

Attività laboratoriali di scrittura. La composizione Haiku per la cura educativa e il benessere del paziente oncologico

TERESA IAVARONE

PhD, docente MI

teresa.iavarone@docenti.gioberti.education

Riassunto:

I laboratori di scrittura di *Haiku* si prefiggono di offrire ai pazienti oncologici opportunità espressive ed educative a supporto di un benessere sostenibile in corso di terapia e oltre l'esperienza stessa della malattia. In una prospettiva di "cura educativa" che privilegia l'apporto di saperi plurali e di competenze multidisciplinari, l'esercizio di scrittura si ritiene utile a promuovere nel paziente lo sviluppo di condotte di cura di sé, favorendo un rapporto più attivo anche con i sanitari.

Abstract:

Haiku writing workshops aim to offer cancer patients expressive and educational opportunities to support sustainable well-being during therapy and beyond the experience of the disease itself. In a perspective of "educational care" that favors the contribution of plural knowledge and multidisciplinary skills, the exercise of writing is considered useful in promoting the development of self-care behaviors in patients, allowing a more active relationship also with healthcare personnel.

Parole chiave: cura educativa, scrittura poetica di Haiku, cura di sé del paziente.

Keywords: educational care, poetic writing of Haiku, patient's self care.

1. Attività laboratoriali per la cura educativa e il benessere del paziente: finalità ed obiettivi

I laboratori di scrittura poetica di *Haiku* rivolti ai pazienti oncologici si prefiggono di offrire opportunità espressive ed educative per la realizzazione di un benessere sostenibile in corso di terapia. L'esercizio di scrittura si ritiene ulteriormente favorevole allo sviluppo di competenze esistenziali vevoli anche oltre l'esperienza stessa della malattia.

Riferimento imprescindibile è il riconoscimento della malattia oncologica non solo quale ambito d'intervento clinico-terapeutico, di esclusiva gestione medica, ma anche quale esperienza di vita generativa di cambiamento ed apprendimento in senso relazionale e inclusivo. Ragionare in questi termini significa accogliere la prospettiva di una "cura educativa" che privilegi l'apporto di saperi e di competenze di ampio respiro disciplinare; tale approccio rende possibile riconoscere al paziente un ruolo non passivizzato ma, viceversa, profondamente attivo nel rapporto con i curanti. Un ruolo che, tuttavia, va orientato e alimentato da sollecitazioni educative rivolte alla conquista di condotte relative alla cura di sé, come appunto quella offerta dalla scrittura poetica. Disvelando emozioni e chiarificando significati, la composizione di *Haiku* può aiutare il paziente nella ricerca di nuove rappresentazioni della sua

esperienza, consentendogli di accedere ad una storia inedita ed evolutiva, piena di sbocchi e percorsi di sviluppo.

Sottolineare la necessità di fare riferimento ad una cura educativa nel cancro significa porre come prioritaria la finalità di favorire nei pazienti oncologici l'acquisizione di una consapevole capacità di ridefinizione della propria traiettoria esistenziale, sostenendone la dimensione riflessiva ed emancipativa. In convergenza con tale finalità, gli obiettivi del laboratorio di scrittura di *Haiku* sono specificamente rivolti ad aiutare i pazienti ad apprendere dai propri vissuti, sviluppando condotte di auto-accompagnamento nei percorsi di malattia e di vita.

In particolare, il lavoro laboratoriale di scrittura poetica si ritiene possa dimostrarsi utile a: prendere coscienza delle proprie emozioni e imparare a gestirle; esercitare la capacità di produrre comportamenti empatici; facilitare il decentramento cognitivo attraverso il confronto di vissuti ed opinioni; potenziare condotte critiche in relazione ai propri e agli altrui agiti; accrescere la consapevolezza di sé.

2. L'impianto metodologico

Sulla scorta di codificate esperienze laboratoriali di scrittura poetica realizzate in contesti di educazione degli adulti (Iavarone, Iavarone, 2013), viene di seguito suggerita la proposta di avvicinare i pazienti con cancro alla pratica di composizione di peculiari e specifiche forme di *Haiku*, componimenti brevi di origine giapponese. Tali forme poetiche si rivelano infatti particolarmente adatte a dare voce a stati d'animo e a vissuti di chi vive emozioni spesso laceranti e contrapposte; risultano, inoltre, utili ad elicitare in maniera più formalizzata rappresentazioni e riflessioni problematizzate.

Per introdurre il particolare e innovativo impiego della scrittura di *Haiku* nei percorsi di cura dei pazienti, è prioritario conoscerla nella tradizione compositiva.

Nato in Giappone nel XVII secolo, l'*Haiku* è un componimento poetico articolato in tre versi con una quantità precisa di sillabe per ognuno di essi (5, 7, 5). Per la sua immediatezza e apparente semplicità, l'*Haiku* è stata riconosciuta come una forma di poesia "popolare" valorizzata grazie all'opera di rilevanti autori tra cui Matsuo Bashō e Kobayashi Issa. La pratica della composizione degli *Haiku* è più che mai viva, annoverando un notevolissimo numero di poeti (*Haijin*) che spesso si radunano in assemblee (*Za*) in cui si socializza e si collabora condividendo versi.

Nell'alveo della tradizione compositiva, l'*Haiku* è una poesia intensa, dai toni semplici e pacati, che attinge la sua forza dalle suggestioni della natura nelle diverse stagioni (*Kigo*). La composizione richiede precisione e sintesi nella descrizione di immagini dense di stimoli evocativi; l'introduzione di una forma di sospensione (*Kireji*), spesso posta alla fine del secondo verso, viene utilizzata per interrompere il ritmo della poesia creando attesa e talvolta stupore. Tale cesura ingenera uno scambio emotivo ed interpretativo tra chi descrive la realtà vissuta e chi legge.

Cifra fortemente connotante tale forma poetica è la "condivisione" che si realizza sia negli spazi della comunicazione emozionale di stati d'animo, sia in quelli della socializzazione dei gruppi che si riuniscono per comporre versi. Tale prerogativa colloca favorevolmente la pratica compositiva di *Haiku* nei campi d'intervento educativo e didattico, come risulta documentato da esperienze di scrittura intrapresa a scuola con bambini e in *setting* formativi con adulti. In tali casi, tuttavia, la

composizione poetica ha unicamente privilegiato la finalità di insegnare a scrivere *Haiku* secondo i canoni della tradizione.

Con i laboratori rivolti ai pazienti oncologici, viceversa, si prefigura una sperimentazione di versi che, nel rispetto dei canoni metrici/sillabici (sillabazione grammaticale dell'italiano e osservanza della regola metrica della *sinalefe*: unificazione in una sola sillaba di vocali prossime), superi i vincoli compositivi tradizionali, legati agli elementi della natura, per offrirsi ai contenuti e agli obiettivi specifici della riflessione formativa.

In questo modo, la composizione libera di *Haiku* o quella sollecitata da opportune “parole-stimolo” può rivelarsi utile ad elicitare emozioni e a focalizzare questioni emergenziali per il soggetto o per il gruppo che compone i versi. Esaminata dal punto di vista compositivo, e quale strumento di lavoro formativo, la scrittura di tali *Haiku* presenta evidenti vantaggi che possono accreditarne un diffuso utilizzo: primo, quello di limitare il confronto con difficoltà proprie di altre forme di scrittura che richiamano competenze linguistiche e culturali più complesse. Brevità e semplicità rendono infatti gli *Haiku* di più agevole composizione, versatili nel veicolare il bisogno di riflessione e narrazione di sé che ogni soggetto ricerca per costruire la sua identità in senso consapevole e relazionale (Bruner, 2002).

Secondo vantaggio degli *Haiku* è che possono essere composti in ogni fase dell'esperienza di malattia del paziente. Castiglioni (2013) sottolinea che più accreditati studiosi ritengono oltremodo difficile scrivere in una fase precoce dell'esperienza della malattia in cui il dolore ottunde la capacità di comprendere e dare senso alla propria sofferenza. Pertanto, viene suggerito l'utilizzo della scrittura in una fase di “assestamento” o, addirittura, nella fase finale della sofferenza, quando scrivere può più facilmente guidare una riflessione retrospettiva sull'esperienza vissuta.

La composizione di *Haiku*, invece, già nella *fase iniziale* della malattia può essere “maieuticamente” utilizzata per evocare sensazioni ed emozioni e disvelare meccanismi proiettivi rispetto a percezioni e volizioni.

In una *fase intermedia*, preferibilmente in condivisione con altri pazienti e operatori, la produzione e la rilettura di *Haiku* può stimolare la riflessione, favorendo una prima consapevolezza nei pazienti.

In una *fase avanzata, di assestamento* dell'esperienza, sollecitando il rispecchiamento empatico nel proprio e nel vissuto di altri pazienti, la composizione di *Haiku* può facilitare l'attribuzione di senso a concetti e significati, stimolando comportamenti proattivi e favorendo la relazione e collaborazione con i curanti.

Oltre la composizione libera o per parole chiave, la particolare scrittura diaristica di *Haiku* (“un *Haiku* al giorno”) può essere proposta al paziente per scandire momenti/eventi percepiti come rilevanti i quali, per il tramite della potenza dei versi, conservano una particolare forza evocativa.

Attingendo a canali di percezione sensoriale, l'esercizio di composizione di *Haiku* sembrerebbe attivare modalità di accesso alla conoscenza di sé di tipo *embodied*, finendo per “incorporare”, in pochi versi, una serie di percezioni ed emozioni che possono aiutare il paziente a riaccendere il dialogo con il proprio corpo, spesso interrotto dall'irrompere della malattia.

Un'ulteriore declinazione della forma diaristica utilizzabile nei laboratori è costituita da “catene di *Haiku*” che si presentano come flussi di componimenti più articolati, in

cui i tre versi canonici, pur conservando valore autonomo, possono trovare ulteriore chiarificazione ed esplicitazione in quelli successivi. Stimolando le capacità riflessive ma anche introspettive, interpretative, critiche, partecipative, la composizione di *Haiku* sembra dunque, a pieno titolo, accreditarsi nel variegato panorama di strumenti e azioni a sostegno della cura educativa del paziente.

Ragionare in questi termini può ulteriormente suggerire la possibilità di gettare ponti e comparare gli *Haiku* con più consolidate modalità di lavoro di accompagnamento e di sostegno educativo del paziente, allo scopo di saggiarne l'efficacia anche in forma integrante.

3. *Haiku* e Counseling, attraversamenti ed integrazioni possibili

Per alcuni peculiari aspetti e competenze di cura che entrambi esplorano ed attivano, è possibile accostare la scrittura di *Haiku* alla pratica del *Counseling*.

Il *Counseling* in ambito sanitario si configura come una relazione d'aiuto in cui l'operatore (psicologo, infermiere, educatore), attraverso un insieme di pratiche esperte, abilità, atteggiamenti, e soprattutto attraverso l'ascolto attivo e il dialogo, favorisce l'emersione di sentimenti, pensieri, percezioni, conflitti che vengono compresi e affrontati per risolvere le molteplici problematiche del paziente. Configurandosi come un sistema interattivo di apprendimento in grado di ingenerare conoscenza e cambiamento, l'intervento del *Counseling* può sostenere il paziente nella presa di decisioni funzionali a gestire meglio diversificate esigenze di vita.

Similmente al *Counseling*, anche la composizione di *Haiku* mette in moto congegni educativi ed attiva l'intelligenza relazionale del soggetto, stimolando il dialogo interiore (dimensione intrapersonale) e favorendo la comunicazione con l'operatore-formatore e con altri pazienti (dimensione interpersonale).

In questo senso, la scrittura di *Haiku*, permettendo di mettere in ordine e comprendere la molteplicità delle emozioni percepite, contribuirebbe ad aiutare il paziente nel far emergere ed esprimere problemi rilevanti con sanitari e caregiver, come avviene nel *Counseling*.

Ricondotta alle fasi della malattia e della cura del paziente, la scrittura di *Haiku* sembra dunque poter stimolare comportamenti analoghi a quelli del *Counseling*, consentendo al paziente, in forma guidata ma anche in autonomia, di comprendere meglio ed elaborare personali ermeneutiche. Tale particolare versatilità consente, inoltre, alla scrittura degli *Haiku* di poter utilmente intervenire anche nelle fasi nel lavoro del *Counseling*, offrendosi quale ulteriore stimolo facilitante il processo di aiuto.

Coerentemente agli obiettivi propri ed in convergente integrazione con quelli caratterizzanti la pratica del *Counseling*, la scrittura poetica degli *Haiku* può contribuire a potenziare lo sviluppo delle capacità del paziente di:

– *Ascoltarsi e comunicare.*

Dando voce al proprio disagio, esplicitando incapacità e inadeguatezze percepite, la scrittura poetica può far emergere incongruenze e conflittualità in maniera costruttiva, portando a rivisitare modelli affettivi e comunicativi.

– *Riconoscersi e partecipare.*

La condivisione di versi con operatori ed altri pazienti può favorire una più lucida comprensione della propria realtà, nel rispecchiamento nell'altro e nel riconoscimento di problemi condivisi.

– *Riflettere e criticare.*

Modalità riflessive e critiche, adeguatamente stimolate dai versi, possono generare saperi e consapevolezze in grado di guidare analisi ed ipotesi per la ricerca di soluzioni personalizzate e contestualizzate.

– *Essere e agire.*

L'emergere di modalità meta-riflessive può orientare strategie di adattamento funzionale e trasformativo per l'assunzione di condotte sempre più consapevoli nel percorso di malattia.

Sulla scorta da tali assunti, è possibile dunque ribadire quanto la scrittura poetica di *Haiku* possa contribuire ad incidere sullo sviluppo della consapevolezza del paziente del proprio vissuto, presupposto indispensabile per il consolidamento di competenze di coping e resilienza efficaci oltre la contingenza della cura del cancro. In estrema sintesi, i laboratori di scrittura poetica di *Haiku* possono rivelarsi utili a favorire il riconoscimento di una propria competenza di cura, un "implicito pedagogico" dove sperimentare nuove possibilità di aver cura, dare conforto, contribuire al benessere proprio ed altrui. Allo stesso tempo, è ancora possibile ipotizzare che gli *Haiku* possano disvelare ulteriori opportunità qualora concretamente accolti in *setting* di cura anche in associazione ad ulteriori sollecitazioni educative per il paziente.

Bibliografia

BASHO M. (2020). *Sotto la luna un bruco*, Milano: Ponte alle Grazie.

BRUNER J. (2002). *La fabbrica delle storie. Diritto, letteratura vita*, Roma-Bari: Laterza.

CASTIGLIONI M. (2013). *Narrazione e cura*, Udine: Nimesis.

IAVARONE T. (2021). *Cura educativa nel cancro. Per il benessere del paziente anche oltre la malattia*, Lecce-Brescia: Pensa MultiMedia.

IAVARONE T., IAVARONE M.L. (2013). Attività laboratoriali di scrittura: il dispositivo dell'Haiku per la formazione alla genitorialità. F. Batini, S. Giusti, *Autori e interpreti delle nostre storie. Quaderno di lavoro del 4° Convegno biennale sull'orientamento narrativo*, Lecce-Brescia: Pensa MultiMedia.