

| | |
|--------------------|---|
| PSYCHOMEDIA | TERAPIA NEL SETTING INDIVIDUALE <hr/> Psicoterapia con il gioco della sabbia |
|--------------------|---|

LE DIMENSIONI DELLA SABBIERA: CASUALITA'?
Floriana Di Giorgio

Quando ci si avvicina al *gioco della sabbia*, una delle prime cose che colpiscono, se non la prima, è la sabbiera, ossia una cassetta di forma rettangolare di legno o di metallo, contenente la sabbia appunto e con il fondo azzurro, come il mare.

Facendo i diversi colloqui per entrare alla scuola di specializzazione mi resi conto che le dimensioni della sabbiera erano sempre le stesse, come identica era anche quella della mia analista. Questa cosa m'incuriosì ed iniziai a chiedermi se le misure della sabbiera fossero casuali o rimandassero ad un preciso significato.

La prima ipotesi, relativa alla casualità, fu la prima ad essere scartata, sia perché quando s'inizia a studiare psicologia analitica e, soprattutto quando s'intraprendere un percorso analitico, ci si rende conto, ben presto, che poche cose, forse nulla, sono casuali e che le cose, in un modo o in un altro, nascondono sempre un senso e un significato; e poi il fatto che in tutti gli studi di coloro che usavano la sabbia le dimensioni fossero le stesse non poteva essere un caso!

Dora Kalff, creatrice della *Sand Play Therapy*, derivò tale metodo dalla 'tecnica del mondo' di Margaret Lowenfeld (1928), mutuandone anche le dimensioni della cassetta di sabbia. Esse sono: cm 57x72x7.

Le dimensioni della sabbiera sono tutt'altro che casuali, in quanto permettono di visualizzare la scena costruita senza bisogno di girare la testa e, secondo la Kalff, queste sono le dimensioni più idonee per i processi proiettivi e la limitatezza dello spazio è una condizione indispensabile affinché il contatto Io-inconscio sia protetto e possa strutturarsi in modo da poter esser assimilato dal paziente e compreso dal terapeuta. La Kalff sostiene, infatti, che le dimensioni stabilite, "*ponendo dei limiti alla fantasia di chi gioca, agiscono da fattore di coordinamento e di protezione*" (Kalff, 1966; p.16). In tal modo la sabbiera si configura come uno 'spazio libero e protetto'.

Anche la forma rettangolare non è casuale, in quanto nella disequaglianza delle sue misure, crea tensione, il giusto disequilibrio che spinge alla creazione di scene. Per tale motivo il

processo analitico con la sabbia si configura come una costante ricerca del proprio centro personale in uno spazio decentrato (Ammann, 2000).

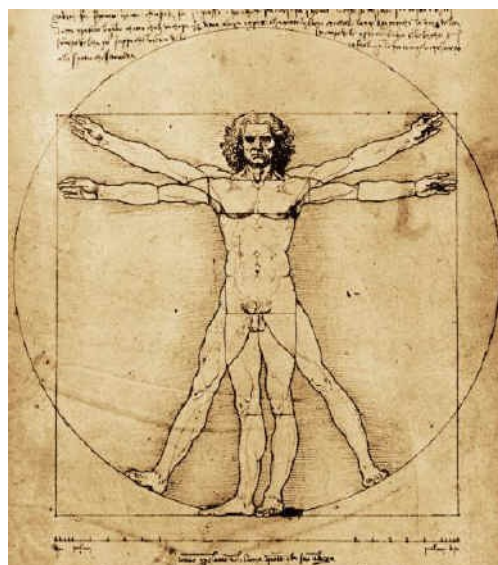
E' interessante rilevare, inoltre, che il rettangolo, costruito con le misure stabilite, ha il lato minore corrispondente alla sezione aurea della sua diagonale.

Ma cos'è la sezione aurea?

La *sezione aurea* o *proporzione divina* è una delle costanti matematiche più antiche che esistono e viene identificata con la lettera greca ϕ , iniziale del nome dello scultore greco Fidia, che utilizzò il rapporto aureo per le sculture del Partenone. Tale sezione è stata definita aurea perché in architettura sembra essere il rapporto più estetico fra i due lati di un rettangolo e Keplero lo descrisse come uno dei grandi tesori della geometria.

La sezione aurea, inoltre, sembra rappresentare lo standard di riferimento per quanto riguarda la perfezione, l'armonia e la grazia in architettura, nella scultura e nella pittura, ma anche nella stessa natura, infatti, molte strutture naturali, come, ad esempio l'alveare o la spirale di una conchiglia, si basano sulla sezione aurea.

Anche il corpo umano sembrerebbe seguire il rapporto aureo, infatti, Leonardo Da Vinci ritrovò la costante matematica ϕ anche nel corpo umano, in quanto stabili, seguendo i dettami del De Architectura di Vitruvio, basati sul numero aureo, che le proporzioni umane sono perfette quando l'ombelico divide l'uomo in modo aureo. *"Il centro del corpo umano è, inoltre, per sua natura l'ombelico; infatti, se si sdraia un uomo sul dorso, mani e piedi allargati, e si punta un compasso sul suo ombelico, si toccherà tangenzialmente, descrivendo un cerchio, l'estremità delle dita delle sue mani e dei suoi piedi"*. (Vitruvio, De Architectura).



Il fatto di ritrovare la sezione aurea in diverse manifestazioni della natura, le ha dato un'aura misteriosa, di custode dell'armonia e dei segreti naturali e, per lo stesso motivo, è stata

definita anche 'proporzione divina' anche per le sue caratteristiche di invariabilità, unicità e indefinitezza, di solito, dall'uomo attribuite a Dio.

Quando gli oggetti o gli elementi naturali o ancora uno spartito musicale o, come sopra descritto, il corpo umano, si strutturano in base alla sezione aurea sono belli e armoniosi e in questo sta il suo valore estetico e diversi esperimenti si sono focalizzati sul fatto che la percezione umana preferisse le proporzioni in accordo con tale sezione.

Anche la psicologia ha subito il fascino della sezione aurea e Fechner fu il primo a tentare di dimostrare l'esistenza, nella mente umana, di un meccanismo elaborativo, provocante sensazioni piacevoli a contatto con il rapporto aureo. In base a questa ipotesi, Fechner svolse diversi esperimenti direttamente sulle persone, testando le loro preferenze estetiche, e misurando gli oggetti di uso quotidiano per provare l'esistenza di una tendenza inconscia a preferire la porzione aurea. Alla fine dei suoi esperimenti pubblicò i risultati, nel 1879, nel suo 'Manuale di estetica'. Essi furono criticati, non riconoscendo la validità dei suoi metodi. Nonostante ciò, gli studi e le ricerche (tra cui: Green, 1995; Hofe, 1997) sulla percezione della sezione aurea hanno avuto larga eco, ma nessuno finora ha trovato il motivo per tale preferenza, per cui continua a persistere l'alone di mistero che ha da sempre accompagnato questo concetto.

Sembrerebbe, quindi, che la sezione aurea, per la sua ridondanza nella natura e nell'uomo, sia un meccanismo innato, legato indissolubilmente all'esser parte del mondo e che ci sia una sorta di predisposizione, anch'essa innata, verso tutto ciò che contiene il rapporto aureo. Queste sue caratteristiche sembrerebbero darle una connotazione archetipica, definendo l'archetipo in senso junghiano come "*un fattore formale innato di organizzazione della percezione e della rappresentazione che inerisce alla specie*" (Jacobi, 1971).

Ritornando al punto di partenza, ossia alla cassetta di sabbia, ci rendiamo conto come le sue dimensioni non siano per nulla casuali, ma si ricolleghino ad una costante matematica, da tempo misteriosa e affascinante, custodita nel patrimonio collettivo archetipico.

Bibliografia

Ammann R., 2000, *Sandplay: immagini che curano e trasformano. Una via creativa per lo sviluppo della personalità*. Biblioteca Vivarium, Roma.

Green C.D., 1995, *All that glitters: a review of psychological on the aesthetic of the golden section*, 24, pp. 937-968. Department of psychology, York University.

Hofe H., 1997, The golden section hypothesis-its last funeral. *Empirical Studies of Arts*, 15 pp. 233-255.

Jacobi J., 1971, *Complesso Archetipo Simbolo nella psicologia di C.G. Jung*, Bollati Boringhieri Torino.

Kalff D., 1966, *Il Gioco della Sabbia e la sua azione terapeutica sulla psiche*. Edizioni OS, Firenze.

Livio M., 2003, *La sezione aurea*. Rizzoli, Roma.