



Corso di  
**Counseling in Comunicazione**

**PAROLE DI CARTA**  
**-la libroterapia nella relazione d'aiuto-**

Elaborato di **Catia Casadio**

N. Registro Scuola: FORM-1046-OL

*Relatore: Dott. Attilio Maria Scarponi*

10 Settembre 2021



**Centro di Ricerca Erba Sacra**  
*Associazione d'Promozione Sociale per la Conoscenza e lo Studio  
di Discipline orientate al Benessere Psicofisico della Persona*  
**[www.erasacra.com](http://www.erasacra.com)**



Foto di Comfreak da Pixabay

**«Il Sapere che rende capaci  
di aiutare,  
la Volontà che dirige  
quel Sapere,  
l'Amore che ispira  
quella Volontà,  
questi sono i vostri requisiti.»**

**Jiddu Krishnamurti  
(Ai piedi del Maestro)**

## Indice

Introduzione.....	4
1. Il cambiamento.....	6
2. I modelli di comunicazione.....	7
2.1 Il modello di Shannon e Weaver.....	7
2.2 Roman Jakobson.....	9
2.3 Eco e Fabbri.....	10
3. La nozione di informazione.....	11
3.1 Heinz von Foerster.....	11
3.2 Gregory Bateson.....	11
4. Paul Watzlawick: Il modello circolare della comunicazione.....	12
4.1 Gli Assiomi della Comunicazione.....	12
5. La libroterapia.....	17
5.1 La storia.....	19
5.2 Nelle carceri.....	20
5.3 Negli ospedali psichiatrici.....	22
5.4 La libroterapia nella relazione d'aiuto.....	24
5.5 La sottile arte della ristrutturazione.....	27
6. Esempi di letture libroterapiche.....	29
6.1 Il Visconte dimezzato di Italo Calvino.....	29
6.2 Il deserto dei Tartari di Dino Buzzati.....	30
6.3 L'isola di Arturo di Elsa Morante.....	31
6.4 Mangia, prega, ama di Elizabeth Gilbert.....	32
6.5 La metà di niente di Catherine Dunne.....	33
Bibliografia.....	34
Sitografia.....	35

## Introduzione

*Non conosco nulla al mondo  
che abbia tanto potere  
quanto la parola.  
Emily Dickinson*

“Il counselor è la figura professionale che è in grado di favorire la soluzione di disagi esistenziali di origine psichica che non comportino tuttavia una ristrutturazione profonda della personalità. Il counselor deve quindi essere in grado di sostenere in modo adeguato una relazione con un interlocutore che manifesta temi personali, privati ed emotivamente significativi ed offrire un orientamento o un sostegno a singoli individui o a gruppi, favorendo lo sviluppo e l'utilizzazione delle potenzialità del cliente.

Il counselor olistico ha una visione unitaria della persona, è attento a tutte le sue dimensioni e componenti, orienta e facilita la salute e l'evoluzione globale dell'individuo utilizzando e integrando tecniche naturali, energetiche, psicosomatiche e di crescita interiore.”

È così che il Centro di Ricerca Erba Sacra definisce il ruolo del counselor, ponendo l'accento sul suo ruolo di 'facilitatore' dello sviluppo delle potenzialità del cliente, della sua crescita interiore.

Nello specifico ho scelto il percorso di formazione 'Counseling Olistico in Comunicazione' e in questo elaborato intendo esaminare il ruolo della libroterapia nella relazione d'aiuto, in virtù di quanto il libro possa comunicare al lettore affinché egli, accompagnato nel proprio percorso dal counselor, possa trarne il massimo beneficio per la propria crescita interiore.

Quello con il libro diviene pertanto un incontro con una storia, quindi con tante informazioni. Ma cosa si intende per informazione? Come costruiamo la nostra conoscenza?

Nell'elaborato esaminerò quindi il concetto di informazione secondo i modelli di comunicazione correnti che gettano le radici nello schema associato alla teoria fisico-matematica della comunicazione di Shannon e Weaver, passando per Roman Jakobson sino a giungere alla teoria costruttivista della nostra percezione del mondo.

Tutto ciò mantenendo il focus su quello che è l'obiettivo di un percorso di crescita personale: il cambiamento. E Paul Watzlawick intitolò proprio 'Change' uno dei suoi saggi che vanta l'introduzione di Milton Erickson, il quale vi scrisse '*...apre nuove vie per capire meglio come le persone vengano irretite nei problemi e offre nuovi strumenti per facilitare la soluzione di tali impasse umane*'.<sup>1</sup>

---

<sup>1</sup> Paul Watzlawick, John H. Weakland, Richard Fisch; Change; Astrolabio Ubaldini, 1974; pagg. 7-8

E non è forse uno dei ruoli del counselor essere 'facilitatore' affinché il cliente attinga alle sue migliori risorse per poter giungere alla soluzione dei problemi che incontra lungo il suo percorso di vita?

Vedremo quindi come la libroterapia possa essere uno degli strumenti di facilitazione che il counselor può mettere in campo nella sua relazione d'aiuto al cliente, avvalendosi nel colloquio di counseling.

# 1. Il cambiamento

*“Sotto un lampione c'è un ubriaco che sta cercando qualcosa. Si avvicina un poliziotto e gli chiede che cosa ha perduto. 'La mia chiave', risponde l'uomo, e si mettono a cercare tutti e due. Dopo aver guardato a lungo, il poliziotto gli chiede se è proprio sicuro di averla persa lì. L'altro risponde: 'No, non qui, là dietro; solo che là è troppo buio'.”*

È così che Paul Watzlawick rappresenta “l'ostinata fedeltà nei confronti di adattamenti e soluzioni che in un imprecisabile passato si rivelarono sufficienti, efficaci e forse perfino gli unici possibili”.<sup>2</sup> Ma *“il cambiamento è l'unica costante”* come disse il Buddha in una frase in cui è condensata una grande verità che ci accompagna dalla nascita, poiché nulla resta stabile e immutato e costantemente ci troviamo a dover affrontare il cambiamento, perché le situazioni mutano, evolvono, si trasformano, ed è fondamentale che noi siamo in grado di ampliare le nostre possibilità di scelta.

Il cambiamento può arrivare inaspettatamente: sta a noi non farci travolgere e viverlo attivamente. Oppure possiamo cercarlo noi stessi, consapevoli e desiderosi di un miglioramento.

L'importante è viverlo in logica evolutiva, in cerca della parte migliore di noi stessi da portare alla luce nel nostro percorso di crescita interiore, e nella relazione d'aiuto svolta da un counselor si può trarre grande vantaggio per attraversare il cambiamento in modo evolutivo ed attivo.

Una comunicazione efficace svolge un ruolo strategico nel percorso di cambiamento: attraverso le abilità comunicative ed empatiche sarà possibile costruire un buon rapporto, in un clima di fiducia e partecipazione attiva. Ed è attraverso un colloquio improntato a queste caratteristiche che *“l'incontro tra una persona che soffre e cerca aiuto e un'altra che si suppone in grado di fornire aiuto e a cui è richiesto qualcosa di più del semplice ascolto”*<sup>3</sup> può dare i suoi frutti migliori.

Heinz von Foerster, in logica costruttivista, sosteneva: *«Agisci sempre in modo da aumentare il numero delle possibilità di scelta»*, poiché il cambiamento di prospettiva produce un cambiamento nella percezione della realtà che cambia la realtà stessa, determinando di conseguenza il cambiamento di tutta la situazione e delle reazioni ad essa<sup>4</sup>.

Milton Erickson scrisse che il desiderio di cambiamento è mosso dall'insoddisfazione per lo stato in cui attualmente versano le cose e dal desiderio di un futuro migliore, cambiando la situazione presente. Una volta effettuato un cambiamento, per quanto piccolo, si rendono necessari altri

<sup>2</sup> Paul Watzlawick; Istruzioni per rendersi infelici; Feltrinelli, 1997, pag. 22

<sup>3</sup> R.A. MacKinnon, S.C. Yudofsky; 1986

<sup>4</sup> Giorgio Nardone, Paul Watzlawick; L'arte del cambiamento; Tea, 2010; pag. 35

cambiamenti di minor importanza il cui effetto a catena provoca altri cambiamenti a seconda del potenziale della persona.<sup>5</sup>

Il counselor può aiutare il cliente ad illuminare altre possibilità verso il miglioramento, il cambiamento desiderato e le soluzioni attese, affinché non insista a cercare la chiave dove non potrà mai essere trovata.

## 2. I modelli di comunicazione

Abbiamo visto nel paragrafo precedente l'importanza che una comunicazione efficace riveste nella relazione counselor-cliente. Ma cosa si intende con il concetto di comunicazione? Dal punto di vista etimologico il lemma deriva dal latino "communicatio", che ha alla base l'aggettivo "communis" (comune, condiviso), rimandando quindi al concetto di "rendere comune, far conoscere, far sapere". Ma sono diversi i modelli riguardanti la trasmissione del messaggio e lo scambio comunicativo che gli studiosi hanno descritto nel corso del tempo.

### 2.1 Il modello di Shannon e Weaver

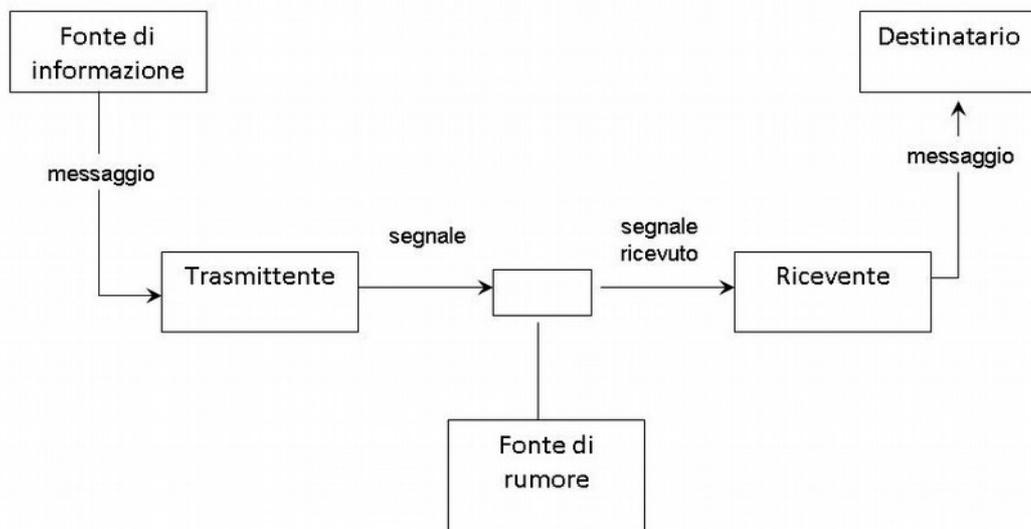
I modelli di comunicazione correnti partono di solito dallo schema associato alla teoria fisico-matematica della comunicazione di Shannon e Weaver. Gli autori erano due ingegneri ed elaborarono questa teoria parallelamente allo sviluppo delle telecomunicazioni, per studiare le condizioni di efficienza del trasferimento di segnali attraverso apparati tecnici di trasmissione (ad esempio gli apparati telefonici). Ponendosi come obiettivo l'elaborazione di una teoria sulla trasmissione ottimale dei messaggi, erano particolarmente interessanti allo studio delle possibili "fonti di rumore", in grado di produrre una dispersione di informazioni.

Nel descrivere lo schema del modello matematico-informazionale dell'informazione, Eco sottolinea come sia possibile sempre rintracciare una *fonte* o sorgente dell'informazione, dalla quale, attraverso un apparato *trasmittente*, viene emesso un *segnale*; questo segnale viaggia attraverso un *canale* lungo il quale può venire disturbato da un *rumore*. Uscito dal canale, il segnale viene raccolto da un *ricevente* che lo converte in un *messaggio*. Come tale, il messaggio viene compreso dal destinatario<sup>6</sup>.

---

<sup>5</sup> Paul Watzlawick, John H. Weakland, Richard Fisch; Change; Astrolabio Ubaldini, 1974; pag. 7

<sup>6</sup> Umberto Eco (a cura di); Estetica e teoria dell'informazione; Bompiani, 1972; pag. 10



Il modello matematico-informazionale (Da Shannon, Weaver, 1949)

Questo schema, peraltro costruito pensando ad apparati meccanici della comunicazione, mantiene totalmente estraneo al processo il momento dell'attribuzione di significato al messaggio: esso è semplicemente dato una volta per tutte a tutti i soggetti<sup>7</sup>.

Il vantaggio di questo modello è insito nella sua semplicità, la quale però rappresenta anche il suo limite, in quanto non tiene conto delle componenti sociali e specificatamente della mediazione umana. Il corpo certo offre apparati meccanici di emissione e produzione: un cervello è fonte; voce è trasmettitore; vibrazione è canale; orecchio è ricettore; un altro cervello è ricevitore. Ma sappiamo che il corpo umano presenta una complessità che supera quella di una macchina: proviamo emozioni e passioni; elaboriamo esperienze e conoscenze, etc.

Ne deriva che una buona trasmissione del messaggio non è sufficiente per garantire la comprensione: differenze linguistiche, valoriali, lessicali non permettono che il messaggio sia compreso da tutti al medesimo modo (anche se sono esposti alla medesima trasmissione fisica).

Il modello di Shannon e Weaver non permette quindi di spiegare a fondo la comunicazione umana.

<sup>7</sup> Sara Bentivegna; Teorie delle comunicazioni di massa; Laterza, 2003; pag. 13

## 2.2 Roman Jakobson

Roman Jakobson<sup>8</sup>, partendo dalla comunicazione linguistica, ha integrato lo schema matematico dell'informazione, mettendo a punto uno schema della comunicazione applicabile anche ad altre forme di comunicazione (visiva per esempio, come nel caso delle immagini pittoriche, fotografiche, video, etc.): il mittente invia un messaggio al destinatario, il messaggio richiede un contesto di riferimento, un codice di interpretazione, un contatto (canale fisico o connessione psicologica) tra mittente e destinatario, e viceversa. L'obiettivo di Jakobson è quello di capire come è possibile parlare di qualcosa e comprendere quello che viene detto.

Prese singolarmente, le componenti dello schema rispondono alle seguenti caratteristiche:

- 1) emittente: chi produce il messaggio da trasmettere al destinatario;
- 2) ricevente: chi riceve il messaggio e lo decodifica;
- 3) messaggio: le informazioni trasmesse;
- 4) contesto: ambiente reale all'interno del quale ha luogo l'atto comunicativo;
- 5) codice: sistema di regole comuni a emittente e ricevente che permettono la codifica e la decodifica del messaggio;
- 6) canale: strumento fisico che permette la trasmissione del messaggio.

Quali differenze abbiamo rispetto al modello matematico dell'informazione? Viene meno la netta separazione tra fonte e destinatario, mentre compaiono le categorie di codice e contesto. Il codice è una regola che associa un'espressione a un contenuto.

Nel caso di apparati meccanici, il codice, una volta programmato, è fisso e resta immutabile sino ad una diversa programmazione (digitare sulla tastiera del computer ctrl+c significa sempre "copia"). Al contrario, affermare una determinata opinione o esprimere una sensazione a gesti, parole o immagini necessita dell'attenzione al contesto, della valutazione del luogo e degli interlocutori, di una certa condivisione di conoscenze.

Il codice non è programmato una volta per tutte, ma è situato. Si attiva in condizioni diverse, davanti a stimoli diversi, sulla base di un deposito culturale che permette la fruizione di oggetti mediali diversi: la conversazione, la CMC (Comunicazione Mediata dal Computer) sincrona o asincrona, la visione e interpretazione di un dipinto o di un film prevedono codici condivisi per la comprensione reciproca. Ad es. se mi iscrivo a una chat di gruppo in inglese, parlando solo italiano, manca la condivisione basilare del codice linguistico; se mi iscrivo a una pagina Facebook di fan di

---

<sup>8</sup> Roman Jakobson; *Essais de linguistique générale*; Les Éditions de Minuit, 1963 (trad. it. *Saggi di linguistica generale*; Feltrinelli, 1966)

automobili e di abbonati a “Quattroruote”, posso partecipare fingendomi esperta pur non sapendo nulla in materia, ma presto, se scrivo e commento, qualcuno potrebbe accorgersi che non condivido le stesse conoscenze.

Infine, in determinati contesti la capacità di discernere elementi contestuali in base alla tecnologia (scrivere via chat ha un risultato diverso che parlare via Skype) o alla situazione (interrompere un conferenziere durante la sua esposizione non è molto appropriato) è fondamentale.

### **2.3 Eco e Fabbri**

Un ulteriore contributo al superamento del modello matematico dell’informazione ci viene proposto nel 1978 da Eco e Fabbri che, nel loro modello semiotico-informazionale, introducono gli elementi dei codici e dei sottocodici. Affinché la comunicazione abbia successo occorre il ricorso ad un codice comune: in tal modo l’informazione verrà codificata in partenza in modo che possa essere decodificata in arrivo nella stessa informazione (fatte salve le perdite nel percorso).

Il processo comunicativo non si limita quindi più a veicolare le informazioni, ma diviene un processo in cui la decodifica è essenziale all’attribuzione di significato. Nell’illustrare il modello, Eco e Fabbri<sup>9</sup> sottolineano come:

*Esiste a seconda delle diverse situazioni socio-culturali una diversità di codici, ovvero di regole di competenza e di interpretazione. E il messaggio ha una forza significativa che può essere riempita con diversi significati, purché esistano diversi codici che stabiliscono diverse regole di correlazione tra dati significanti e dati significati. E qualora esistano codici di base accettati da tutti, si hanno differenze nei sottocodici, per cui una stessa parola capita da tutti nel suo significato denotativo più diffuso, può connotare per gli uni una cosa e per gli altri un’altra.*

Gli studi sociologici individuano però in tali modelli dei punti di divergenza. In particolar modo i modelli classici considerano l’informazione come un dato oggettivo, trasmissibile, misurabile, valutabile. L’informazione viene addirittura considerata una sorta di bene, che rende in qualche modo più ricco chi la possiede rispetto a chi non la possiede.

Il principale punto di divergenza rispetto alla tradizione degli studi sulla comunicazione, e in particolare rispetto alla teoria dell’informazione, sta proprio nella *nozione di informazione*.

---

<sup>9</sup> Umberto Eco, Paolo Fabbri; Progetto di ricerca sull’utilizzazione dell’informazione ambientale, in “Problemi dell’informazione” 4, 1978; pagg. 561-562

## 3. La nozione di informazione

### 3.1 Heinz von Foerster

Heinz von Foerster muove dall'assunto che: *“L'ambiente non contiene informazione, l'ambiente è quello che è”*.<sup>10</sup>

Secondo l'autore l'informazione non è data nel mondo, e gli uomini non si limitano semplicemente a ricercarla per acquisirla, a mo' di un bene materiale qualsiasi, allo scopo di incrementare la propria ricchezza. Heinz von Foerster rifiuta questa concezione di informazione, ritenendo che l'informazione sia sempre differente per ciascun osservatore. Anche disponendo degli stessi codici, ogni osservatore interpreta lo stesso dato in modo differente, giungendo ad altre conclusioni e ad altre rilevanze.

L'informazione non è nel mondo, ma nei sistemi: nel mondo ci sono solo dei dati. Sono gli osservatori a produrre informazioni sempre diverse a partire dai dati del mondo, a seconda del modo in cui li interpretano e della rilevanza che essi assumono nella rete delle informazioni già disponibili.

### 3.2 Gregory Bateson

Dobbiamo a Gregory Bateson la definizione secondo la quale l'informazione è *“una differenza che produce una differenza”*<sup>11</sup>, cioè un mutamento che viene colto e che genera delle modificazioni in un sistema. Se ad esempio l'osservatore ne era già a conoscenza, la portata del dato diventa nulla. Quindi è evidente come l'informazione non sia un dato trasmissibile tout court, bensì l'operazione di produzione di senso a partire dalle differenze che si sono osservate. La conseguenza è che l'informatività di un dato è sempre diversa per ogni osservatore.

---

<sup>10</sup> Heinz von Foerster; *Observing systems*; Intersystems, 1984 (trad. it. *Sistemi che osservano*; Astrolabio, 1987) pag. 167

<sup>11</sup> Gregory Bateson; *Steps to an ecology of mind*; Ballantine, 1972 (trad. it. *Verso un'ecologia della mente*; Adelphi, 1977) pag. 493

## 4. Paul Watzlawick: Il modello circolare della comunicazione

*'Tutte le parti dell'organismo formano un cerchio.*

*Perciò ogni parte è sia il principio che la fine'.*

*Ippocrate*

Il modello lineare della comunicazione di Shannon e Weaver viene superato dal modello circolare elaborato da Paul Watzlawick et al. presso il Mental Research Institute (MRI) nella cosiddetta Scuola di Palo Alto, che prende il nome dalla località californiana sede dell'MRI.

Nel 1967 Paul Watzlawick, Janet Helmick Beavin e Don D. Jackson, pubblicano 'Pragmatica della Comunicazione umana. Studio dei modelli interattivi delle patologie e dei paradossi': la comunicazione viene considerata come un processo di *'interazione'*, e vengono studiati gli effetti della comunicazione sul comportamento (*pragmatica*).

Alle azioni del comportamento personale occorre aggiungere quei segni di comunicazione inerenti al contesto in cui ha luogo la comunicazione. In questa prospettiva tutto il comportamento, e non solo il discorso, è comunicazione, e tutta la comunicazione -compresi i segni del contesto interpersonale – influenza il comportamento.<sup>12</sup>

Attingendo alla cibernetica (la disciplina che studia i processi di autoregolazione e comunicazione degli organismi naturali e dei sistemi artificiali), viene utilizzato il concetto di *'retroazione'* (*feed back*) secondo il quale "parte dei dati di uscita sono reintrodotti nel sistema come informazione circa l'uscita stessa". Aggiunge Watzlawick: "I sistemi interpersonali -gruppi di estranei, coppie sposate, famiglie, relazioni psicoterapeutiche o addirittura internazionali, ecc- possono essere considerati circuiti di retroazione, poiché il comportamento di ogni persona influenza ed è influenzato dal comportamento di ogni altra persona".<sup>13</sup>

Perde perciò senso ragionare sul principio o sulla fine di una catena di eventi: "non c'è fine né principio in un cerchio".<sup>14</sup>

### 4.1 Gli Assiomi della Comunicazione

In 'Pragmatica della Comunicazione umana', testo fondamentale e vera pietra miliare in questo ambito di studi, P. Watzlawick, con J.H. Beavin e D.D. Jackson fissano alcuni assiomi della comunicazione, proprietà che hanno fondamentali implicazioni interpersonali.<sup>15</sup>

<sup>12</sup> Paul Watzlawick, Janet Helmick Beavin, Don D. Jackson; Pragmatica della comunicazione umana; Astrolabio, 1971; pag 16

<sup>13</sup> Ibidem, pag. 24

<sup>14</sup> Ibidem, pag. 38

<sup>15</sup> Ibidem, pag. 40

### **1° Assioma: «NON SI PUÒ NON COMUNICARE»**

Poiché ogni comportamento è comunicazione, in una interazione le persone comunicano costantemente. Qualsiasi comportamento percepibile ha valore di messaggio e quindi possiede il potenziale per essere interpretato da altre persone come avente un significato.

Ciò include anche l'assenza di azione poiché non esiste qualcosa che sia un non-comportamento: anche il silenzio comunica.

"L'attività o l'inattività, le parole o il silenzio hanno tutti un valore di messaggio: influenzano gli altri e questi altri, a loro volta, non possono non rispondere a queste comunicazioni e in tal modo comunicano anche loro"<sup>16</sup>

### **2° Assioma: «OGNI COMUNICAZIONE HA UN ASPETTO DI CONTENUTO E UNO DI RELAZIONE»**

*Ogni comunicazione ha un aspetto di contenuto e di relazione tale che quest'ultima classifica la prima ed è quindi una metacomunicazione.*<sup>17</sup>

Questo secondo assioma afferma che esistono sia livelli di comunicazione di contenuto che di relazione. Il contenuto si riferisce al dato che viene comunicato. Il livello di relazione di un atto comunicativo ha a che fare con il modo in cui si deve assumere tale comunicazione.

L'aspetto relazionale della comunicazione diviene quindi *metacomunicazione* (comunicazione sulla comunicazione).

Come hanno affermato Watzlawick, Beavin e Jackson:

*“Questo è un ordine” oppure “Sto solo scherzando” sono esempi verbali di comunicazione sulla comunicazione, ma si può esprimere la relazione anche in modo non verbale (gridando, sorridendo, ecc.). Il contesto in cui ha luogo la comunicazione servirà a chiarire ulteriormente la relazione: ad es., possiamo capire meglio le frasi sopracitate se sappiamo che sono state pronunciate tra soldati in uniforme o nell'arena di un circo.*<sup>18</sup>

Ciò ci permetterà di attribuire al contenuto informativo (il dato) il giusto senso, permettendoci di comprendere come considerare quel dato (ordine, battuta, rimprovero etc.).

---

<sup>16</sup> Ibidem, pag. 41

<sup>17</sup> Ibidem, pag. 46

<sup>18</sup> Ibidem, pag. 45

### **3° Assioma: «LA NATURA DI UNA RELAZIONE DIPENDE DALLA PUNTEGGIATURA DELLE SEQUENZE DI COMUNICAZIONE TRA I COMUNICANTI»**

Il terzo assioma riguarda l'interazione -scambi di messaggi- tra comunicanti, cioè il modo in cui i partecipanti al sistema scandiscono la punteggiatura delle loro sequenze comunicative.

L'attribuzione del significato può essere diversa dal punto di osservazione di diversi partecipanti, e dal punto di vista di un osservatore.

In una sequenza di scambio, i comunicanti punteggeranno la sequenza in modo che sembrerà che l'uno o l'altro abbia iniziativa, ascendente, che si trovi in posizione di dipendenza e così via. In un evento comunicativo "ogni elemento nella sequenza è simultaneamente stimolo, risposta e rinforzo"<sup>19</sup>.

Pertanto, uno può interpretare un atto come una risposta ("Non mi fido di te, perché non condividi i tuoi sentimenti con me"), mentre l'altro può interpretarlo come uno stimolo ("Non condivido i miei sentimenti con le persone che non si fidano di me"). Ne consegue che punteggiature diverse fanno sì che le persone vedano la sequenza degli eventi in modo diverso e possono portare a infiniti conflitti che rendono il puntare il dito l'uno contro l'altro un esercizio inutile.

Qui si evidenzia l'importanza del principio di circolarità dei modelli di comunicazione<sup>20</sup> secondo cui non vi è una logica lineare tra la comunicazione del soggetto A con il soggetto B, poiché vi è sempre circolarità nell'interazione comunicativa, in quanto ogni reazione di uno dei due partner comunicanti influenza la successiva risposta dell'altro. Ogni feedback influenza la successiva azione del partner, in logica circolare.

Watzlawick riporta l'esempio di due coniugi che vivono un rapporto conflittuale: lui si chiude in se stesso e lei brontola e lo critica. Lui dichiara di chiudersi in se stesso per difendersi dal brontolio della moglie, lei dichiara di brontolare a causa della passività del marito.

Ognuno punteggia la sequenza comunicativa vedendo se stesso unicamente nella reazione al comportamento dell'altro, senza avere la consapevolezza di determinarlo e senza tenere conto del proprio comportamento come parte dello scambio. Purtroppo questi coniugi sono incapaci di metacomunicare in base ai rispettivi modelli di interazione.

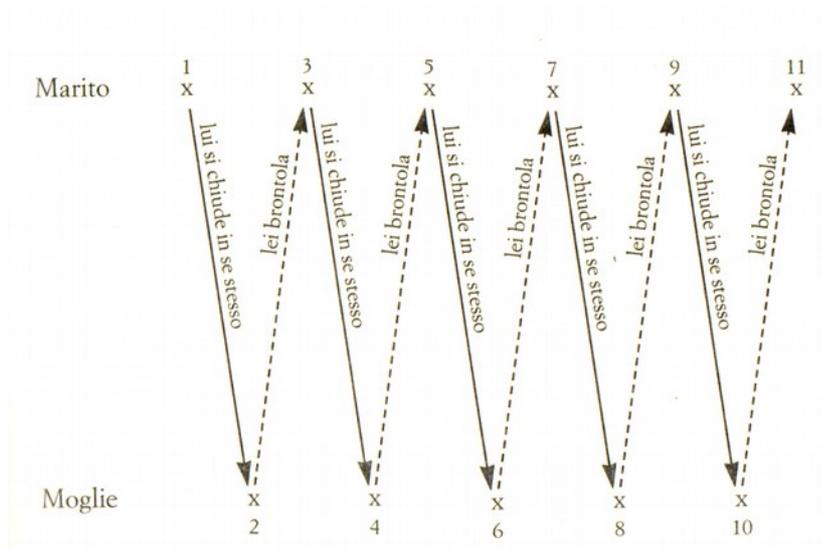
Ecco lo schema dello scambio comunicativo come appare nel testo:<sup>21</sup>

---

<sup>19</sup> Ibidem, pag. 47

<sup>20</sup> Ibidem, pag. 38

<sup>21</sup> Ibidem, pag. 49



**4° Assioma: «SI COMUNICA IN MODO DIGITALE ED ANALOGICO»**

Il termine 'analogico' è derivato da 'analogia', si riferisce quindi a una corrispondenza, per certi aspetti, tra cose altrimenti diverse. In questo caso descrive un tipo di comunicazione in cui la rappresentazione in qualche misura evoca la cosa a cui si riferisce. Ad esempio, scuotere un pugno davanti al viso di una persona evoca l'idea della violenza.

Il termine 'digitale', che oggi di solito si riferisce all'ambito informatico, è usato in questo assioma per riferirsi a elementi di comunicazione discreti e definiti: le parole, segni arbitrari e convenzionali per indicare la cosa rappresentata.

Bateson e Jackson hanno fatto rilevare che *“Non c’è nulla di specificamente simile a cinque nel numero cinque; non c’è nulla di specificamente simile a un tavolo nella parola ‘tavolo’.”*<sup>22</sup> Il linguaggio verbale umano è infatti un sistema convenzionale basato sull'uso delle parole secondo un complesso sistema di regole. Tutte le lingue sono convenzioni socialmente accettate da una specifica popolazione linguistica e, fatta eccezione per le parole onomatopoeiche, in assenza di tali convenzioni non vi potrebbe essere correlazione tra una parola e ciò a cui essa si riferisce.

Il codice analogico ha a che fare con il modo in cui viene detto qualcosa o con i segnali non verbali che lo accompagnano. Ciò significa che qualcuno può trasmettere due messaggi opposti e contraddittori contemporaneamente: la risposta ricevuta può essere verbalmente un 'sì', mentre tutto il corpo col suo linguaggio non verbale (le espressioni facciali, i gesti, gli sguardi, etc.) e il paraverbale (volume, tono, ritmo) comunica un chiaro 'no'.

<sup>22</sup> Paul Watzlawick, Don D. Jackson; *Some Varieties of Pathogenic Organization; Disorders of Communication*, Research Publication, 1964; pag. 271; cit. in *Pragmatica della comunicazione umana*, pag. 53

Nella relazione d'aiuto è quindi estremamente importante considerare tutte le modalità con cui il cliente comunica e che definiscono in maniera completa il suo messaggio.

Nello scambio comunicativo vi è quindi molto di più del solo livello semantico del linguaggio verbale umano.

Riassumendo, gli esseri umani comunicano sia con il linguaggio digitale che con quello analogico.

Il primo ha una sintassi logica complessa ma molto efficace, manca però di una semantica adeguata nel settore della relazione. Viceversa il linguaggio analogico ha la semantica ma non ha nessuna sintassi adeguata per definire in modo che non sia ambiguo la natura delle relazioni.<sup>23</sup>

#### **5° Assioma: «TUTTI GLI SCAMBI DI COMUNICAZIONE POSSONO ESSERE DEFINITI SIMMETRICI O COMPLEMENTARI»**

Il quinto assioma pone l'accento sulla dinamica relazionale posta in atto tra i soggetti comunicanti.

Vi è relazione simmetrica quando i due soggetti sono sullo stesso piano nella dinamica relazionale, sono in posizione di uguaglianza (ad es. colleghi di lavoro, fratelli, sorelle, amici, etc.), mentre vi è relazione complementare quando esiste una differenza tra i piani relazionali (capoufficio-dipendente, padre-figlio, insegnante-allievo, etc.): uno dei due interlocutori è in una situazione primaria (one-up) e l'altro secondaria (one-down).

Si può quindi affermare che tutti gli scambi di comunicazione sono simmetrici o complementari, a seconda che siano basati sull'uguaglianza o sulla differenza.<sup>24</sup>

---

<sup>23</sup> Paul Watzlawick, Janet Helmick Beavin, Don D. Jackson; *Pragmatica della comunicazione umana*; Astrolabio, 1971; pag. 57

<sup>24</sup> *Ibidem*, pag. 60

## 5. La libroterapia

Tra gli strumenti di cui il counselor dispone per aiutare il proprio cliente vi è la libroterapia, che viene spesso chiamata biblioterapia mutuandone l'origine anglosassone.

L'exkursus precedente sulla comunicazione sottolinea la grande importanza che la comunicazione tra counselor e cliente riveste, anche in relazione all'utilizzo di testi e materiali di lettura, nel percorso di sviluppo delle potenzialità del cliente e della sua crescita interiore.

Il termine 'Bibliotherapy' non fu coniato in ambito medico ma getta le radici in ambito letterario, quando nel 1916 nel dialogo satirico *'A Literary Clinic'* il saggista e teologo statunitense Samuel McChord Crothers inserì il riferimento al sistema biblioterapeutico (*a system of Bibliotherapeutics*).<sup>25</sup> Vi era già tutto il senso della libroterapia, laddove egli scrisse:

*"A book may be a stimulant or a sedative or an irritant or a soporific. The point is that it must do something to you."*

(Un libro può essere uno stimolante, un sedativo, un irritante o un soporifero. Il punto è che deve significare qualcosa per te.)

E anche:

*"I don't pay much attention to the purely literary or historical classifications. I don't care whether a book is ancient or modern, whether it is English or German, whether it is in prose or verse, whether it is a history or a collection of essays, whether it is romantic or realistic. I only ask, 'What is its therapeutic value?'"*

(Non faccio molta attenzione alle classificazioni puramente letterarie o storiche. Non mi interessa se un libro è antico o moderno, se è inglese o tedesco, se è in prosa o in versi, se è una storia o una raccolta di saggi, se è romantico o realistico. Chiedo solo: "Qual è il suo valore terapeutico?").

Etimologicamente il termine biblioterapia deriva da *biblion* (libro) aggiunto a *therapèia* (cura), con quest'ultimo termine greco si indica la 'cura' non nell'accezione farmacologica e medica del termine, ma nell'accezione dell'*aver cura di, del prendersi cura, della vicinanza, dell'empatia, dell'attenzione*. È stato poi tradotto in ambito anglosassone con la parola '*therapy*', che evoca l'ambito medico con i fraintendimenti che ne possono conseguire.

**Il termine libroterapia o biblioterapia contiene quindi la parola 'terapia' che può generare equivoci. Va pertanto chiarito che la libroterapia non è psicoterapia, anche se può essere utilizzata unitamente ad essa.**

<sup>25</sup> Samuel Crothers; *A literary clinic*, "The Atlantic Monthly", 118 (1916), n. 3, pagg. 291-302 (traduzioni mie)

Le professioni non mediche evitano di spingersi in ambiti che non competono loro e utilizzano il libro non per curare la parte malata della persona, bensì per rafforzarne la parte sana e creativa, per favorirne la crescita e lo sviluppo delle potenzialità verso nuovi obiettivi e dimensioni di vita.

In ambito clinico i primi che studiarono l'utilizzo di materiale di lettura come misura terapeutica in pazienti psicotici furono i fratelli William e Karl Menninger, psichiatri e fondatori della Menninger Clinic a Topeka in Kansas. In particolare, nel 1937 William Menninger, descrisse questi studi nell'articolo intitolato 'Bibliotherapy' pubblicato nel bollettino della Menninger Clinic.

I due fratelli continuarono poi per anni a studiare l'utilizzo e gli effetti della libroterapia, finchè nel 1964 sarà Karl Menninger a pubblicare l'articolo 'Reading is a therapy'.

Gli studiosi hanno formulato varie definizioni per la libroterapia<sup>26</sup>:

- una famiglia di tecniche per strutturare l'interazione tra un facilitatore e un partecipante basata sulla condivisione della letteratura (Pardeck & Pardeck, 1989);
- uno strumento che può essere usato per promuovere la salute attraverso i libri (Smith, 1989);
- il processo di crescita delle emozioni buone e sane attraverso la mediazione della letteratura (Davis & Wilson, 1992);
- l'uso dei libri per aiutare le persone a risolvere i problemi (Aix, 1993);
- l'uso della lettura guidata per aiutare il lettore a crescere nella consapevolezza di sé e per aiutarlo nel riflettere sulle circostanze del proprio vissuto attraverso un'indagine critica (Harris & Hodges, 1995).

Tutte queste definizioni indicano che il fulcro della libroterapia è costituito dal testo e dal facilitatore che se ne avvale nella relazione d'aiuto istituita con il cliente.

Oltre allo studio del counselor, vi possono essere differenti tipi di *setting*. Solo alcuni esempi:

- in ambito ospedaliero si può aiutare un malato nel percorso di accettazione della propria condizione patologica;
- in ambito scolastico si può facilitare il percorso di inserimento di un alunno che dovesse trovare difficoltà ad inserirsi nel gruppo classe;
- in ambito carcerario si possono promuovere ed agevolare percorsi di integrazione culturale, di cambiamento evolutivo e riabilitativo agevolando il ritorno alla società.

---

<sup>26</sup> Celia E. Johnson, Guofang Wan, Rosalyn Anstine Templeton, Lesley P. Graham, Joan L. Sattler; "Booking It" to peace, *Bibliotherapy for Teachers*; Bradley University, Illinois, 2000; pag. 4

## 5.1 La storia

Il valore della lettura quale nutrimento per lo spirito getta le radici in tempi molto antichi.

Lo storico greco Ecateo di Abdera partì dalla Tracia nel IV sec. a.c. alla volta dell'Egitto. Risalì il Nilo fino a Tebe, l'antica capitale del Regno, per visitare il Ramesseum, il tempio funerario di Ramses II, il faraone che regnò per gran parte del XIII sec. a.c.

Ecateo entrò nella struttura architettonica ricca di stanze, passaggi, corridoi e rimase colpito da una scritta scolpita sopra un portale, che egli riportò così in greco: *psychès iatreion*, 'luogo di cura dell'anima'.

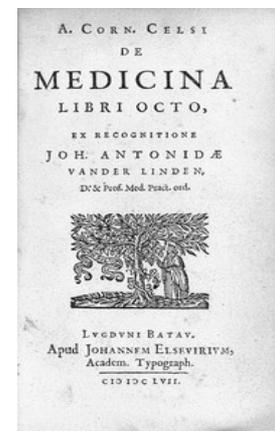
Ma cos'era quel luogo che sanava lo spirito? Era la Biblioteca sacra di Ramses II.



Il complesso del Ramesseum <sup>28</sup>

Non ci resta purtroppo nulla di quella sala e di ciò che custodiva. Fu grazie allo storico Diodoro Siculo che quell'iscrizione giunse fino a noi. Egli infatti visitò il Ramesseum nel I sec. a.c. e narrandolo nella sua monumentale storia universale, la "Bibliotheca historica"<sup>27</sup>, citò Ecateo riportandone la descrizione dell'iscrizione all'ingresso della biblioteca.

Anche gli antichi Romani associavano le cure alla lettura: Aulus Cornelius Celsus nel suo '*De medicina*', ritenuto il primo trattato completo di medicina in latino, consigliò ai malati la lettura delle opere dei grandi oratori, considerandole utili per ritrovare equilibrio e serenità nel vivere la malattia.<sup>29</sup>



A. C. Celsus, *De medicina*, libri octo, 1657<sup>30</sup>

<sup>27</sup> Diodoro; *Bibliotheca historica*; libro I, paragrafo 49

<sup>28</sup> Ph. Steve F-E-Cameron - Opera propria, CC BY 3.0, <https://commons.wikimedia.org/w/index.php?curid=9518015>

<sup>29</sup> Aulus Cornelius Celsus; *De Medicina*, with an English translation by W. G. Spencer; Cambridge (Mass.), Harvard University Press, 1971; pag. 2.

<sup>30</sup> Ph: Wellcome Library, London. Wellcome Images

[https://commons.wikimedia.org/wiki/File:A.\\_C.\\_Celsus,\\_De\\_medicina\\_libri\\_octo,\\_1657\\_Wellcome\\_L0019814.jpg](https://commons.wikimedia.org/wiki/File:A._C._Celsus,_De_medicina_libri_octo,_1657_Wellcome_L0019814.jpg)



Giungendo più prossimi ai giorni nostri, nel 1780 fu inaugurata a Berlino la Biblioteca Regia sul cui portale Federico il Grande fece porre il motto latino *'Nutrimentum Spiritus'*. In quella che fu per 150 anni la maggiore biblioteca del Regno di Prussia<sup>31</sup> viene riconosciuto ancora una volta il valore della lettura quale nutrimento spirituale.

Berlino, Bebelplatz, Alte Bibliothek <sup>32</sup>

## 5.2 Nelle carceri

Che la lettura potesse essere un elemento importante nell'aiuto ai detenuti nel loro percorso di riabilitazione è dimostrato dall'apertura delle biblioteche carcerarie negli USA sin dal XIX secolo, mentre già da fine '700 erano stati attivati book services per i detenuti, pur in assenza di biblioteche stabili all'interno dei penitenziari.

Come ebbe a dire Luis D. Medina (detenuto nella Jackson Correctional Institution in Wisconsin):

*«Learning is opportunity. Libraries can have a great influence and importance to incarcerated inmates. They provide ways by which we can engage our curiosity on interesting subjects. Man is what he reads. So, let us read to become men.»*

*«L'apprendimento è un'opportunità. Le biblioteche possono avere una grande influenza e importanza per i detenuti. Forniscono modi con cui possiamo far convergere la nostra curiosità su argomenti interessanti. L'uomo è ciò che legge. Allora leggiamo per diventare uomini.»*<sup>33</sup>

Negli Usa nel 1790 la Philadelphia Prison Society iniziò a fornire libri ai detenuti del carcere di Walnut Street.<sup>34</sup> Iniziò così il book service ai detenuti, pur non essendovi ancora una biblioteca stabile all'interno.

Questa iniziativa era sia umanitaria che religiosa: i buoni Samaritani della Philadelphia Prison Society avevano l'obiettivo di aiutare i detenuti a comprendere la portata dei loro peccati per espiarli adeguatamente. Di conseguenza, tutta la letteratura loro fornita era a tema religioso.

Il 1802 vide la prima biblioteca stabile all'interno di una prigione di Stato. Il riformatorio dello Stato

<sup>31</sup> La Bibliofilia Vol. 15, No. 12, marzo 1914; Casa Editrice Leo S. Olschki; pag. 477  
<https://www.jstor.org/stable/26208148?seq=1>

<sup>32</sup> Ph.: Wolfgang Sauber [https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Berlin\\_-\\_Alte\\_Bibliothek\\_5\\_Nutrimentum.jpg](https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Berlin_-_Alte_Bibliothek_5_Nutrimentum.jpg)

<sup>33</sup> Luis D. Medina, *The Importance of Prison Libraries in Education Libraries*; 2000; vol. 24, n°1, pag. 7. (traduzione mia)

<sup>34</sup> Rhea Joyce Rubin; *U.S. Prison Library Services And Their Theoretical Bases*; Occasional Papers University of Illinois Graduate School of Library Science, December 1973, n. 110, pag. 3

del Kentucky istituì una piccola biblioteca, principalmente di libri religiosi, che era gestita dal cappellano del carcere.

Successivamente, nel 1829, anche lo stato del Tennessee avviò il servizio, cui nel 1839 furono aggiunti testi non religiosi.

Il servizio bibliotecario carcerario nella maggior parte degli Stati USA iniziò poi nel 1840, anno che vide l'istituzione della biblioteca di Sing Sing. Nel 1852 fu poi inaugurata la biblioteca del carcere di San Quentin (California), che era una delle migliori e più liberali biblioteche carcerarie del tempo.

In Italia le biblioteche carcerarie vedono la luce all'inizio del XX secolo, finanziate da donazioni di privati.<sup>35</sup> In particolare a Milano nel 1903 fu fondata la 'Società Umanitaria' il cui presidente era Filippo Turati (colui che definì le carceri 'cimitero dei vivi')<sup>36</sup>, che annoverava tra i principi fondativi l'idea che la lettura fosse un diritto di tutti i cittadini.

Tuttavia, è solo nel 1975 che in Italia la legge n.354 rende obbligatoria la presenza di una biblioteca in ogni istituto penitenziario:

*Art. 12 «Gli istituti devono inoltre essere forniti di una biblioteca costituita da libri e periodici, scelti dalla commissione prevista dal secondo comma dell'art. 16. Alla gestione del servizio di biblioteca partecipano rappresentanti dei detenuti e degli internati.»*

È sancita la libertà di scelta all'art. 19 comma 5: *«È favorito l'accesso alle pubblicazioni contenute nella biblioteca, con piena libertà di scelta delle letture.»*

Il successivo Regolamento di esecuzione emanato nel 1976 con Decreto del Presidente della Repubblica n.431, stabilisce all'art. 21 che:

*«La direzione dell'istituto deve curare che i detenuti e gli internati abbiano agevole accesso alle pubblicazioni della biblioteca dell'istituto, nonché la possibilità, a mezzo di opportune intese, di usufruire della lettura di pubblicazioni esistenti in biblioteche e centri di lettura pubblici, funzionanti nel luogo in cui è situato l'istituto stesso. Nella scelta dei libri e dei periodici si deve aver cura che ci sia una equilibrata rappresentazione del pluralismo culturale esistente nella società esterna. Il servizio di biblioteca è affidato, di regola, a un educatore...»*

Si sancisce pertanto che le biblioteche non siano esclusivamente una raccolta di libri, ma si prevede la presenza di un educatore che potrà quindi favorire e facilitare percorsi di apprendimento, confronto, scambio, crescita.

---

<sup>35</sup> Emanuela Costanzo, Giorgio Montecchi; Prison Libraries in Italy; Library Trends, Vol. 59, No. 3, 2011 (“Library and Information Services to Incarcerated Persons: Global Perspectives” ed. Vibeke Lehmann), pag. 510

<sup>36</sup> Discorso tenuto il 18 marzo 1904, in Discorsi parlamentari di Filippo Turati, Roma, Tipografia della Camera dei Deputati, 1950, volume I, pagg. 312-322.

Nel tempo si assiste quindi a un'evoluzione sempre più marcata che, dall'antica proposta di lettura ai detenuti solo di tipo religioso riguardante la consapevolezza della propria pena da espiare, si evolve sempre più verso uno strumento di crescita e di cambiamento evolutivo.

### 5.3 Negli ospedali psichiatrici

Lunga è stata la strada che ha portato a superare i metodi disumani con cui è stata trattata per anni la malattia psichiatrica. Sino ad arrivare all'innovativa, a livello mondiale, chiusura degli ospedali psichiatrici in Italia, a seguito dell'entrata in vigore della legge 180 del 1978, più nota come Legge Basaglia.

Nella seconda metà del 1700, il medico toscano Vincenzo Chiarugi (1759-1920) si fece promotore di un nuovo approccio nei confronti della patologia psichiatrica, orientato a metodi umani e superando i limiti della superstizione che purtroppo indirizzavano l'approccio alla malattia.

In un tempo in cui verso questi disagi si ricorreva alla forza bruta, ai contenimenti, alla 'reclusione' dietro le inferriate, egli proponeva un ambiente stimolante in cui i libri potevano essere utilizzati in ambito clinico come mezzi di sostegno e cura per i pazienti. Nel 1785 il Granduca di Toscana, Pietro Leopoldo di Lorena, dopo aver accolto le posizioni di Chiarugi, emanò un'ordinanza che convertì alle cure psichiatriche l'ospedale di Bonifazio a Firenze, introducendo gli innovativi metodi terapeutici proposti da Chiarugi, che superavano i trattamenti disumani al tempo molto diffusi.

E nel 1789 così Chiarugi scrisse nel regolamento della Fondazione dell'Istituto Bonifazio:



*“Supremo dovere medico e umano è il rispetto della persona fisica e morale dell’infermo”<sup>37</sup>.*

Era una consapevolezza altissima per quel tempo, ma si dovrà aspettare il 1978 e la legge Basaglia per dare piena attuazione a questo principio su tutto il territorio nazionale.

Targa sull'ospedale Bonifacio a Firenze<sup>38</sup>

Nell'ultima parte del XVIII secolo anche Philippe Pinel in Francia e William Tuke in Inghilterra si fecero promotori di metodi più umani attribuendo valore a quella che oggi definiamo terapia

<sup>37</sup> Cit. in Oriana Fallaci; Un cappello pieno di ciliege; RCS libri, 2009; pagg. 281-283.

<sup>38</sup> Ph. di I, Sailko, CC BY 2.5, <https://commons.wikimedia.org/w/index.php?curid=3995209>

occupazionale e ricreativa, di cui la lettura -e quindi quella che oggi definiamo libroterapia- fu considerata elemento fondamentale.

Le biblioteche furono istituite nella maggior parte degli ospedali psichiatrici entro la fine del XVIII secolo in Europa ed entro la metà del XIX secolo negli USA<sup>39</sup>.

Uno dei primi americani a raccomandare la lettura per i malati è stato Benjamin Rush. Nella conferenza "On the Construction and Management of Hospitals" del 10 novembre 1802, egli disse:

*"For the amusement and instruction of patients in a hospital, a small library should by all means compose a part of its furniture"*, ovvero "Per lo svago e per l'istruzione dei pazienti ricoverati, una piccola biblioteca dovrebbe in ogni modo costituire una parte dell'arredamento".<sup>40</sup>

Benjamin Rush è stato anche uno dei primi americani a raccomandare la lettura per i malati psichiatrici. In una lettera datata 24 settembre 1810 al Consiglio di amministrazione dell'ospedale psichiatrico della Pennsylvania, Rush raccomandò la presenza di un operatore per assistere i ricoverati, dirigendo e orientando le letture secondo gli argomenti suggeriti dai medici curanti.<sup>41</sup>

La raccomandazione all'utilizzo della lettura in ambito clinico psichiatrico fu poi rafforzata nel successivo 1846 dal medico John Minson Galt II nella sua pubblicazione 'On Reading, Recreation and Amusements for the Insane'.<sup>42</sup>

Sia Rush che Galt vengono considerati pionieri della libroterapia, essi sono tuttavia debitori ai loro precursori europei Chiarugi, Pinel e Tuke che li hanno preceduti nell'enunciazione e nell'applicazione del principio di trattare con unanimità i pazienti anche mediante l'uso della lettura.

Va detto che moltissimi articoli statunitensi sulla tradizione libroterapica tributano ai tre luminari europei il merito di essere stati storicamente l'avanguardia del metodo.

---

<sup>39</sup> Philip J. Weimerskirch; Benjamin Rush, John Minson Galt II, Pioneers of bibliotherapy in America; Bulletin of the Medical Library Association, 53, 1965, 4; pagg. 510-526

<sup>40</sup> Benjamin Rush; Sixteen Introductory Lectures, to Courses of Lectures upon the Institutes and Practice of Medicine. Philadelphia, Bradford and Innskeep. 1811; p. 192. (traduzione mia)

<sup>41</sup> Ibidem; p. 193

<sup>42</sup> Rhea Joyce Rubin; Bibliotherapy Sourcebook; Phoenix, Oryx Press, 1978; pagg. XI-XII

## 5.4 La libroterapia nella relazione d'aiuto

*“Ogni lettore, quando legge, legge se stesso. L'opera dello scrittore è soltanto una specie di strumento ottico che egli offre al lettore per permettergli di discernere quello che, senza libro, non avrebbe forse visto in se stesso.”*

*Marcel Proust*

Il libro ci porta un messaggio: mentre leggiamo ci emozioniamo, riflettiamo, ci poniamo domande. Mediante la lettura veniamo trasportati in un'altra dimensione che non riguarda la nostra vita vissuta in prima persona, ma riguarda le storie vissute da altre persone. Prendere coscienza di altri punti di vista rende la lettura un potente mezzo per ampliare il nostro orizzonte di senso, le nostre possibilità di scelta nel viaggio verso il benessere e lo sviluppo delle potenzialità.

Le storie che leggiamo ci forniscono materiale sia per scrivere la storia della nostra vita sia per aumentare il nostro kit di strumenti necessari al benessere psicologico migliorando la nostra capacità di adattamento e le conseguenti opportunità di cambiamento e crescita. Questo succede perché confrontandoci con materiale narrativo che non appartiene al nostro vissuto siamo comunque in grado di interiorizzarlo facendolo diventare una sorta di esperienza vicaria che arricchisce il nostro bagaglio esperienziale.<sup>43</sup>

Il metodo libroterapico offre al counselor la possibilità di accompagnare il proprio cliente verso una ristrutturazione, laddove nella definizione di Paul Watzlawick *“Ristrutturare significa dare una nuova struttura alla visione del mondo concettuale e/o emozionale del soggetto e porlo in condizione di considerare i 'fatti' che esperisce da un punto di vista tale da permettergli di affrontare meglio la situazione anziché eludere, perché il modo nuovo di guardare la realtà ne ha mutato completamente il senso”*.<sup>44</sup>

Sulla ristrutturazione Bandler e Grinder scrissero: *“Alcuni questa operazione la chiamano 'ridefinizione' o 'rietichettamento'. Qualunque sia il nome, la sua essenza sta nel collegare una nuova reazione a una qualche esperienza”*.<sup>45</sup>

---

<sup>43</sup> Rachele Bindi; I libri che fanno la felicità; Vallardi, 2019; pag. 26

<sup>44</sup> Paul Watzlawick, John H. Weakland, Richard Fisch; Change; Astrolabio Ubaldini, 1974; pagg. 103-4

<sup>45</sup> Richard Bandler, John Grinder; La ristrutturazione; Astrolabio, 1983; pag 13

Il libro è prezioso nella relazione d'aiuto per affrontare temi importanti di cui il cliente fatica a parlare: nel libro si leggono esperienze diverse facendo 'esperienza dell'esperienza' narrata.

Nella storia narrata il cliente può ritrovare una propria situazione di vita vissuta però da qualcun altro, può trarre stimolo per dare voce e spazio a sensazioni inesprese, può trovare sostegno nel comprendere che certe emozioni non sono provate solo da lui.

Una lettura guidata in un percorso di counseling è utile nella ricerca del benessere psicologico, nella soluzione di disagi esistenziali e per un orientamento a sostegno dello sviluppo delle potenzialità, verso l'auspicato cambiamento evolutivo.

Ma cosa si intende per leggere in modo libro terapeutico? Accompagnare un cliente in un percorso libroterapico significa aiutarlo a leggere se stesso mentre sta leggendo il libro. Si chiede al cliente di leggere consapevolmente, interrogandosi sul significato profondo della storia, sulle proprie ricadute personali, riflettendo dunque su se stesso.

Ci si può sentire meno soli, perché nel libro si trovano altre persone che possono vivere situazioni simili alle proprie.

Ecco quindi che il libro e le storie che vengono lette forniscono al cliente materiale importante nel percorso di aiuto per riflettere, per rivedere e rileggere le storie della sua vita, le sue azioni e suoi schemi mentali. Ma anche per implementare la sua 'borsa degli attrezzi', l'insieme di quegli strumenti necessari per il benessere che permette di andare verso una migliore comprensione e di favorire il cambiamento e la crescita.

La lettura non sarà un rinchiudersi in se stesso del cliente, al contrario egli farà esperienza dell'apertura verso l'altro nella condivisione con il counselor che l'accompagna in questo percorso. Potrà essere esperita anche una condivisione collettiva, nel caso in cui il counselor stia operando con un gruppo di lettura.

Vi sono domande importanti per agevolare la riflessione da parte del cliente ed aiutarlo a contattare le sue parti interiori più nascoste:<sup>46</sup>

---

<sup>46</sup> Rachele Bindi; I libri che fanno la felicità; Vallardi, 2019; pag 28

- Cosa ti è piaciuto/non ti è piaciuto della storia che hai letto?
- Trovi qualche ricorrenza negli aspetti che apprezzi/non apprezzi delle storie che leggi? Per esempio, ti capita di affezionarti o detestare sempre lo stesso tipo di personaggio, lo stesso comportamento, la stessa situazione?
- Quali sono le parti della storia maggiormente impresse nella tua memoria?
- La storia ti ricorda situazioni vissute da te?
- Quali sono le tre tematiche principali di questo libro? Si tratta di argomenti importanti per te? In che modo questi argomenti possono avere a che fare con la tua vita?
- Rispetto allo svolgimento della storia, avresti voluto cambiare qualcosa?
- Hai imparato qualcosa di nuovo da questa storia?
- Quali emozioni hai provato leggendo questa storia? Cosa le ha sollecitate maggiormente? Quali aspetti della tua quotidianità generano le stesse emozioni?

È fondamentale che il cliente rifletta anche sui personaggi incontrati durante la lettura: in loro si sarà immedesimato, vi avrà proiettato sentimenti o caratteristiche proprie.

PERSONAGGIO PREFERITO	PERSONAGGIO CHE NON TI PIACE
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Perché lo hai scelto?</li> <li>• Quale aspetto apprezzi di lui/lei?</li> <li>• Quali aspetti hai in comune con lui/lei?</li> <li>• In cosa ti somiglia? In cosa è diverso da te?</li> <li>• Quali aspetti cambieresti di te per somigliare di più a lui/lei?</li> <li>• Cosa potresti insegnare a questo personaggio?</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Perché lo hai scelto?</li> <li>• Quale aspetto non apprezzi di lui/lei?</li> <li>• Quali aspetti hai in comune con lui/lei?</li> <li>• In cosa ti somiglia? In cosa è diverso da te?</li> <li>• Quali aspetti cambieresti di te per somigliare di meno a lui/lei?</li> <li>• Cosa potresti insegnare a questo personaggio?</li> </ul>

Si può inoltre suggerire al cliente di scrivere una lettera sia al personaggio preferito che a quello meno apprezzato: 'Cosa vorresti dire loro?'. Affidare alla parola scritta alcune riflessioni può essere un ulteriore momento di riflessione, da condividere poi nella seduta di counseling.

Nella lettura del testo ogni lettore compie un suo personale viaggio, i suoi incontri saranno diversi da quelli di chiunque altro perché lo metteranno in contatto con la sua storia personale, unica e irripetibile. Dentro ogni lettore risuoneranno corde diverse e una lettura libroterapica, effettuata con consapevolezza, sotto la guida del counselor come facilitatore di questo percorso, ne permetterà una comprensione più ricca, significativa e profonda.

### **5.5 La sottile arte della ristrutturazione**

Paul Watzlawick in *'Change'* scritto con Weakland e Fish, riporta al capitolo 8 *'La sottile arte della ristrutturazione'* il seguente episodio delle avventure di Tom Sawyer, scritto da Mark Twain, molto adatto ad esemplificare la grande utilità della narrativa in un percorso di counseling libroterapico.

*È sabato pomeriggio, vacanza per tutti tranne che per Tom Sawyer che per punizione deve imbiancare trenta jarde di steccato alto nove piedi. La vita gli sembra vuota e l'esistenza solo un pesante fardello. Non è però il lavoro che trova insopportabile, soprattutto lo tormenta l'idea che i suoi compagni gli passeranno accanto e lo prenderanno in giro perché lui deve lavorare. Ma in questo momento buio e senza speranza, spiega Mark Twain, lo illuminò un'ispirazione. Una grande, una magnifica ispirazione. Poco dopo comprare un ragazzo, proprio il ragazzo ch'egli più temeva per i suoi sarcasmi.*

*“Ehi, vecchio, un po' di lavori forzati, vero?”*

*“Oh, sei tu, Ben? Non m'ero neppure accorto che c'eri...”*

*“Senti, io vado a nuotare a fiume, adesso. Non ti piacerebbe venirci anche tu? Ma forse tu preferisci lavorare, vero? Ma sicuro che lo preferisci...”*

*Tom fissò il ragazzo per un istante, poi chiese: “Cos'è che chiami lavorare?”*

*“Be', quello che fai adesso, non è un lavoro?”*

*Tom riprese il pennello e risponde con molta indifferenza:*

*“Be', in un certo senso lo è, e in un certo senso non lo è. Quello che so di positivo è che a Tom Sawyer gli piace.”*

*“Che storia vuoi darmi da bere? Forse che ti diverti a far l'imbianchino?”*

*Il pennello continuò imperterrito.*

*“Se mi diverto? Be', non riesco a capire perché non dovrei divertirmi. Forse che uno steccato da imbiancare lo trovano tutti, ogni giorno?”*

*L'osservazione presentava il lavoro in una nuova visuale. Ben smise di mordicchiare la mela. Tom passò con estrema cura il pennello in su e in giù poi si ritrasse a osservare l'effetto, diede un colpetto qui, un colpetto là, ma non pareva ancora soddisfatto. Ben osservava ogni movimento, e si interessava sempre più, si sentiva sempre più attratto da quel lavoro. Improvvisamente disse: "Senti, Tom, lasciami imbiancare un poco anche a me".<sup>47</sup>*

*A metà del pomeriggio lo steccato è stato verniciato tre volte e Tom si ritrova ricco sfondato: uno dopo l'altro e suoi compagni hanno speso le loro ricchezze per avere il privilegio di verniciare una porzione di steccato. Tom è riuscito a ristrutturare un lavoro faticoso in un piacere così grande da doverlo pagare per provarlo, e i suoi amici, dal primo all'ultimo, hanno accettato il cambiamento effettuato da Tom, la nuova definizione che egli ha dato della realtà.<sup>48</sup>*

Un testo di questo genere farà sorgere molte domande al lettore, lo farà riflettere sulle ricadute personali che tale racconto evocherà, rifletterà su se stesso e con l'aiuto del counselor potrà lavorare sulla ristrutturazione della propria esperienza.

È molto importante che leggere non divenga un modo per fuggire dalla realtà, allontanandosi dagli altri. Leggere in modo consapevole è l'opposto: aiuta a vivere nel reale, a condividere con gli altri, rappresenta un'occasione per vivere esperienze diverse.

I libri costituiscono un aiuto per esplorare noi stessi, occasioni per metterci nei panni dei personaggi del racconto, per confrontarci con altre situazioni. Da soli però non sono sufficienti: occorre lavorare su se stessi e farsi guidare da un professionista in un percorso di counseling libroterapico diviene una preziosa opportunità.

---

<sup>47</sup> Mark Twain; Tom Sawyer; Einaudi. 1963; pagg. 14-15

<sup>48</sup> Paul Watzlawick, John H. Weakland, Richard Fisch; Change; Astrolabio Ubaldini, 1974; pag 101

## 6. Esempi di letture libroterapiche

### 6.1 Il Visconte dimezzato di Italo Calvino

È un testo che consente la riflessione sulla dualità e sull'imperfezione.

Narra del Visconte Medardo di Terralba che, a metà del Settecento, nella sua prima battaglia in Boemia contro i Turchi viene tagliato esattamente in due parti speculari da una palla di cannone che lo colpisce in pieno petto. Tale divisione rappresenta metaforicamente la linea di frattura tra luce e ombra: una parte non conosce che il male, l'altra non sa agire che nel bene, in una polarità totalizzante che non lascia spazio ad alcuna integrazione.

Le due metà, rientrando separatamente a Terralba, manifesteranno il limite di saper vivere soltanto in questi estremi: non soltanto la parte che agisce nel male reca danno, ma anche quella che vive conoscendo solo il bene, incapace di valutare le intenzioni malevole altrui, come narrato nel dialogo tra la metà buona del Visconte e la vecchia balia:

*- Mi sbaglio... Voi giovani dite a noi vecchi che sbagliamo... E voi altri? Tu hai regalato la tua stampella al vecchio Isidoro...*

*- Sì, quello son stato proprio io...*

*- E te ne vanti? Gli serviva per bastonare sua moglie, poveretta...*

*- Lui m'ha detto che non poteva camminare per la gotta*

*- Faceva finta... E tu subito gli regali la stampella... Ora l'ha rotta sulla schiena di sua moglie e tu giri appoggiandoti a un ramo forcelluto... Sei senza testa, ecco come sei!<sup>49</sup>*

Si apre quindi la riflessione sull'importanza dell'essere 'interi', che significa accettare di essere costituiti di parti buone e di parti meno buone, di parti belle e di parti meno belle. Come scrive Calvino nel romanzo:

*Allora il buon Medardo disse: - O Pamela, questo è il bene dell'essere dimezzato: il capire d'ogni persona e cosa al mondo la pena che ognuno e ognuna ha per la propria incompletezza.<sup>50</sup>*

Fino alla conclusione del romanzo, quando le due parti saranno riunite:

*Così mio zio Medardo ritornò uomo intero, né cattivo né buono, un miscuglio di cattiveria e bontà, cioè apparentemente non dissimile da quello ch'era prima di esser dimezzato. Ma*

<sup>49</sup> Italo Calvino; Il visconte dimezzato, in trilogia 'I nostri antenati'; Mondadori, 2000; pag. 75

<sup>50</sup> Ibidem, pag.63

*aveva l'esperienza dell'una e l'altra metà rimesse insieme, perciò doveva essere ben saggio.*<sup>51</sup>

La lettura offre quindi l'opportunità di affrontare durante la seduta di counseling sia il tema della dualità da portare a integrazione che un altro grande tema: l'imperfezione è una caratteristica positiva o è qualcosa da tenere nascosta?

## **6.2 Il deserto dei Tartari di Dino Buzzati**

Ci parla di saper gestire l'attesa, evitando che ci impedisca di vivere la vita.

In un paese immaginario vi è la Fortezza Bastiani, l'ultimo avamposto militare ai confini del Regno, che affaccia sul 'deserto dei Tartari', una pianura la cui desolazione le è valsa tale appellativo. I nemici per molti anni vi avevano fatto pericolose e rovinose incursioni, ma da tantissimi anni non è più apparsa nessuna minaccia da quel fronte, facendo perdere importanza al presidio rappresentato dalla Fortezza, oramai semi-dimenticata e solitaria in quella lontana frontiera.

È qui che il giovane sottotenente Giovanni Drogo viene assegnato in prima nomina, fiducioso che la grande occasione di gloria militare arriverà. Trascorreranno però trent'anni, Drogo diventerà Maggiore e vicecomandante della Fortezza senza che nulla accada. L'attesa si rivela vana, il tempo trascorre ma i Tartari (che in Buzzati non sono quelli storici, bensì generici nemici) non arrivano. In quella lunghissima attesa di un nemico sempre assente, per Drogo e il suo manipolo militare si creano abitudini, condizionamenti e credenze molto radicate e difficili da superare.

La speranza che il nemico giunga dalla pianura si trasforma nel tempo in un'ossessione: Drogo e i suoi militari cercano il senso della propria vita nell'attesa e nello spasmodico desiderio di poter mostrare il proprio coraggio ed eroismo. Questa lunghissima attesa illusoria del nemico si rivela alla fine un fallimento: quando finalmente, dopo decenni, i Tartari arrivano dalla pianura, Drogo è oramai condannato dalla malattia e viene congedato dalla Fortezza Bastiani.

È una lettura dunque che facilita una profonda riflessione sul senso dell'attesa di quanto desideriamo dalla vita, sull'importanza che tale attesa non ci tolga il gusto di vivere comunque ciò che la vita ci offre, nonché sulle situazioni della nostra vita che manteniamo ostinatamente in piedi anche quando tutto ci dice che il fallimento sarà l'inevitabile conclusione.

*Il tempo intanto correva, il suo battito silenzioso scandisce sempre più precipitoso la vita, non ci si può fermare neanche un attimo, neppure per un'occhiata indietro. "Ferma, ferma!" si vorrebbe gridare, ma si capisce ch'è inutile. Tutto quanto fugge via, gli uomini, le stagioni,*

---

<sup>51</sup> Ibidem pag.83

*le nubi; e non serve aggrapparsi alle pietre, resistere in cima a qualche scoglio, le dita stanche si aprono, le braccia si afflosciano inerti, si è trascinati ancora nel fiume, che pare lento ma non si ferma mai.*<sup>52</sup>

### **6.3 L'isola di Arturo di Elsa Morante**

Ci offre una riflessione su come 'sopravvivere' alla disillusione.

Siamo negli anni '30. Arturo, orfano di madre che è morta dandolo alla luce, sta crescendo a Procida nel mito del padre che adora. Per lavoro l'uomo lascia spesso l'isola, e Arturo trascorre gli anni dell'infanzia mitizzando questo padre assente, fantasticando sui viaggi che il padre compie quando è lontano da lui. Arturo è circondato dalla meravigliosa natura di quell'angolo di paradiso e cresce tra spiagge, nuotate e scogliere, coltivando contemporaneamente una profonda passione per le letture cavalleresche.

Nell'adolescenza Arturo vivrà l'amara realtà della disillusione nei confronti del padre che ha sempre creduto un grande viaggiatore: scopre infatti che non si è mai allontanato di molto da casa e che vive clandestinamente una relazione omosessuale con un ragazzo dell'isola.

Da qui la decisione di Arturo di abbandonare l'isola e con essa le illusioni dell'infanzia, salpando verso la terraferma e metaforicamente verso la vita adulta. Parte arruolato come volontario nella seconda guerra mondiale ed è tanta la disillusione e l'offesa che dall'imbarcazione non volgerà neppure lo sguardo verso l'Isola di Procida: aprirà gli occhi solo quando essa sarà sparita dall'orizzonte.

Possiamo quindi riflettere su come sia possibile salvare dentro di noi quanto di bello abbiamo vissuto in una situazione, sottraendolo alla frantumazione operata dalla disillusione e dall'offesa.

*Imparo che il cuore, nelle sue gare contro la coscienza, è estroso, avveduto e fantastico quanto un maestro costumista. Per creare le sue maschere, gli basta magari una trovata da niente; a volte, per travestire le cose, sostituisce semplicemente una parola con un'altra. E la coscienza si aggira in questo gioco bizzarro come uno straniero a un ballo mascherato, fra i fumi del vino.*<sup>53</sup>

---

<sup>52</sup> Dino Buzzati; Il deserto dei Tartari; Mondadori, 2016; pag. 163

<sup>53</sup> Elsa Morante; L'isola di Arturo; Einaudi, 2014; pag. 231

#### 6.4 Mangia, prega, ama di Elizabeth Gilbert

Questo libro autobiografico narra di un viaggio verso la consapevolezza dei propri bisogni, trovando la forza di andare alla ricerca di ciò che rende veramente felici. È un profondo spaccato su una storia in cui il coraggio di cambiare è protagonista.

Elizabeth è una newyorkese dalla vita apparentemente perfetta: una solida carriera come giornalista, un matrimonio e una casa che tanti vorrebbero. Ma una notte ha una profonda crisi: si trova a singhiozzare sul pavimento del bagno con il forte desiderio di essere lontanissima da quella vita. Sente che, nella sua vera e intima essenza, non desidera nulla di quello che ha e prende una decisione radicale: dopo aver affrontato un divorzio turbolento e molto costoso che la priva di casa e denaro, si mette in viaggio alla ricerca della felicità.

Raggiunge l'Italia (da cui il 'mangia' del titolo), dove impara ad apprezzare i piaceri della tavola, delle belle amicizie e del 'dolce far niente'. Prosegue poi alla volta dell'India, dove impara a pregare e a meditare. L'ultima tappa sarà Bali, dove un anziano sciamano l'aiuterà a guarire la tristezza nel cuore e dove ritroverà anche la capacità di innamorarsi di nuovo.

Il viaggio di Elizabeth ci permette di riflettere su quanto a volte i nostri profondi desideri differiscano dai canoni sociali che vedono le persone affermate come necessariamente felici. È una riflessione sul coraggio del cambiamento: non è facile sfondare questo muro di convenzioni sociali e di aspettative che pesano addosso, non è facile affrontare un cambiamento così radicale. Ma Elizabeth quel coraggio lo trova e non c'è carriera ben remunerata, casa meravigliosa o matrimonio all'apparenza felice che la possa trattenere. Quel viaggio che materialmente compie attorno al mondo, ma metaforicamente dentro se stessa, la mette in contatto con i suoi veri bisogni che risiedono nell'autenticità, ben lontano dagli agi materiali.

*Tutti vogliamo che le cose restino uguali, accettiamo di vivere nell'infelicità perché abbiamo paura dei cambiamenti, delle cose che vanno in frantumi, ma io ho guardato questo posto, il caos che ha sopportato, il modo in cui è stato adoperato, bruciato, saccheggiato, tornando poi a essere se stesso e mi sono sentita rassicurata. Forse la mia vita non è stata così caotica, è il mondo che lo è, e la sola vera trappola è restare attaccati ad ogni cosa. Le rovine sono un dono. La distruzione è la via per la trasformazione.<sup>54</sup>*

---

<sup>54</sup> Cit. dal film 'Mangia prega ama (Eat Pray Love)' diretto da Ryan Murphy, 2010, tratto dal libro di Elizabeth Gilbert 'Mangia, prega, ama'; Rizzoli, 2007

## 6.5 La metà di niente di Catherine Dunne

È una storia di resilienza e di rinascita in cui una donna, di fronte all'inaspettato, scopre le sue grandi qualità.

Rose e Ben sono sposati da tanti anni, si erano conosciuti ai tempi della scuola e hanno tre figli. La vita familiare si svolge con regolarità, finché una mattina a colazione Ben senza tanti preamboli dice a Rose di non amarla più e la lascia su due piedi.

Oltre al trauma della rottura, Rose deve affrontare anche la scoperta del tradimento e della sottrazione di tutto il denaro da parte di Ben, e così Rose *“non era più la metà di una rispettabile, solida coppia borghese. Era la metà di niente”*.<sup>55</sup>

Ben si comporta in modo orribile, rivelando una parte di sé che mai Rose si sarebbe aspettata. Lei si ritrova sola, senza denaro e con i tre figli da mantenere poiché Ben non se ne assume alcuna responsabilità. Ma Rose non si perde d'animo, non perde mai la sua dignità e con grande intelligenza e forza interiore riesce a rimettersi in piedi, sia dal punto di vista emotivo che economico.

Ci sono spunti interessanti per un lavoro in seduta di counseling, in quanto ci offre l'opportunità di riflettere sulla forza nel rimettere insieme i pezzi della propria vita quando tutto sembra andare in frantumi. E come nell'arte giapponese del *'kintsugi'* un vaso rotto, dopo che le parti fratturate sono state saldate con l'oro, diviene ancora più bello e prezioso.

*Era come se le fosse caduto un velo dagli occhi. Vedevo la sua vita futura molto diversa, come una seconda opportunità. Un nuovo inizio.*<sup>56</sup>

---

<sup>55</sup> Catherine Dunne; La metà di niente; Guanda, 1998; pag. 265

<sup>56</sup> Ibidem, pag 267

## Bibliografia

- Aulus Cornelius Celsus; *De Medicina*, with an English translation by W. G. Spencer; Cambridge (Mass.), Harvard University Press, 1971;
- Bandler Richard, Grinder John; *La ristrutturazione*; Astrolabio, 1983
- Bateson Gregory; *Steps to an ecology of mind*; Ballantine, 1972 (trad. it. *Verso un'ecologia della mente*; Adelphi, 1977)
- Bentivegna Sara; *Teorie delle comunicazioni di massa*; Laterza, 2003
- Bindi Rachele; *I libri che fanno la felicità*; Vallardi, 2019
- Buzzati Dino; *Il deserto dei Tartari*; Mondadori, 2016
- Calvino Italo; *Il visconte dimezzato*, in trilogia 'I nostri antenati'; Mondadori, 2000
- Costanzo Emanuela, Montecchi Giorgio; *Prison Libraries in Italy*; *Library Trends*, Vol. 59, No. 3, 2011 ("Library and Information Services to Incarcerated Persons: Global Perspectives"; ed. Vibeke Lehmann)
- Crothers Samuel; A literary clinic, "The Atlantic Monthly", 118 (1916), n. 3
- Diodoro; *Bibliotheca historica*; libro I
- Dunne Catherine; *La metà di niente*; Guanda, 1998
- Eco Umberto (a cura di); *Estetica e teoria dell'informazione*; Bompiani, 1972
- Eco Umberto, Fabbri Paolo; *Progetto di ricerca sull'utilizzazione dell'informazione ambientale*, in "Problemi dell'informazione" 4, 1978
- Fallaci Oriana; *Un cappello pieno di ciliege*; RCS libri, 2009
- Gilbert Elizabeth 'Mangia, prega, ama'; Rizzoli, 2007
- Jakobson Roman; *Essais de linguistique générale*; Les Éditions de Minuit, 1963 (trad. it. *Saggi di linguistica generale*; Feltrinelli, 1966)
- Johnson Celia E., Wan Guofang, Anstine Templeton Rosalyn, Graham Lesley P., Sattler Joan L.; "Booking It" to peace, *Bibliotherapy for Teachers*; Bradley University, Illinois, 2000
- La Bibliofilia* Vol. 15, No. 12, marzo 1914; Casa Editrice Leo S. Olschki
- Medina Luis D., *The Importance of Prison Libraries in Education Libraries*; 2000; vol. 24, n°1
- Morante Elsa; *L'isola di Arturo*; Einaudi, 2014
- Nardone Giorgio, Watlawick Paul; *L'arte del cambiamento*; Tea, 2010
- Rubin Rhea Joyce; *Bibliotherapy Sourcebook*; Phoenix, Oryx Press, 1978
- Rubin Rhea Joyce; *U.S. Prison Library Services And Their Theoretical Bases*; *Occasional Papers University of Illinois Graduate School of Library Science*, December 1973, n. 110
- Rush Benjamin; *Sixteen Introductory Lectures, to Courses of Lectures upon the Institutes and Practice of Medicine*. Philadelphia, Bradford and Innskeep. 1811

Turati Filippo; Discorsi parlamentari; Roma, Tipografia della Camera dei Deputati, 1950; volume I

Twain Mark; Tom Sawyer; Einaudi. 1963

von Foerster Heinz; Observing systems; Intersystems, 1984 (trad. it. Sistemi che osservano; Astrolabio, 1987)

Watlawick Paul; Istruzioni per rendersi infelici; Feltrinelli, 1997

Watzlawick Paul, Beavin Janet Helmick, Jackson Don D.; Pragmatica della comunicazione umana; Astrolabio, 1971

Watzlawick Paul, Jackson Don D.; Some Varieties of Pathogenic Organization; Disorders of Communication, Research Publication, 1964

Watzlawick Paul, Weakland John H., Fisch Richard; Change; Astrolabio Ubaldini, 1974

Weimerskirch Philip J.; Benjamin Rush, John Minson Galt II, Pioneers of bibliotherapy in America; Bulletin of the Medical Library Association, 53, 1965, 4

## Sitografia

<https://pixabay.com>

<https://www.jstor.org/stable/26208148?seq=1>

<https://commons.wikimedia.org/w/index.php?curid=9518015>

Ph. Steve F-E-Cameron - Opera propria, CC BY 3.0

[https://commons.wikimedia.org/wiki/File:A.\\_C.\\_Celsus,\\_De\\_medicina\\_libri\\_octo,\\_1657\\_Wellcome\\_L0019814.jpg](https://commons.wikimedia.org/wiki/File:A._C._Celsus,_De_medicina_libri_octo,_1657_Wellcome_L0019814.jpg)

Ph: Wellcome Library, London. Wellcome Images

[https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Berlin\\_-\\_Alte\\_Bibliothek\\_5\\_Nutrimentum.jpg](https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Berlin_-_Alte_Bibliothek_5_Nutrimentum.jpg)

Ph.: Wolfgang Sauber

<https://commons.wikimedia.org/w/index.php?curid=3995209>

Ph. di I, Sailko, CC BY 2.5