

Posologia di un racconto

Un'indagine sulla biblioterapia*

DARIA BORRA

Dipartimento di Studi storici
Università degli studi di Torino
daria.borra@edu.unito.it

Sono numerosi gli studi volti a indagare la dimensione intima del rapporto che si crea tra un libro e il suo lettore. Di lettura dal punto di vista psicologico ha parlato Maria Chiara Levorato, che si è interrogata sulla capacità dei libri di appagare e stimolare positivamente gli individui, identificando nelle narrazioni situazioni simboliche entro le quali applicare i contenuti della mente e costituire un canale di evasione sicuro per staccare dalla quotidianità. Proprio la libertà consentita all'immaginazione umana entro questa realtà simbolica è, secondo la Levorato, una prima fonte di piacere che alimenta il desiderio di leggere.¹ Michèle Petit, accennando a un'indagine da lei svolta riguardo il ruolo delle biblioteche pubbliche nella lotta contro l'emarginazione, rileva come sia diffusa tra i professionisti l'idea che l'accesso alla lettura sia importante soprattutto perché permette ai giovani di accrescere la propria cultura e costituisce un ausilio a livello scolastico. Accanto alle valide convinzioni degli operatori del settore, Petit ha però rilevato alcune necessità degli utenti che si discostano dalla visione scolastico-culturale e si avvicinano a una dimensione personale: volontà di provare nuove emozioni e di sviluppare una maggiore conoscenza di sé. A tal proposito, l'autrice osserva che "leggere o ricorrere ad altre espressioni culturali per scoprire, costruire o ricostruire sé stessi non equivale a leggere per distrarsi, anche se le due attività possono essere in qualche modo connesse".²

Proprio a queste particolari necessità dei lettori si ri-

collegano molte delle riflessioni avanzate negli ultimi anni, volte da una parte a interrogarsi sugli effetti dati dal rapporto tra i cittadini e le biblioteche, dall'altra a rivalutare la *mission* e le nuove possibilità che questi luoghi devono saper offrire, collocandosi nell'ambito delle politiche del welfare.³ La biblioterapia si prefigge come obiettivo il benessere dell'utenza, in quanto percorso ideato per ottenere benefici sfruttando i processi mentali ed emozionali legati alla lettura e il rapporto che si crea tra il lettore e il testo, rientrando potenzialmente nelle attività relative ai nuovi ruoli definiti dagli studi legati alla biblioteconomia sociale e alla promozione della lettura in generale. Questo rapporto che si viene a creare ha origine da bisogni differenti ed è talvolta legato alla necessità di trovare un luogo entro cui isolarsi, allontanando le proprie difficoltà. Durante l'atto della lettura, per qualche pagina si può vivere la vita di un altro e in questo modo si crea una relazione intensa e intima con i personaggi del testo: simpatie, antipatie, comprensioni, affezioni, arrivando talvolta al riconoscimento di affinità tra se stessi e loro, tra le proprie storie e le loro.

Una relazione del genere, tra concretezza della vita reale e dimensione fantastica della testualità, può dunque avere conseguenze? Tali dinamiche possono essere sfruttate per ottenere una qualche forma di beneficio per il lettore? È ammissibile che si possa riporre nel libro la speranza di un ipotetico benessere? Cosa succederebbe se, da semplice passatempo, il libro diventasse lo strumento per la propria gua-

rigione? Può effettivamente accadere che un libro da semplice intrattenimento possa diventare qualcosa di più, innescando coinvolgimenti particolari. Questo rapporto che viene a crearsi tra persona e personaggio ha delle potenzialità che sono state colte e sfruttate con crescente consapevolezza nel corso della storia come base di partenza per sviluppare progetti e attività nell'ambito della biblioterapia.

In questo contributo si cerca di elaborare una risposta a tali domande sulla base del seguente percorso:

- nella prima parte la biblioterapia è presentata per mezzo di alcune delle definizioni che di essa sono state formulate, presentando poi le diverse pratiche esistenti;
- nella seconda parte sono ricostruiti alcuni dei momenti fondamentali della storia dell'utilizzo della lettura per apportare benefici alle persone;
- nella terza parte sono evidenziati i più recenti sviluppi della biblioterapia ed è analizzato in particolare il contesto italiano;
- la quarta parte propone il resoconto di un'esperienza personale sul campo, corredata da alcune interviste condotte in occasione di un laboratorio di lettura presso una Residenza assistenziale flessibile a Poirino (TO).

Biblioterapia: definizione e tipologie

Si deve a un articolo scritto nel 1916 da Samuel McChord Crothers la nascita del termine *bibliotherapy*, anche se la prima definizione appare nel 1941 sul *Dorland's illustrated medical dictionary*, che definisce la biblioterapia come "the employment of books and the reading of them in the treatment of nervous disease".⁴ Così come coniato da Crothers, il termine risulta derivato da due parole greche: βιβλίον (*biblion*, ovvero "libro") e θεραπεία (*therapeia*, ovvero "cura", "terapia"). Il punto di partenza è un'associazione tra l'oggetto-libro e il concetto di cura e guarigione. Barbara Rossi, nello studio dell'origine etimologica del termine, parte da un'analisi del concetto di terapia e rileva come questa, sulla base di una diagnosi, "si occupa del trattamento di malattie e ferite"⁵ definendo poi la biblioterapia come la cura di una persona per mezzo di un libro. Un'analisi del concetto di terapia è effettuata anche da Rhea Joyce Rubin, che propone una lettura del termine in chiave non medica, con l'obietti-

vo di far chiarezza sulle molteplici possibilità offerte da tale pratica, non necessariamente legata a percorsi clinici. Nella sua visione è il termine *therapy* a trarre in inganno, perché può indurre a istituire un erroneo collegamento con pratiche connesse con la psicologia clinica o la psichiatria. Rubin dichiara dunque che lo scopo della biblioterapia è anche quello di aiutare un individuo a scoprire nuove verità su se stesso e sul mondo, a cambiare abitudini e comportamenti negativi, a vedere le cose sotto una nuova e diversa luce.⁶

Fondamentali perché si possa strutturare un percorso biblioterapeutico sono la presenza di un facilitatore o moderatore e la determinazione di un obiettivo da raggiungere. La necessità della presenza di una figura che guidi il percorso ha un riscontro in numerose fonti. Arleen McCarty Hynes e Mary Hynes-Berry considerano il ruolo del facilitatore essenziale: è proprio il dialogo che si viene a creare tra questa figura e il partecipante a costituire l'essenza del processo biblioterapeutico.⁷ Sin dalla nascita delle prime attività legate al benessere connesso alla lettura si sono sviluppate idee divergenti circa la vera natura di questi percorsi e chi debba essere la figura che li gestisce. Tali divergenze hanno un riscontro negli effettivi sviluppi delle pratiche legate alla biblioterapia in differenti campi di applicazione: *settings* psicoanalitici istituzionali guidati da un terapeuta, contesti medici e psichiatrici, ma anche percorsi guidati da insegnanti, bibliotecari, educatori.

Rubin classifica la biblioterapia in tre tipologie: biblioterapia istituzionale, biblioterapia clinica e biblioterapia dello sviluppo. La prima tipologia è ormai poco diffusa e prevede un'impostazione in cui sono coinvolti un medico e un singolo paziente al quale sono forniti testi di letteratura didattica con la finalità di istruire e allo stesso tempo fornire un passatempo. La biblioterapia clinica è rivolta a gruppi di pazienti affetti da disturbi emotivi o comportamentali, con la finalità di ottenere un cambiamento nei loro comportamenti. Il gruppo è guidato da un medico o altro specialista che può essere affiancato da un bibliotecario. Nel caso della biblioterapia dello sviluppo, il facilitatore può essere un insegnante, un educatore, un bibliotecario o un'altra figura non medica: questo tipo di percorso è dedicato a gruppi di persone non necessariamente affette da disturbi mentali o emotivi. Non si parla in questo caso di pazienti, ma di comuni gruppi di persone che attraverso la biblioterapia sono guidate nell'affrontare problemi diffusi o specifiche fasi della vita.⁸

Cenni storici

Alla base di qualsiasi percorso di biblioterapia vi è un'idea comune: la lettura può influenzare un soggetto nel suo umore e nei suoi comportamenti, grazie alla narrazione di situazioni simili a quelle da lui vissute, per problematiche o vicende comuni. Si tratta di un'idea che ha origini remote: già nella Grecia antica vi era interesse verso gli effetti che l'arte e la letteratura potevano avere sugli individui: Platone riteneva che le emozioni suscitate dall'arte potessero generare il male, mentre Aristotele sosteneva che la tragedia fosse in grado di portare alla catarsi, cioè alla liberazione dalle passioni. Entrambi si erano interessati alle reazioni emotive dovute all'esperienza di un prodotto artistico.⁹ Tra gli esempi del passato abbiamo poi una frase posta a designare la biblioteca come un luogo di cura, collocata all'ingresso della sala in cui il faraone Ramses II conservava i libri. In un articolo di Cora E. Lutz si parla proprio di questo: Diodoro Siculo, nella sua opera *Bibliotheca Historica* racconta della seguente iscrizione: ψυχῆς ἰατρεῖον, che viene tradotta in inglese come *the house of healing for the soul*, ovvero: "la casa della cura per l'anima".¹⁰

Alla storia antica risalgono i primi testi ideati appositamente per aiutare a lenire il dolore dovuto a una perdita. Marco Dalla Valle dedica i primi capitoli del suo libro *Letteratura consolatoria medievale e biblioterapia moderna a confronto* a un'analisi del genere della *consolatio*, riconoscendo in questi componimenti una prima forma di ricerca di benessere per mezzo della lettura. Dalla Valle ricerca tracce di letteratura consolatoria anche nelle opere di Dante Alighieri, Francesco Petrarca e Giovanni Boccaccio. Si possono trovare negli scritti di questi autori elementi appartenenti al lessico consolatorio, come anche tematiche legate al dolore, alla sofferenza per la perdita di una persona cara e all'esilio.¹¹

Nel Medioevo si ha il primo esempio di uso della lettura all'interno di un ospedale: nel 1272 in un ospedale nel Cairo il trattamento medico prevedeva anche la lettura del Corano.¹² Per molto tempo la cura dei malati, come anche la rieducazione dei carcerati, furono pratiche strettamente legate alla religione, alla predicazione e alla preghiera. Grazie alla guida religiosa e alla lettura di opere accuratamente selezionate si ha una graduale introduzione delle biblioteche all'interno degli istituti.

A cavallo tra XVIII e XIX secolo la storia della biblioterapia si intreccia con la storia della psichiatria, segnata in questo periodo dalla nascita dei primi ospedali dedicati ai malati di mente. Philippe Pinel, psichiatra francese, si è occupato di sperimentare le cosiddette "terapie morali", proponendo nuove pratiche finalizzate alla guarigione dalla condizione di alienati, abbandonando la via della mera reclusione dei pazienti.¹³ La conseguenza è stata l'abolizione, dove possibile, degli strumenti di contenzione e l'introduzione di attività orientate a intrattenere e svagare il paziente, una delle quali era la lettura. Le biblioteche hanno fatto così il loro ingresso all'interno di gran parte dei migliori ospedali europei alla fine del Settecento.¹⁴ Si sono distinte nella storia della biblioterapia americana le figure di Benjamin Rush e John Minson Galt II. Rush è stato il primo medico americano a introdurre la pratica della lettura all'interno degli ospedali e ad analizzare i benefici da essa derivati; John Minson Galt II fu il primo a scrivere un articolo sulla biblioterapia e a fornire un quadro generale sulle biblioteche nei manicomi americani. Queste due figure hanno il merito di aver studiato e sperimentato per prime gli effetti della lettura sui pazienti, anticipando alcune pratiche attuali, iniziando a percepirne le potenzialità benefiche.¹⁵

Nei primi anni del XX secolo la biblioterapia ha avuto il suo primo riconoscimento ufficiale come un aspetto della biblioteconomia grazie a E. Kathleen Jones, prima bibliotecaria qualificata per usare i libri nel trattamento dei malati mentali, ideatrice di un programma basato sulla selezione di letture specifiche in base alle necessità dei pazienti. Nel 1916 è inoltre apparso il precedentemente citato articolo di Crothers, *A Literary Clinic*, in cui, attraverso esempi letterari uniti a un linguaggio proprio della medicina, egli parla per la prima volta di *bibliotherapy*. L'articolo tratta del valore terapeutico dei libri e riconosce al testo scritto la capacità di produrre effetti su chi lo sta leggendo, descrivendo la prescrizione di testi in relazione al disturbo che affligge il paziente e parlando della scrittura come di una vera e propria antitossina in grado di condizionare realmente i lettori.¹⁶

Durante la prima guerra mondiale la biblioterapia ha fatto il suo ingresso all'interno delle strutture dedicate ai veterani feriti. Si distingue in questo periodo l'operato di Sadie Peterson Delaney, capo bibliotecaria dell'U.S. Veterans Administration Hospital in

Alabama. Delaney si è occupata di arricchire e arredare la biblioteca dell'ospedale, ha istituito una società letteraria e ha definito un programma che prevedeva la conoscenza della storia clinica del paziente, una periodica consultazione con i medici e la conoscenza dei contenuti del materiale librario offerto agli utenti.¹⁷ Una fase fondamentale per gli sviluppi della disciplina si ha negli anni Trenta grazie a William C. Menninger, medico e cofondatore di un centro per il trattamento dei disturbi comportamentali, *The Menninger Foundation* in Kansas. Menninger è autore di un documento, intitolato *Bibliotherapy*, in cui descrive il suo lavoro nella clinica psichiatrica di proprietà della sua famiglia. Si tratta di uno studio che affronta con scientificità il tema della prescrizione dei libri ai malati mentali e introduce concetti che valgono ancora oggi. Egli riconosce la capacità della lettura di influenzare la vita e il comportamento delle persone, ma allo stesso tempo ritiene che un libro da solo non possa essere usato come un farmaco e sostiene sia fondamentale la predisposizione di un vero e proprio programma terapeutico, con professionisti e collaboratori preparati.¹⁸

Nel 1949 Caroline Shrodes scrive la sua tesi di dottorato, la prima nella storia incentrata sull'argomento della biblioterapia, in cui sono analizzate ed espresse le implicazioni psicologiche della lettura e dei processi di interazione tra la personalità del lettore e la letteratura, individuando le fasi fondamentali del processo biblioterapeutico.

Il fermento culturale che caratterizza gli anni Sessanta porta lo sviluppo di nuovi studi e grandi innovazioni e la biblioterapia inizia ad assumere sempre più i caratteri di una vera disciplina, grazie agli approfondimenti teorici e pratici e all'operato delle nuove associazioni. Nel 1969 nasce la *Association for Poetry Therapy* (ATP) a New York e nel 1974 la *International Federation of Library Associations* (IFLA) tiene un convegno durante il quale particolare attenzione è rivolta alla biblioterapia, coinvolgendo diversi professionisti tra bibliotecari, medici, terapeuti e infermieri. Nel 1980 nasce la *National Federation for Biblio/Poetry Therapy* (ora chiamata *International Federation for Biblio/Poetry Therapy*), che si è adoperata nel determinare i requisiti fondamentali per rendere la biblioterapia una disciplina, creando una guida e stabilendo i requisiti per la formazione del personale, diventando l'organismo dedicato alla certificazione dei terapeuti esperti. Il ruolo di presidente del comitato direttivo e di pri-

mo presidente della federazione è stato assegnato ad Arleen Hynes, conosciuta per aver sperimentato l'uso della poesia, delle metafore, del ritmo e delle immagini, in sessioni di gruppo durante le quali i pazienti erano liberi di discutere dei propri sentimenti e scrivere considerazioni personali.¹⁹

In Italia non ci sono stati studi importanti o associazioni attive nel corso del Novecento. Marco Dalla Valle avanza una teoria che lega tale ritardo alla storia dell'alfabetizzazione.²⁰ I paesi di religione protestante hanno vissuto il diffondersi di un'alfabetizzazione popolare in anticipo rispetto a quelli a maggioranza cattolica, segnando il passaggio da una cultura dell'immagine a una cultura della parola scritta. Il legame dell'Italia con la Chiesa Cattolica ha determinato uno sviluppo tardivo dell'istruzione e quindi dell'alfabetizzazione rispetto ad altre zone europee. Bisogna considerare anche la particolare situazione politica vissuta dall'Italia nel ventennio fascista: la censura ha sicuramente frenato e ostacolato lo svilupparsi di nuove pratiche legate alla lettura.

La biblioterapia oggi e il contesto italiano

Al giorno d'oggi la ricerca nel campo della biblioterapia è in linea generale piuttosto attiva, e si hanno diversi usi della scrittura e della lettura per lo sviluppo personale e per il benessere, oltre che applicazioni cliniche più specifiche rivolte alla salute mentale e alla guarigione.²¹ Nel mondo sono in aumento le associazioni e gli istituti che si occupano di biblioterapia e diventa sempre più facile reperire nuovi progetti. IFLA, a gennaio 2016, ha presentato nel suo sito alcune attività svolte nell'ambito delle biblioteche e nel mondo della lettura, legate proprio al benessere fisico e mentale dei bambini e degli adolescenti, oltre a introdurre un progetto di biblioterapia rivolto a giovani e giovani adulti, che prevede la collaborazione tra più nazioni con la volontà di creare un consorzio internazionale coinvolgendo varie figure professionali con la finalità di introdurre la biblioterapia nel mondo dei giovani, partendo dalla presa di coscienza del fatto che ci si trova a vivere in un'epoca in cui le nuove generazioni sono ogni giorno più sommerse da nuove tecnologie e metodi comunicativi. Oltre alla pratica del *bibliocounseling* e all'orientamento professionale per i giovani all'interno delle biblioteche, IFLA ha intenzione di creare delle li-

nee guida per la formazione di professionisti e costruire un *bibliotherapy database*, accessibile a tutti e arricchito di bibliografie, materiali utili, articoli professionali full-text e casi di studio.²²

Degno di nota è l'operato di Ella Berthoud e Susan Elderkin, autrici di testi sulla biblioterapia e collaboratrici in veste di biblioterapeute con l'organizzazione globale *The School Of Life*, che ha sede a Londra. *The School Of Life* si occupa di offrire consulenza e supporto nell'affrontare le difficoltà della vita, offrendo tra l'altro sessioni di terapia e biblioterapia. Berthoud e Elderkin sono alla guida di una rete di biblioterapeuti attiva a livello globale, che si occupa di aiutare le persone a superare momenti di crisi o difficoltà.²³

Emerge una situazione eterogenea, in cui spiccano la biblioterapia americana e inglese, caratterizzate da atteggiamenti e pratiche scrupolose e rigorose sul piano metodologico, sulla base di più di cento anni di ricerche e sperimentazioni mirate sul campo. La situazione italiana poggia su basi più recenti: solo negli ultimi anni è emerso l'interesse verso una biblioterapia considerata come tale, nonostante siano presenti numerose attività che da tempo associano la lettura al benessere, specialmente in contesti come scuole, ospedali, carceri, comunità. Anche se non collocate sotto l'insegna della biblioterapia, molte attività esistenti possono essere in qualche modo ascrivibili a una forma di terapia benefica in cui lo strumento principale

sono i libri e la lettura. La complessità della situazione italiana è delineata efficacemente da Marco Dalla Valle in *Biblioterapia: strumenti applicativi per le diverse professioni*, in cui l'autore avanza alcune considerazioni proprio in merito all'evidente diversità che si può riscontrare in Italia rispetto ad altri Paesi: in America è centrale il ruolo dell'IFBPT ed esistono numerose associazioni ed enti si occupano di biblioterapia proponendo convegni e corsi anche a livello accademico.²⁴ Contestualmente si possono rilevare in diversi paesi europei ricerche e sperimentazioni eterogenee: nei Paesi in cui l'attenzione nei confronti di questa disciplina è viva, la formazione è supportata da atenei, accademie, associazioni o istituti privati. Paesi come l'Ungheria, il regno Unito e la Spagna, per esempio, offrono una formazione a livello accademico, mentre in Italia nessun ateneo ha al momento inserito corsi di biblioterapia nella propria offerta formativa. A seconda dei contesti culturali del Paese di riferimento emergono differenze nella metodologia connesse a diversità culturali: questo accade perché non esistono linee guida internazionali, come per altre discipline. Nonostante ciò, in linea generale l'applicazione dei principi della biblioterapia non presenta sostanziali differenze tra un Paese e l'altro, basandosi sempre sulle principali fasi del processo biblioterapeutico (identificazione, catarsi, introspezione).

In Italia si avverte la mancanza di una formazione di



base, oltre che di un maggiore utilizzo della biblioterapia al di fuori dell'ambito medico. Solo negli ultimi anni sono nate, nel contesto italiano, offerte formative messe a disposizione da parte di associazioni, istituti privati, professionisti che hanno integrato la biblioterapia nell'ambito della propria attività. Quello che manca è la creazione di una rete data da collegamenti e collaborazioni tra i professionisti che si occupano di formazione e divulgazione nell'ambito della biblioterapia. Mancando una base formativa solida, vengono di conseguenza a mancare in Italia tutte le caratteristiche che faciliterebbero una più diffusa applicazione della biblioterapia, ad esempio un modello da seguire valido come punto di riferimento per le differenti discipline. Risulta poi difficoltoso adattare i modelli americani al contesto italiano a causa di sentite differenze nel tessuto socio-economico.

In Italia, nonostante la già evidenziata mancanza di occasioni formative ufficiali, nell'ultimo decennio sono sorti nuovi progetti che sperimentano pratiche connesse alla biblioterapia in ambiti come ospedali, carceri, biblioteche e centri riabilitativi. Tra gli esempi più rilevanti emergono il progetto *Leggere libera-mente* attivo dal 2008 presso il carcere di Milano Opera e il progetto *Biblioterapia. Come curarsi (o ammalarsi) coi libri* attivo dal 2009 presso la Biblioteca Gambalunga di Rimini. Il primo si concretizza in incontri e laboratori di lettura, scrittura e teatro rivolti alle persone detenute,²⁵ mentre il secondo si collega alla promozione della lettura tra i cittadini e si imposta come un gruppo di lettura.²⁶

Una esperienza sul campo

Al fine di conoscere meglio la realtà delle strutture in cui la biblioterapia è utilizzata con finalità benefiche ed educative, ho deciso di seguire alcune attività svolte presso la Residenza assistenziale flessibile "San Giuseppe" di Poirino (TO) della Coop. Il Margine SCS, rivolgendo alcune domande agli ospiti, persone affette da disabilità cognitive con psicosi da innesto, e ai loro educatori. Gli ospiti della RAF sono coinvolti in alcune attività di lettura e scrittura, tra cui la redazione di un giornalino della struttura. Il progetto che ho seguito, chiamato *Laboratorio di lettura*,²⁷ nasce nel mese di gennaio 2017, quando con un numero ridotto di utenti (due: un uomo e una donna), ha preso avvio un piccolo laboratorio di lettura, comprensione del

testo, esercizi di scrittura e giochi per la mente presso la Biblioteca comunale di Villanova d'Asti, seguiti da due maestre elementari. Il laboratorio ha presto coinvolto altri tre utenti che, insieme alla propria educatrice della RAF, hanno iniziato a svolgere attività di lettura ad alta voce mirate a:

- imparare i diversi generi letterari
- allenarsi nella lettura ad alta voce
- promuovere il gusto della lettura tra gli utenti
- imparare la calma, il rispetto e l'ascolto verso chi legge
- potenziare le capacità mnemoniche
- discutere delle storie e fare paragoni e riferimenti alla vita quotidiana
- estrapolare la morale di un racconto

L'educatrice ha deciso di coinvolgere nell'attività gli ospiti che possedevano le capacità necessarie per partecipare attivamente, in modo che nessuno si potesse sentire svantaggiato rispetto ai presenti, pertanto tutti i partecipanti erano già in grado di leggere, prima di iniziare. Una delle finalità del laboratorio è infatti quella di mantenere allenata le abilità di lettura dei partecipanti. La prima storia letta in gruppo è stata la fiaba *La bella e la bestia*, seguita dalla visione del film e da un momento di confronto e riflessione. Le letture successive sono state favole, fiabe e leggende, sempre seguite da un momento di dialogo finalizzato a discutere e imparare le diverse tipologie letterarie, individuando nelle storie una morale e valutandone una possibile applicazione nella vita di tutti i giorni. Altro momento fondamentale è quello in cui i partecipanti sono invitati a ricordare e riassumere quello che è stato letto, esercizio che serve a potenziare le loro capacità mnemoniche ed espositive. La volontà dell'educatrice è quella di proseguire, nei futuri incontri, con l'analisi di generi letterari differenti. La scelta delle storie e degli argomenti da trattare è stata effettuata sulla base delle proposte dei ragazzi, ma l'educatrice ha prestato attenzione a scegliere testi semplici, comprensibili e non eccessivamente lunghi. Si è poi deciso di affrontare la lettura di testi più lunghi, scelti dai partecipanti, al fine di esercitare le loro capacità mnemoniche e valutare, in corso di lettura, il gradimento da parte di questi e di conseguenza la possibilità di terminare o abbandonare il racconto.

L'educatrice ha in primo luogo definito e spiegato agli ospiti i ruoli da assumere nel corso dell'attività,

ovvero quello del lettore e quello di chi ascolta, partendo proprio dalle definizioni di sentire e ascoltare. Definito ciò, il passo successivo è stato quello di fissare delle regole per l'ascolto e delle regole per una buona lettura. Il clima di rispetto ed ascolto è costantemente incoraggiato dall'educatrice, che si impegna nell'evitare la discussione di argomenti che esulano dall'attività, cercando di rendere il laboratorio uno spazio entro cui la concentrazione si mantiene sulla lettura e su ciò che questa è in grado di suscitare.

Al termine dell'attività di lettura, l'educatrice ha ritenuto raggiunti gli obiettivi prefissati e ha ravvisato generalmente gradimento e collaborazione da parte degli utenti. Il laboratorio ha creato uno spazio di distensione emotiva e tranquillità; la partecipazione è stata generalmente attiva, mantenuta in un clima di rispetto verso gli operatori, salvo giornate di nervosismo dovuto a cause esterne, come litigi con altri ospiti della RAF. Le letture, non affrontando tematiche particolarmente forti, non hanno originato particolari cambiamenti nel tono dell'umore degli utenti, ma l'educatrice ha rilevato che reazioni più intense si sono avute in associazione di letture esilaranti o assurde, che hanno suscitato ilarità tra i partecipanti. Dopo la lettura e la visione del film de *La bella e la bestia*, una delle partecipanti ha dichiarato di aver apprezzato particolarmente il personaggio di Belle per la sua dolcezza, sentendosi accomunata a lei per via della passione per la lettura. Questa storia in particolare ha molto emozionato i partecipanti del laboratorio, che hanno apprezzato il lieto fine della storia, probabilmente anche grazie alla visione del film, che li ha aiutati nella comprensione e nella memorizzazione del racconto. In generale, l'attività proposta ha avuto un riscontro positivo, migliorando le abilità degli ospiti della RAF per mezzo dell'esercizio e creando uno spazio in cui la lettura è associata alla distensione.

Gli utenti, al termine dell'attività, sono stati invitati dalla presidente della biblioteca a partecipare, come lettori, a un pomeriggio di letture ad alta voce per i bambini di Villanova d'Asti. L'occasione, che ha fornito un ulteriore obiettivo da perseguire, ha stimolato i ragazzi della RAF a esercitarsi con costanza, cercando di rispettare al meglio le regole fissate. Questo ha aggiunto alle finalità precedentemente evidenziate anche quella di favorire una maggiore integrazione della persona disabile sul territorio. La partecipazione a un'attività di lettura per i bambini può fornire loro

l'occasione per percepirsi come membro attivo della società e sentire di avere un ruolo sociale, condizioni da cui non può che derivare un maggiore benessere psicofisico. L'attività di lettura ad alta voce ha avuto un riscontro favorevole, con rimandi positivi da parte degli spettatori. Il laboratorio è stato coinvolgente e gratificante per i ragazzi della RAF, che si sono sentiti apprezzati e coinvolti, partecipando a un momento di lettura, condividendo il "palco" con altri lettori volontari, frequentatori della biblioteca. Visti l'impegno e l'apprezzamento, l'educatrice ha stabilito di proseguire con l'attività, con le stesse modalità, anche per il 2018, con interruzioni nell'estate e nelle vacanze natalizie. Anche per quest'anno si è rinnovato l'invito a partecipare alle letture per i bambini. L'evento di lettura ad alta voce è chiamato *Leggi-amo insieme* e si è svolto, per il 2018, un sabato al mese da febbraio a giugno.

Per l'incontro di *Leggi-amo insieme* di sabato 5 maggio sono stata invitata a partecipare come spettatrice, recandomi insieme agli ospiti della RAF presso la Biblioteca di Villanova d'Asti. Il tema delle letture è "la diversità come valore aggiunto" e le letture scelte dal gruppo della RAF di Poirino sono: *La cosa più importante* di Antonella Abbatiello²⁸ e *Piccolo blu e piccolo giallo* di Leo Lionni.²⁹ Gli ospiti che prendono parte all'attività di lettura sono cinque: tre donne (C. - 30 anni, A. - 18 anni, L. - 55 anni) e due uomini (F. - 69 anni e G. - 58 anni). Durante la lettura di *La cosa più importante*, indossano un cartellino sul petto con stampata la figura di uno degli animali del racconto, a indicare la parte che devono leggere; la stessa cosa avviene nella lettura di *Piccolo blu e piccolo giallo*, ognuno ha un colore e un ruolo nella storia. I bambini presenti, circa una ventina, sono attenti e partecipi e si siedono tutti in prima fila. Tra gli spettatori ci sono molte famiglie e qualche parente degli ospiti della RAF. Le letture avvengono a turno, alternando i diversi lettori volontari e ogni volta che tocca a qualcun altro, gli utenti della RAF sono accolti tra il pubblico e ascoltano attenti le storie lette dagli altri lettori. La collaborazione con i volontari della biblioteca ha gratificato molto i lettori della RAF, che si sono sentiti coinvolti e partecipi. Hanno molto gradito gli applausi e l'apprezzamento del pubblico, oltre ai complimenti ricevuti al termine della mattinata.

Al termine delle letture i lettori della RAF hanno accettato di rispondere ad alcune mie domande. Ho quindi condotto un'intervista aperta, mediata dall'e-

educatrice: le considerazioni rilevanti emerse da questa intervista sono esposte di seguito.

I partecipanti hanno dichiarato di essere generalmente felici e di sentirsi bene. Ho chiesto quale storia fosse piaciuta di più e la maggior parte ha dichiarato di aver preferito *La cosa più importante*, soprattutto per l'occasione di potersi fingere un animale durante la lettura. Tra le letture che a loro interessano al di fuori del laboratorio vi sono generalmente i giornali e le favole. C. ha detto che leggere è una delle sue attività preferite, legge molto al di fuori del laboratorio e le piace leggere per la sua compagna di stanza prima di dormire. L. ha risposto che le storie che più le piacciono sono *Cappuccetto Rosso* e *Il gatto con gli stivali* mentre A. ha dichiarato che le piacciono molto le favole, perché sono piene di fantasia. G. era soddisfatto, ha dichiarato di aver letto meglio delle volte precedenti, perché si era esercitato molto. Ha detto di essersi sentito a suo agio come lettore, che gli sarebbe piaciuto leggere più a lungo, avere una parte maggiore. Gli applausi, poi, gli hanno fatto molto piacere. F. si è dichiarato contento, sente di aver letto bene e anche lui si è sentito molto gratificato dagli applausi finali. A. ha dichiarato che l'attività del *Laboratorio di lettura* è la sua preferita, dopo il nuoto. Legge molti fumetti e ha detto che grazie al laboratorio ha potuto imparare cose nuove, come i diversi generi letterari, che prima non aveva mai approfondito. La storia che le è piaciuta di più, letta nel corso degli incontri, è stata quella di *Barbablu*. A. era la più entusiasta del gruppo, aveva molta voglia di condividere i suoi pensieri e ho particolarmente apprezzato questa sua dichiarazione, che trascrivo per intero:

Sono davvero contenta di come ho letto oggi e voglio darvi un voto: mi voglio dare 10/10. La scorsa settimana durante le letture rompevo un po' le scatole, ma oggi ho letto bene e sono felice. I bambini mi piacciono tanto e mi è piaciuto leggere per loro. Mi è anche venuta voglia di scrivere: voglio scrivere la mia storia. Io ho vissuto tante cose brutte che non mi passano dalla mente e mi fanno stare male, forse se le scrivo poi mi sento meglio, ma vorrei che qualcuno le leggesse. Sono sicura che si emozioneranno tutti.

L. ha dichiarato di essersi molto divertita, ha detto che leggere e scrivere con le maestre le piace, che scrive molto anche per conto suo e che le piace fare le parole crociate. Ha detto che l'attività le ha permesso di mi-

gliorare nella lettura, nonostante alcuni problemi alla vista e questo la fa sentire meglio. Le è piaciuto essere al centro dell'attenzione e anche lei, come G., avrebbe voluto avere una parte da leggere più lunga e la possibilità di parlare in un microfono.

L'esperienza mi ha dato occasione di riflettere circa le numerose potenzialità della lettura, rilevando in primo luogo come, a partire da un'attività didattica volta a potenziare le capacità di un gruppo di persone con disabilità, si sia giunti a evolvere il progetto perseguendo nuove finalità volte all'inclusione, alla condivisione, all'incontro tra cittadini, alla gratificazione personale e al benessere. La realtà delle comunità, rassicurante e contenitiva, da molti anni si sta aprendo verso l'esterno, dando occasione ai suoi utenti di mettere alla prova le loro competenze relazionali e le loro autonomie di base, rompendo con l'idea che l'istituzionalizzazione debba essere necessariamente connessa all'isolamento. La lettura è stata utilizzata in questo particolare contesto con l'obiettivo di integrare il paziente nella realtà della società, intraprendendo un percorso che dall'esercizio porta alla condivisione. Durante le interviste che ho condotto con gli ospiti della RAF, ciò che molti di loro hanno voluto sottolineare è stato proprio l'impegno, la costanza nell'allenarsi a leggere ad alta voce per un pubblico, la percezione di avere la possibilità di dimostrare agli altri le loro potenzialità e, infine, la felicità del sentirsi apprezzati, la gratificazione degli applausi, la volontà di fare di più, di avere maggiore spazio. Un'esperienza come questa, che si concretizza in principio come una forma di biblioterapia dello sviluppo, è riuscita a evolversi fino a rendere la lettura uno strumento di socializzazione, fornendo l'occasione ad un gruppo di persone disabili di condividere le capacità acquisite. Gli ospiti della RAF hanno potuto beneficiare di una forma di partecipazione attiva, sentendosi in qualche modo elementi importanti, non soggetti passivi, all'interno del laboratorio.

Secondo quanto rilevato dal questionario fornito all'educatrice, un'attività come questa può incoraggiare i partecipanti ad aprirsi a nuove esperienze, aumentare la capacità di partecipazione, percepirsi come accolti nel contesto comunitario, avere maggiore fiducia nelle proprie capacità, con un decisivo aumento della propria autostima. Le letture, inoltre, sono state scelte per veicolare un messaggio positivo: i libri letti dagli ospiti della RAF ai bambini del pae-

se sono legati al tema della diversità, nel tentativo di unire l'attività della lettura ad alta voce alla trasmissione di un messaggio per loro fondamentale, apportando un ulteriore valore a questa attività.

Conclusioni

Nel corso di questa ricognizione sintetica sulla biblioterapia è emersa con chiarezza l'esistenza di un retaggio, un uso consolatorio e salvifico della lettura sin dall'antichità, che si è evoluto e affinato nel corso della storia sino a trasformarsi in una pratica disciplinarmente definita. A favorire tale evoluzione hanno concorso da una parte le esigenze personali dei lettori, dall'altra la ricerca scientifica, che ha fornito basi solide su cui strutturare percorsi le cui finalità sono tutt'oggi indagate e ridefinite.

Un libro può diventare strumento di guarigione? A giudicare dal sempre più diffuso utilizzo delle storie nei percorsi di terapia e nei laboratori orientati al benessere della persona, la risposta parrebbe positiva. Grazie alla ricerca sui meccanismi cerebrali coinvolti nella pratica della lettura si è potuto dimostrare come sia possibile innescare un reale coinvolgimento, un'identificazione della persona che legge. Contestualmente, la ricerca in ambito psicologico ha dimostrato come la lettura sia adatta a innescare reazioni emotive sulle quali è possibile lavorare durante un percorso terapeutico o educativo. Queste rilevanze hanno permesso di attribuire alla narrazione un valore nuovo, originando pratiche utilizzate in ambiti come la psicologia e la medicina.

Riconosciuta la presenza di molteplici radici alla base degli attuali percorsi di biblioterapia, una prima criticità che ancora non è stata superata è la definizione dell'ambito in cui questa vada collocata: medico o educativo? A riprova di tale dualità, basti notare come i percorsi di applicazione si siano distinti, tanto da creare due macro-modelli applicativi: biblioterapia clinica e biblioterapia dello sviluppo, i quali al loro interno, in base al contesto, vedono lo strutturarsi di altri modelli, che Dalla Valle identifica come Biblioterapia affettiva, Biblioterapia cognitiva, Reading bibliography, Interactive bibliography.³⁰ La complessità del discorso ruota attorno alla figura del facilitatore e si collega direttamente alla mancanza di uno standard formativo internazionale, che lascia aperte più possibilità di

strutturare un percorso terapeutico in base alla formazione professionale del facilitatore. Nonostante ciò, la biblioterapia come disciplina sembra evolversi in senso concreto e ciò è riscontrabile grazie ai all'impegno della ricerca scientifica, alle diverse applicazioni e al recente interesse di IFLA, che con il *Central Europe 2020 Bibliotherapy Project* ha dichiarato l'intento di coinvolgere operatori nell'ambito della biblioterapia provenienti da diversi Paesi al fine di sviluppare linee guida valide per la formazione e la supervisione dei professionisti.³¹ Benché si avverta, specialmente in contesti come quello italiano, la mancanza di un programma formativo valido a livello internazionale, si deve comunque riconoscere che il lavoro di ricerca svolto dai diversi professionisti ha contribuito a creare una traccia di percorso che è possibile adattare a contesti differenti. Mi riferisco, in particolare, alle pubblicazioni di Shrodes, Rubin e McCarty Hynes e Hynes-Berry, fondamentali per i più importanti sviluppi della biblioterapia. Sulla base di quanto dichiarato dalle autrici in merito alla predisposizione di un percorso biblioterapeutico, una componente determinante e mai uguale è data dalla tipologia di partecipatore, sulle cui esigenze ci si dovrà basare per orientare i singoli progetti. Molto si deve all'abilità e all'esperienza del facilitatore, che deve pertanto essere correttamente formato in relazione all'ambito in cui si troverà a dover operare.

Dalle valutazioni legate a esperienze concrete nell'applicazione dei principi della biblioterapia presso le biblioteche pubbliche, emerge la percezione da parte degli utenti della biblioteca come *setting* in grado di fornire un'ambientazione piacevole, permettendo di cogliere, oltre ai già auspicati benefici psicologici, anche la possibilità di ampliare i propri interessi letterari e di vivere un'esperienza di confronto culturale e sociale. Ciò si collega alle riflessioni, in ambito italiano, sull'identità della biblioteca pubblica come luogo in grado di offrire occasioni di relazione e benessere, collocando le opportunità fornite dalla biblioterapia nell'impegno a valorizzare la biblioteca come luogo di scambio, incontro e scoperta di culture diverse per mezzo del confronto con il prossimo.³² Le attività laboratoriali legate alla biblioterapia offrono l'occasione di rendere la biblioteca un luogo di incontro e di esperienza sociale e culturale, in cui si realizzano processi che mettono al centro il confronto tra le idee e le convinzioni, concentrandosi allo stesso tempo sul benessere psicologico del cittadino. Le bibliote-

che, come notano Chiara Faggiolani e Anna Galluzzi, stanno vivendo una trasformazione che le porta a inventarsi nuovi mestieri: “dal doposcuola, dove i ragazzi possono studiare assistiti da personale competente, all’alfabetizzazione informatica per le persone anziane; dall’aiuto ai disoccupati per reinserirsi nel mercato del lavoro all’assistenza agli stranieri per verificare lo stato del proprio permesso di soggiorno”,³³ per questo motivo, a mio avviso, potrebbe essere auspicabile un più ampio inserimento di progetti legati alla biblioterapia, che si connettono direttamente agli aspetti sociali del ruolo della biblioteca, agganciandosi alle scelte di fruizione legate agli aspetti psicologici, affettivi ed emotivi, ed entrando nell’orbita della “biblioeconomia sociale” e, in particolare, agli aspetti di questa disciplina che prevedono “il benessere dell’individuo e l’impatto che la frequentazione della biblioteca riesce a generare”³⁴ e “la dimensione simbolica, relazionale e sociale per essere in sintonia con l’evoluzione dei valori socialmente condivisi e fare in modo che le biblioteche riflettano lo spirito del tempo”.³⁵ Nel frattempo, anche al di fuori dei contesti medico ed educativo, pratiche che mettono in connessione la lettura e il benessere stanno entrando a far parte del tempo libero delle persone. Escludendo i manuali di auto-aiuto, esistono pubblicazioni non scientifiche strutturate come una sorta di prontuario medico, in cui a ogni possibile malessere psicologico è associata la lettura di un romanzo. Alcuni esempi sono i già citati libri di Ella Berthoud e Susan Elderkin: *Curarsi con i libri: rimedi letterari per ogni malanno*³⁶ e *Crescere con i libri: rimedi letterari per mantenere i bambini sani, saggi e felici*.³⁷ Questi testi hanno la finalità di orientare in qualche modo le scelte del lettore in base alle sue difficoltà, ma l’assenza della figura del facilitatore rende queste pratiche lontane dall’essenza della biblioterapia, tanto che Dalla Valle le ritiene nocive, considerando che si tratta di prescrizioni generiche che non tengono conto del fatto che ogni lettore ha le sue modalità di assimilazione e reazione. Tutto sommato, si può considerare come un passo avanti nell’associare la lettura a un momento di benessere, cercando nelle storie affinità con la propria vita. Tra le pubblicazioni che favoriscono una maggiore conoscenza della biblioterapia, promuovendola in modo indiretto, nel contesto italiano sono da menzionare i romanzi di Fabio Stassi, il cui protagonista di mestiere fa il biblioterapeuta: *La lettrice scomparsa*³⁸

e *Ogni coincidenza ha un’anima*.³⁹ Ritengo che l’esistenza di tale pratica all’interno di un romanzo possa essere utile a persuadere e attirare l’attenzione del pubblico, promuovendo l’idea dell’utilizzo dei libri anche come strumento per il benessere psicologico. Ciò assume rilevanza specialmente in Italia, dove gli studi e la sperimentazione nel campo della biblioterapia sono ancora in divenire.

Sulla base di quanto rilevato, questa disciplina si può considerare come una pratica diffusa da molto tempo, che ha iniziato ad affinarsi a partire dalle prime esperienze che prevedevano l’inserimento di uno scaffale di libri all’interno di un istituto di ricovero, fino ad arrivare alle più recenti ricerche basate su programmi definiti a monte e corredati di monitoraggi e valutazioni. Si tratta di una disciplina ancora in evoluzione, che necessita della fissazione di regole e punti fermi, ma che sta progredendo sicuramente in senso concreto grazie all’operato di un crescente numero di professionisti attivi nella sua affermazione, costruendo basi solide per i suoi sviluppi futuri.

NOTE

* L’articolo tra origine dall’elaborazione di una tesi di laurea discussa nel 2018. Data di consultazione ultima dei siti web: 22 gennaio 2019.

¹ MARIA CHIARA LEVORATO, *Le emozioni della lettura*, Bologna, Il Mulino, 2000.

² MICHÈLE PETIT, *Elogio della lettura*, Milano, Ponte alle Grazie, 2010, p.8.

³ CHIARA FAGGIOLANI, *Il rapporto Bes – Benessere equo e sostenibile in Italia*, “Biblioteche oggi”, 34 (2016), 7, p. 19-26.

⁴ SAMUEL MCCORD CROTHERS, *A literary clinic*, “The Atlantic Monthly”, 118 (1916), 3, p. 291-302.

⁵ *Leggere, finestra aperta ovvero la biblioterapia in restrizione*, a cura di Barbara Rossi, Milano, La Vita Felice, 2011, p. 15.

⁶ RHEA JOYCE RUBIN, *Using bibliotherapy*, Phoenix, Oryx Press, 1978.

⁷ ARLEEN MCCARTY HYNES, MARY HYNES-BERRY, *Biblio/poetry therapy: the interactive process. A handbook*, Minnesota, North Star Press of St. Cloud, 2012.

⁸ R.J. RUBIN, *Using bibliotherapy*, cit., p. 3-5.

⁹ CAROLINE SHRODES, *Bibliotherapy: a theoretical and clinical-experimental study*, tesi di laurea, Berkeley, University of California, 1950.

¹⁰ CORA E. LUTZ, *The oldest library motto: ψυχῆς ἰατρείον*, “The

library quarterly: information, community, policy”, 48 (1978), 1, p. 36-39.

¹¹ MARCO DALLA VALLE, *Letteratura consolatoria medievale e biblioterapia moderna a confronto. Libri per le ferite dell'anima, ieri e oggi*, Saarbrücken, EAI, 2017. Dello stesso autore si veda su questa rivista: *Viaggio attraverso i primi cent'anni della Biblioterapia*, “Biblioteche oggi”, 34 (2016), 7, p. 56-60 e *Esiste davvero la Biblioterapia?*, “Biblioteche oggi”, 32 (2014), 8, p. 43-49.

¹² R.J. RUBIN, *Using bibliotherapy*, cit., p. 13.

¹³ GREGORY ZILBOORG, GEORGE W. HENRY, *Storia della psichiatria*, Milano, Feltrinelli, 1973.

¹⁴ 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.

¹⁵ *Ibidem*.

¹⁶ MCCORD CROTHERS, *A literary clinic*, cit., p. 291-302.

¹⁷ BETTY K. GUBERT, SADIE PETERSON DELANEY: *Pioneer bibliotherapist*, “American libraries”, 24 (1993), 2, p. 124-130.

¹⁸ WILLIAM C. MENNINGER, *Bibliotherapy*, «Bulletin of the Menninger Clinic», 1 (1937), 8, p. 263-274.

¹⁹ YVONNE SHINHOSTER LAMB, ARLEEN HYNES, 90, *Bibliotherapy Pioneer*, “Washington Post”, 15/09/2006.

²⁰ MARCO DALLA VALLE, *Biblioterapia italiana*, <http://biblioterapiaitaliana.blogspot.it>, ultima consultazione: 22/01/2019.

²¹ IFBPT, *International Federation for Biblio/Poetry Therapy*, <http://ifbpt.org>, ultima consultazione: 22/01/2019.

²² JUDIT BÉRES, *Central Europe 2020 Bibliotherapy Project*, IFLA, <https://www.ifla.org/node/10134>, ultima consultazione: 22/01/2019.

²³ ORIANA MASCALI, *Di cosa parliamo quando parliamo di biblioterapia?*, “Finzioni”, 20/07/2015, <http://www.finzioni-magazine.it/news/approfondimento-news/di-cosa-parliamo-quando-parliamo-di-biblioterapia>.

²⁴ MARCO DALLA VALLE, *Biblioterapia: strumenti applicativi per le diverse professioni*, Verona, QuiEdit, 2018.

²⁵ *Leggere, finestra aperta ovvero la biblioterapia in restrizione*, cit.

²⁶ *La biblioteca è anche...i libri che leggiamo: Biblioterapia come curarsi (o ammalarsi) coi libri*, a cura di Oriana Maroni, Rimini, Biblioteca Civica Gambalunga, 2011.

²⁷ Tutte le informazioni riguardanti il progetto sono desunte dalla relazione che mi è stata fornita dall'educatrice e da un'intervista che ho condotto con lei. Le informazioni riguardo gli ospiti sono state volutamente omesse per rispetto della privacy.

²⁸ ANTONELLA ABBATIELLO, *La cosa più importante*, Firenze, Fatatrac, 1998.

²⁹ LEO LIONNI, *Piccolo blu e piccolo giallo*, Milano, Babalibri, 1999.

³⁰ M. DALLA VALLE, *Biblioterapia: strumenti applicativi per le diverse professioni*, cit., p.103-111.

³¹ J. BÉRES, *Central Europe 2020 Bibliotherapy project*, cit.

³² GIOVANNI DI DOMENICO, *Conoscenza, cittadinanza, sviluppo: appunti sulla biblioteca pubblica come servizio sociale*, “AIB studi”, 53 (2013), 1, p. 13-25.

³³ CHIARA FAGGIOLANI, ANNA GALLUZZI, *L'identità percepita delle biblioteche: la biblioteconomia sociale e i suoi presupposti*, “Bibliotime”, 18 (2015), 1, <http://www.aib.it/aib/sezioni/emr/bibtime/num-xviii-1/galluzzi.htm>.

³⁴ *Ibidem*.

³⁵ *Ibidem*.

³⁶ ELLA BERTHOUD, SUSAN ELDERKIN, *Curarsi con i libri: rimedi letterari per ogni malanno*, a cura di Fabio Stassi, Palermo, Sellerio, 2013.

³⁷ ELLA BERTHOUD, SUSAN ELDERKIN, *Crescere con i libri. Rimedi letterari per mantenere i bambini sani, saggi e felici*, Palermo, Sellerio, 2017.

³⁸ FABIO STASSI, *La lettrice scomparsa*, Palermo, Sellerio, 2016.

³⁹ FABIO STASSI, *Ogni coincidenza ha un'anima*, Palermo, Sellerio, 2018.

ABSTRACT

The aim of this work is to investigate the use of reading as a tool of wellbeing and healing, outlining the history of bibliotherapy from its most ancient forms and its recent scientific developments, describing processes, personalities and methodologies. The article shows that bibliotherapy can be considered as a long-standing practice, which originates from the first experiences in the eighteenth century, up to the most recent research based on defined programs. An analysis of the Italian situation and a case study are included in the conclusions to this report.

DOI: 10.3302/0392-8586-201905-017-1