CHARON, *Narrative medicine: a model for empathy, reflection, profession, and trust*, JAMA, 286(2001), 15, 1897-1902.
- ¹¹ DUCCIO DEMETRIO, *Il metodo autobiografico*, in "Adulità", 4(2003), n. 2.
- ¹² ARLEEN MCCARTY HYNES - MARY HYNES-BERRY, *Biblio/poetry therapy. The interactive process: a Handbook*, cit.
- ¹³ RHEA JOYCE RUBIN, *Bibliotherapy Sourcebook*, cit, p.XI.
- ¹⁴ RHEA JOYCE RUBIN, *Bibliotherapy Sourcebook*, cit, p.XI-XII.
- ¹⁵ PHILIP J. WEIMERSKIRCH, *Benjamin Rush and John Minson Galt, II. Pioneers of bibliotherapy in America*, Bulletin of the Medical Library Association, 53(1965), 4, p. 510-526.
- ¹⁶ RHEA JOYCE RUBIN, *Using bibliotherapy*, Phoenix, Oryx press, 1978, p.13.
- ¹⁷ ORIANA FALLACI, *Un cappello pieno di ciliege*, Milano, RCS libri, 2009, p. 281-283.
- ¹⁸ ALDA MERINI, *Fiore di poesia*, a cura di Maria Corti, Torino, Einaudi, 1998.
- ¹⁹ RHEA JOYCE RUBIN, *Bibliotherapy Sourcebook*, cit, p.XI.
- ²⁰ RHEA JOYCE RUBIN, *Bibliotherapy Sourcebook*, cit, p. 12-21.
- ²¹ RHEA JOYCE RUBIN, *Bibliotherapy Sourcebook*, cit, p.XI.
- ²² SHECHTMAN ZIPORA, *Treating child and adolescent aggression through bibliotherapy*, New York, Springer Science, 2009, p. 21-37.
- ²³ PAULA S. McMILLEN - DALE ELIZABETH PEHRSSON, *Bibliotherapy for hospital patients*, in "Journal of Hospital Librarianship", 4(2004), n.1, p. 73-81.
- ²⁴ CELIA E. JOHNSON - GUOFANG WAN - ROSALYN ANSTINE TEMPLETON - LESLEY P. GRAHM - JOAN L. SATTLER, "Booking It" to peace, *Bibliotherapy for Teachers*, in "Academic exchange quarterly", 5(2001), n. 3, p. 2-16.
- ²⁵ PAULA S. McMILLEN - DALE ELIZABETH PEHRSSON, *Bibliotherapy for hospital patients*, cit, p. 74.
- ²⁶ JAMI L. JONES, *A closer look at bibliotherapy*, in "Young Adult Library Service", 5(2006), n.1, p. 24.
- ²⁷ JAMI L. JONES, *A closer look at bibliotherapy*, cit., p. 24.
- ²⁸ MARCO DALLA VALLE, *Esiste davvero la biblioterapia?*, in "Biblioteche oggi", 32(2014), n.8, p. 45.

DOI: 10.3302/0392-8586-201607-056-1

ABSTRACT

This year, the term "bibliotherapy" celebrates its centenary. The concept of bibliotherapy was created by Samuel Crothers, who wrote an article entitled "Literary Clinic". It's a little known work and out of practice. However, it contains all the elements that currently are used to practice the bibliotherapy. This article aims to explain the evolution of the term "bibliotherapy" in different fields, starting with the main content of Crothers' essay.