La fiaba come medicina: nuove vie della biblioterapia educativa¹

The fairy tale as medicine: new ways of educational bibliotherapy

ALESSANDRA LO PICCOLO, DANIELA PASQUALETTO, LETIZIA PISTONE*

RIASSUNTO: La biblioteca, intesa come luogo educativo e relazionale, offre uno spazio privilegiato per l'incontro con la lettura. In questo contesto, la biblioterapia si configura come una pratica educativa e terapeutica innovativa che utilizza la lettura come strumento di supporto psico-emotivo per bambini con Bisogni Educativi Speciali. Il contributo esplora il valore della biblioterapia come strumento di cura integrata, sottolineando il potenziale della "fiaba come medicina" nel promuovere inclusione e benessere.

PAROLE-CHIAVE: biblioterapia, cura, fiaba, SEN.

ABSTRACT: The library, understood as an educational and relational place, offers a privileged space for the encounter with reading. In this context, bibliotherapy is configured as an innovative educational and therapeutic practice that uses reading as a psycho-emotional support tool for children and young people. The paper explores the value of bibliotherapy as a tool for integrated care, highlighting the potential of the "fairy tale as medicine" in promoting inclusion and well-being.

KEY-WORDS: bibliotherapy, care, fairy tale, BES.

* Università degli Studi di Enna "Kore".

1. Le Autrici hanno condiviso l'impostazione complessiva del contributo. Tuttavia, ai fini dell'attribuzione, Alessandra Lo Piccolo ha redatto i paragrafi 1 e 4, Letizia Pistone il paragrafo 3 e Daniela Pasqualetto il paragrafo 4.

1. La cura educativa nella prospettiva integrata

Nel dibattito contemporaneo sull'educazione inclusiva e sul benessere scolastico, il concetto di cura assume un ruolo sempre più centrale. Parlare di cura, oggi, significa andare oltre l'assistenza o l'accudimento, per abbracciare una visione più ampia e integrata dello sviluppo del bambino (Brandolini, 2022, p. 3).

Nel contesto educativo e terapeutico, la "cura" non si limita solo agli aspetti fisici della salute, ma si estende anche alla dimensione psicologica, emozionale e sociale del bambino. La cura educativa è quella dimensione che mira a promuovere il benessere del bambino in un senso più ampio, contribuendo allo sviluppo di competenze socio-emotive, cognitive e relazionali. Essa non è da intendersi come un atto episodico, ma come una presenza costante, empatica e consapevole nel percorso di crescita del minore (Canevaro, 2006, p. 45).

Nel contesto scolastico e terapeutico, la cura educativa si configura come un approccio globale allo sviluppo del bambino, che considera non solo l'apprendimento, ma anche gli aspetti affettivi, relazionali e psicologici (Cambi, 2010, p.195). Nei bambini con Bisogni Educativi Speciali (BES), questa dimensione assume un ruolo cruciale per sostenere processi di crescita complessi, in cui fragilità, potenzialità e unicità si intrecciano. L'educazione, in tale prospettiva, non può più essere intesa solamente come trasmissione di saperi, ma anche come supporto empatico, inclusivo e personalizzato.

La cura si manifesta attraverso interventi intenzionali, finalizzati a promuovere benessere e resilienza, riconoscendo e valorizzando le diversità individuali come risorse educativa (Lo Piccolo, 2021, p. 34).

In questo scenario, la biblioterapia emerge come uno strumento educativo e terapeutico, che si avvale della lettura come mezzo per accompagnare i bambini nel loro percorso di crescita.

Le parole scritte aprono spazi sicuri e protetti in cui esplorare temi complessi come la diversità, la paura, l'errore, l'amicizia, la rabbia o l'autonomia.

Attraverso la forza evocativa delle storie, la condivisione narrativa e l'identificazione con i personaggi, è possibile affrontare difficoltà emotive, stimolare la riflessione, rafforzare il senso di sé e favorire processi autentici di inclusione (Borra, 2019, p. 17).

Il presente contributo si propone di indagare il valore della biblioterapia come pratica educativa integrata, mettendo in luce il potenziale trasformativo della lettura, e in particolare della lettura di fiabe, come strumento narrativo capace di attivare benessere, appartenenza e partecipazione.

L'accesso ai libri, in ogni luogo frequentato da bambini e bambine, ragazzi e ragazze, coadiuva ad arginare il disagio sociale ed economico, la povertà educativa e la dispersione scolastica e a favorire il benessere dei minori. La lettura è una competenza trasversale che incide in modo rilevante sia sul successo scolastico che sulla possibilità di apprendere, sperimentare, sviluppare e far fiorire liberamente capacità, talenti e aspirazioni (Save the Children, 2022).

2. Curarsi con le storie: la fiaba nella biblioterapia

La biblioterapia nasce negli Stati Uniti come pratica clinica nei primi decenni del Novecento, inizialmente utilizzata nei contesti psichiatrici, per poi evolversi successivamente come strumento educativo e di supporto psicologico. Basandosi sull'idea che la lettura di testi selezionati possa favorire processi di consapevolezza, riflessione e trasformazione, le storie diventano veicoli simbolici attraverso cui il lettore può identificarsi, riconoscersi e immaginare nuove soluzioni ai propri problemi.

Esistono varie forme di biblioterapia (clinica, educativa) accomunate dall'uso intenzionale e guidato della narrazione come stimolo alla crescita personale.

La biblioterapia clinica è quella utilizzata da figure mediche, come psichiatri e psicologi, oppure da personale non medico, ma supervisionato da medici, quali gli infermieri, i tecnici della riabilitazione psichiatrica e si occupa della parte ammalata della persona, necessita dunque di un medico che la individui attraverso una diagnosi per stabilire un piano di cura. La biblioterapia educativa, invece, viene utilizzata autonomamente da personale non medico, si occupa della parte sana, delle potenzialità personali, delle capacità di rinnovare il proprio sguardo sulla realtà, di sviluppare maggiore empatia, di trovare soluzioni non immaginate ai diversi problemi che turbano i propri stati emotivi.

I professionisti della biblioterapia educativa possono essere bibliotecari, insegnanti, educatori, infermieri, operatori sociali e culturali, counselor, coacher.

Questa distinzione chiarisce chi fa cosa, aprendo la possibilità di dare un significato nuovo alla biblioterapia, che in Italia necessita ancora di una collocazione ben precisa e di un proprio modello applicativo, basato su elementi specifici, utilizzando l'esperienza svolta all'estero come esempio, ma adattata al nostro contesto (Phoenix, Oryx Press, 1978, p. 6-11).

Nell'affacciarsi della parola biblioterapia, gli ambienti umanistici tendono spesso a chiudersi. Insegnanti, bibliotecari, educatori e altri professionisti ancora spesso escludono la possibilità di applicare la biblioterapia poichè la parola contiene un suffisso che riguarda la sfera medica. Solo a partire dai primi anni del Duemila, sono emerse nuove modalità applicative nel campo della biblioterapia, tra cui l'uso della fiaba come strumento terapeutico. Le fiabe, infatti, non solo hanno svolto un ruolo centrale nell'ambito dell'intrattenimento, ma si sono rivelate fondamentali anche per lo sviluppo psicologico e cognitivo dei bambini. Esse rispondono a domande profonde e universali, come: "Qual è la vera natura del mondo che mi circonda? Come posso affrontare questo problema? Come posso diventare veramente me stesso?". Questi e altri interrogativi, che sorgono nella mente del bambino sin dai primi anni di vita, trovano nella narrazione fiabesca un canale attraverso cui esplorare, riflettere e dare forma alle proprie fantasie e paure (Bettelheim, 2015, p. 11).

Per comprendere l'utilità della fiaba per l'individuo che si trova nell'età dello sviluppo, è necessario comprendere il modo in cui esso percepisce la propria realtà.

Come sostiene Jean Piaget, nei primi anni di vita il pensiero dell'essere umano rimane animistico: il bambino possiede la tendenza ad attribuire vita e intenzioni agli oggetti inanimati e agli elementi della natura (Piaget, 1937). Questo tipo di pensiero si accorda perfettamente con i racconti che troviamo nelle fiabe, dove è possibile incontrare animali parlanti, alberi con poteri magici e oggetti incantati che si relazionano, pensano e reagiscono come esseri umani. Questa animazione fantastica del mondo è dunque perfettamente in sintonia con la percezione infantile della realtà descritta da Piaget, rafforzando l'idea che le fiabe non solo siano affascinanti e intrattenenti, ma anche profondamente rilevanti e in accordo con i processi cognitivi ed emotivi del bambino (Bettelheim, 2015, p.21).

Le fiabe offrono ai bambini un contesto sicuro e protetto in cui possono esplorare attivamente emozioni, paure e conflitti interiori, utilizzando modalità creative, personali e simboliche. Questo processo di esplorazio-

ne emotiva e psicologica è fondamentale per il sano sviluppo psico-affettivo del giovane individuo, poiché consente l'espressione e l'elaborazione di esperienze complesse in un ambiente che stimola la riflessione e la crescita interiore. Tale dinamica si contrappone a un approccio razionalistico che rischia di limitare la libertà espressiva del bambino, soffocando la sua immaginazione e impedendo lo sviluppo della sua individualità (Von Franz, 1980, p. 42).

Inoltre, come sottolineato da Bettelheim (2015, p. 30), le fiabe si rivelano efficaci strumenti comunicativi grazie alla loro capacità di trasmettere significati complessi mediante strutture narrative semplici e simboliche. La loro forza risiede nell'utilizzo di archetipi e simboli che facilitano la comprensione di dinamiche psicologiche universali. Pertanto, le fiabe, con la loro configurazione narrativa ricca di archetipi e simbolismi, si prestano particolarmente all'impiego terapeutico, in particolare all'interno della biblioterapia, come mezzo per facilitare l'elaborazione emotiva e il benessere psicologico nei bambini.

Molti interventi in ambito clinico e educativo hanno evidenziato l'efficacia delle fiabe come mezzo terapeutico. Essa, infatti, attraverso un linguaggio simbolico universale, offre ai bambini, con il supporto dei professionisti che si occupano di loro, la possibilità di esplorare e comprendere le proprie esperienze. L'utilizzo di questi racconti facilita il processo di guarigione e promuove uno sviluppo emotivo, relazionale e psicologico duraturo.

L'espressione "la fiaba come medicina" non è solo una metafora suggestiva, ma riflette una realtà terapeutica concreta. Le fiabe possono essere selezionate in base al vissuto del bambino (fiabe prescrittive) oppure create insieme a lui (fiabe personalizzate), aiutandolo a riformulare la propria esperienza e a immaginare nuove possibilità. Questo processo di rinarrazione attiva la resilienza, stimola il senso di *agency* e può contribuire a costruire una visione positiva di sé.

3. Biblioterapia educativa e BES: un'alleanza possibile

I bambini con BES presentano una vasta gamma di bisogni, che spaziano da difficoltà cognitive a problematiche socio-emotive e comportamentali. In tale contesto, la biblioterapia si colloca come risorsa e processo "digestivo" delle emozioni più complesse.

Le storie, in particolare le fiabe, offrono uno spazio simbolico nel quale i bambini possono riconoscere le proprie fragilità, identificarsi nei personaggi e sperimentare strategie di coping efficaci per affrontare paure, frustrazioni o dinamiche di esclusione. Secondo Bettelheim (2015), le fiabe agiscono come “contenitori emotivi”, permettendo ai bambini di elaborare conflitti interiori e di sviluppare competenze emotive attraverso l’identificazione con i protagonisti e la risoluzione di situazioni problematiche.

Durante la lettura della fiaba, ognuno, nel proprio ruolo di ascoltatore e lettore, fortifica la relazione che si crea tra adulto e bambino come luogo d’incontro tra parti del mondo esterno e parti del mondo interno.

Il lettore – che può essere un educatore, un insegnante, un pedagogo o uno psicologo – assume un ruolo centrale nella selezione dei testi e nella costruzione di attività significative.

Dalle esperienze e dagli studi condotti nell’ambito della biblioterapia educativa (Heath *et al.*, 2005, p.563; Brewster, 2009, p. 13), emergono alcune tecniche pratiche che il lettore può adottare per promuovere il benessere emotivo nei bambini. Quattro sono gli elementi principali da considerare.

1. La scelta biblioterapeutica dei libri richiede un’attenzione particolare alla selezione di testi che rispecchino i bisogni emotivi dei lettori, stimolando processi di identificazione e riflessione (Pehrsson & McMullen, 2005, p.49). Non si tratta solo di proporre letture gradevoli, ma di favorire una connessione autentica con i vissuti personali.
2. L’utilizzo non didattico dei libri rappresenta un altro punto centrale: i testi vanno proposti in modo libero, senza finalità valutative o scolastiche, per preservare il piacere della lettura e il valore esperienziale del racconto.
3. L’ascolto attivo da parte dell’educatore o dell’insegnante, inteso come accoglienza empatica dei pensieri e delle emozioni dei bambini, è fondamentale per creare uno spazio sicuro di espressione e confronto.
4. Infine, porre domande stimolo dopo la lettura permette di favorire una riflessione più profonda, incoraggiando i partecipanti a collegare i temi narrativi alle proprie esperienze di vita.

Le fasi operative, poi, richiedono un’attenta progettazione metodologica e prevedono oltre ai momenti di lettura condivisa e alla discussione guidata, momenti di drammatizzazione, e di scrittura riflessiva, pensati

per stimolare la partecipazione attiva e il coinvolgimento emotivo del bambino. Il metodo è flessibile e può essere applicato sia in contesti individuali che di gruppo, integrandosi con altre pratiche educative inclusive.

Fondamentale, in questo processo, è la creazione di un setting sicuro e accogliente, in cui i bambini si sentano liberi di esprimere emozioni, pensieri e vissuti personali, senza timore di giudizio. In questo spazio di ascolto e riconoscimento, la fiaba – con il suo linguaggio simbolico e universale – diventa strumento di mediazione narrativa, capace di dare forma a emozioni spesso difficili da verbalizzare.

La scelta di testi narrativi adatti, calibrati sull'età e sulle esigenze specifiche del lettore, consente di creare veri e propri percorsi personalizzati (Von Franz, 1980, p. 45).

Tra le sfide principali per l'inclusione di bambini con BES, emerge il superamento delle barriere comunicative. In presenza di difficoltà verbali o cognitive, la Comunicazione Aumentativa e Alternativa (CAA) offre strumenti indispensabili per favorire l'accesso al racconto. La CAA comprende l'uso di simboli visivi, tabelle di comunicazione e dispositivi elettronici, che permettono ai bambini di partecipare attivamente all'esperienza narrativa anche quando il linguaggio verbale risulta limitato (Crowe *et al.*, 2022, p. 278; Hickson, 2012, p. 45).

L'integrazione della CAA nella lettura di fiabe consente ai bambini di interagire con la storia attraverso canali visivi e simbolici, ampliando le possibilità di comprensione e coinvolgimento. La lettura non si configura semplicemente come decodifica del testo scritto, ma come esperienza multisensoriale che coinvolge vista, tatto, udito e, in alcuni casi, anche l'olfatto.

Un approccio particolarmente efficace è rappresentato dall'utilizzo della lettura multisensoriale, che si avvale di immagini, suoni, materiali tattili e oggetti fisici per arricchire la narrazione. L'impiego di immagini visive o simboliche durante la lettura facilita la comprensione dei testi, soprattutto nei bambini che faticano a interpretare il linguaggio scritto tradizionale. Le immagini possono essere utilizzate per rappresentare personaggi, luoghi, emozioni o azioni all'interno di una storia, consentendo ai bambini di costruire un legame diretto con il contenuto narrativo della fiaba, indipendentemente dalle loro competenze linguistiche (Erickson & Koppenhaver, 2007, p. 198).

Inoltre, i lettori possono organizzare sessioni di lettura multisensoriale, utilizzando audiolibri, effetti sonori, musiche tematiche, libri tattili e

immagini animate per rendere la narrazione immersiva e coinvolgente. Queste esperienze permettono una fruizione partecipata, integrata e inclusiva del racconto, stimolando l'immaginazione, la memoria sensoriale e la comprensione globale del testo (Neumann *et al.*, 2015, p. 200).

La fiaba inclusiva rappresenta una modalità narrativa privilegiata per attivare percorsi di consapevolezza, accettazione e valorizzazione delle differenze. Con i suoi personaggi archetipici e le sue trame simboliche, essa diventa uno strumento educativo, capace di offrire nuovi significati all'esperienza personale e di nutrire l'identità di ogni bambino, indipendentemente dalle sue difficoltà.

In questo senso, la biblioterapia non è solamente un'attività di lettura, ma un atto educativo di cura, che attraverso la parola narrata accompagna il bambino con BES nella scoperta di sé e degli altri, sostenendolo nel diventare protagonista attivo del proprio cammino.

4. Conclusioni: verso un'educazione del sentire

La biblioterapia rappresenta una possibilità concreta di rendere l'educazione più "umana", attenta alle emozioni e alle storie di vita dei bambini.

Per i soggetti con BES, essa può diventare un'esperienza trasformativa, in grado di ridurre l'isolamento, promuovere l'identificazione positiva e stimolare la riflessione su sé stessi e sugli altri. L'integrazione della biblioterapia nei contesti educativi implica la promozione di una pedagogia del sentire, che si fonda sulla relazione empatica, sull'ascolto attivo e sulla cura dell'altro attraverso il potere simbolico della parola narrata. L'obiettivo non è quello di perseguire una cura clinica, bensì di valorizzare le risorse interiori del bambino, favorendo la consapevolezza emotiva attraverso la narrazione (Rossi, 2009, p. 32).

Per cogliere appieno il potenziale di questo strumento, è necessario sollecitare ulteriori indagini sull'efficacia delle fiabe come dispositivi narrativi a funzione terapeutica, applicabili in diversi ambiti educativi e clinici.

Studi futuri in Italia potrebbero concentrarsi sull'impiego della fiaba con bambini che presentano difficoltà psicologiche, come disturbi d'ansia, problematiche comportamentali o difficoltà nella regolazione emotiva, con l'obiettivo di osservare in che modo la narrazione di fiabe possa sup-

portare lo sviluppo cognitivo e affettivo, alleviare sintomi e contribuire al miglioramento del benessere psicologico (Pellai, 2017, pp. 67-72).

Tali ricerche potrebbero includere strumenti di valutazione pre e post intervento, misurando cambiamenti nei livelli di ansia, nei comportamenti disfunzionali e nella qualità della vita percepita, con particolare attenzione agli effetti a lungo termine delle sessioni di lettura strutturate.

Come suggeriscono Tamborini e Pellai (2018, pp.21-23), la lettura mediata da un adulto consapevole può costituire un vero e proprio spazio di rielaborazione emotiva condivisa, capace di facilitare l'espressione simbolica delle emozioni e delle paure del bambino.

La letteratura suggerisce, anche, che non tutte le fiabe abbiano però lo stesso impatto sul piano simbolico ed emotivo. Approfondire l'interazione tra determinati contenuti narrativi e specifici aspetti dello sviluppo infantile potrebbe consentire un'applicazione più mirata e personalizzata della biblioterapia in ambito educativo (Polito, 2010, p.94). Ciò renderebbe possibile la creazione di strumenti di orientamento pratico, come griglie di lettura e tabelle di corrispondenza tra fiabe e bisogni specifici, utili a educatori, psicologi e insegnanti per scegliere testi adatti a contesti e obiettivi differenti.

Un simile approccio permetterebbe di sistematizzare i criteri di selezione e applicazione delle fiabe nei percorsi educativi e terapeutici, sviluppando parametri scientificamente validati che favoriscano l'integrazione della narrazione simbolica in interventi di cura e sostegno, anche nei casi più complessi.

Ciò che ad oggi appare certo è che una storia può definirsi realmente terapeutica quando "si prende cura" della crescita del bambino, dando una forma e un nome a quelle che per lui sono emozioni ancora prevalentemente sconosciute, ma anche alle ansie e alle fatiche che si accompagnano al diventare grande, consentendogli di prendere le distanze da ciò che più lo spaventa e quindi, lentamente, di imparare ad affrontarlo (Bernardi, 2010, pp. 1-17).

Riferimenti bibliografici

BERNARDI, M. *La narrazione orale tra bambini e adulti: da flusso continuo a vena carsica?* «Ricerche di pedagogia e didattica», vol. 5,1, Università di Bologna, Bologna 2010, pp. 1-17.

- BETTELHEIM B., *Il mondo incantato: uso, importanza e significati psicoanalitici delle fiabe*, Feltrinelli, Milano 2015.
- *The Uses of Enchantment: The Meaning and Importance of Fairy Tales*, Thames & Hudson, New York 1976.
- BORRA D., *Posologia di un racconto: un'indagine sulla biblioterapia*, «Biblioteche oggi», luglio-agosto, AIB, Milano 2019.
- BRANDOLINI R., *Educazione e cura dell'infanzia in prospettiva inclusiva, ecologica e sistemica*, «RIEF – Rivista Italiana di Educazione Familiare», vol. 2, 1, Firenze University Press, Firenze 2022, pp. 1-15.
- BREWSTER L., *Reader development and mental well-being: The accidental bibliotherapist*, «Australasian Public Libraries and Information Services», vol. 22, n. 1, 2009, pp. 13-19.
- Cambi, F. *La cura di sé come processo formativo*, Laterza, Roma-Bari 2010.
- Canevaro A., *Pedagogia speciale: la riduzione dell'handicap*, Mondadori, Milano 2006.
- CROWE B., NORRIS M., HOFFMAN L., *Augmentative and alternative communication for children with speech, language and communication needs*, «Paediatrics and Child Health», vol. 32, 8, Elsevier, Amsterdam 2022, pp. 277-281.
- Demo H., *Didattica aperta e inclusione*, Erickson, Trento 2014.
- ERICKSON K., KOPPENHAVER D., *Children with Disabilities: Reading and Writing the Four-Blocks Way*, Carson-Dellosa Publishing, Greensboro (NC) 2007.
- HEATH M.A., SHEEN D., LEAVY D., YOUNG E.L., MONEY K., *Bibliotherapy: A resource to facilitate emotional healing and growth*, «School Psychology International», vol. 26, n. 5, 2005, pp. 563-580.
- HICKSON L., *Communication Aided Alternative Strategies for Children with Special Needs*, Routledge, London 2012.
- LO PICCOLO A., *Fragilità e inclusione. Nuovi scenari d'intervento psico-educativi a favore delle relazioni di cura*, Pensa Multimedia, Lecce 2021.
- NEUMANN M.M., HYDE M.B., NEUMANN D.L., *Multisensory methods for early literacy learning*, in Neumann M.M. et al. (a cura di), *Multisensory Methods for Early Literacy Learning*, Griffith University, Brisbane 2015, pp. 198-200.
- PEHRSSON D.E., MCMILLEN P.S., *Bibliotherapy: Using Books to Help Children Deal with Problems*, American Counseling Association, Alexandria 2005.
- PELLAI A., *L'età dello tsunami. Come sopravvivere a un figlio pre-adolescente*, De Agostini, Novara 2017.

- PHOENIX J., *Bibliotherapy: The Interactive Process. A Handbook*, Oryx Press, Phoenix (AZ) 1978.
- PIAGET J., *La construction du réel chez l'enfant*, Delachaux & Niestlé, Neuchâtel 1937.
- POLITO M., *Crescere con le storie. Percorsi di educazione affettiva e narrazione*, Erickson, Trento 2010.
- ROSSI B., *Biblioterapia. La lettura come benessere*, Edizioni La Meridiana, Molfetta 2009.
- SAVE THE CHILDREN, *Nessuno escluso! Libri illustrati che educano all'inclusione*, Save the Children, Roma 2022.
- TAMBORINI B., PELLAI A., *La bussola delle emozioni. Come aiutare i bambini a gestire le emozioni e a trovare la calma*, De Agostini, Novara 2018.
- VON FRANZ M.-L., *Le fiabe interpretate*, Bollati Boringhieri, Torino 1980.