

# Valentina Mossa

## PSICOLOGIA & STORYTELLING

spavento, terrore, angoscia,  
panico, sgomento, sbigottimento,  
preoccupazione, ansia, apprensione,  
inquietudine, dubbio, sospetto,  
batticuore, coraggio, audacia,  
eroismo, forza, decisione, fermezza,  
risolutezza, prodezza



Anche inventare storie è una cosa seria!

## PSICOLOGIA&STORYTELLING

### come utilizzare lo Storytelling in ambito clinico e come strumento di promozione professionale

*“Anche inventare storie è una cosa seria.”  
Gianni Rodari, La Grammatica della Fantasia, 1973*

#### INDICE

*Premessa. Pagina 3*

*Prima dello Storytelling: quando Freud fece entrare in scena la narrazione. Pagina 5*

*Ma che cosa c'entra lo Storytelling con la Psicologia e perché le storie curano. Pagina 8*

*Il valore terapeutico dello Storytelling. Pagina 11*

*Piccola guida per creare una Storia che Cura. Pagina 15*

*Le Storie Co-Costruite. Pagina 19*

*Le Storie Ammalate. Pagina 22*

*Le Storie Collaborative. Pagina 26*

*Elementi di Narratologia e il Viaggio dell'Eroe. Pagina 29*

*Frequently Asked Question. Pagina 36*

*Dallo Storytelling allo Storyselling. Come raccontare la nostra storia. Pagina 40*

*Conclusioni. Pagina 45*

*Bibliografia ed alcuni consigli. Pagina 47*

## Premessa

*“<<Le favole sono per i bambini>>, disse lui trovando ridicola la mia proposta di cominciare il nostro stage con la lettura di un libro per bambini. Le persone nella sala tacquero e chinarono la testa, con aria nervosa e imbarazzata. Il Manager arrogante mi aveva provocato per tutta la durata della sessione del mattino. Mi trovavo nel centro di ricerca di una delle aziende produttrici di semiconduttori più grandi al mondo. Nella sala tutti avevano almeno il titolo di direttore, e il dirigente che rifiutava di ascoltare la storia si trovava in quinta posizione nell'organigramma della società. Emisi un respiro profondo, mi feci avanti con aria sicura e sistemai una sedia di fronte alla classe, come una maestra davanti su allievi. Cominciai a leggere la storia di <<Harold e la matita viola>> in tono melodioso, scandendo le parole fermandomi alla fine di ogni pagina per mostrare le figure alla mia classe di dirigenti. Nel frattempo li osservavo, e cominciai a vedere il loro tratti addolcirsi, perché non stavano ascoltando la storia con l'intelletto, ma con quel lato infantile che ancora conservavano. Il bambino che era in loro, quello che aveva creduto nella possibilità della magia, si risvegliava. Il nostro eroe, Harold, li riportava verso un tempo della loro vita in cui tutto era possibile. Anche il manager scettico si era calmato. C'eravoluto qualche minuto perché riuscissero a distendersi, lasciati andare al gioco, a credere ingenuamente che anche loro potessero essere come Harold, che disegnava il suo cammino attraverso le insidie con un gran tratto di matita di colore viola. La classe, rassicurata, accettava ormai l'idea che un cambiamento potesse prodursi senza conflitto, né egoismo, né tensione. Quei dirigenti di alto livello erano pronti a credere, senza presentazioni PowerPoint, senza grafici né tabelle, senza esercizi cervelotici, nella semplice possibilità di giocare e di creare insieme qualcosa di innovativo e di intelligente.”*  
(Diana Hartley)

Da quando siamo piccoli siamo abituati a leggere, raccontare, inventare ed ascoltare storie. Questo retaggio narrativo è presente anche in età adulta sotto varie forme. Ciò accade anche durante il nostro lavoro: nei nostri studi, nei nostri servizi, ascoltiamo quotidianamente storie di apprendimento, di salute, di cura, di difficoltà. Da questa constatazione nasce l'esigenza dell'utilizzo consapevole di uno strumento che ci possa guidare efficacemente nella raccolta e nell'utilizzo delle narrazioni nella nostra pratica clinica: questo strumento è lo Storytelling.

In queste pagine scopriremo cosa sia lo Storytelling e come questo possa essere utilizzato in ambito clinico, ponendo maggior attenzione al suo utilizzo con i bambini e gli adolescenti senza trascurare il suo valore universale e trasversale che lo rende utilizzabile, con diverse accortezze, anche con i pazienti adulti e dagli approcci psicologici e psicoterapici più disparati nonostante, nella mia personale metodica, si faccia riferimento ad un approccio di stampo psicodinamico-psicoanalitico aperto a numerose influenze non solo psicologiche ma, soprattutto, legate ad altri mondi e professioni.

Scopriremo, inoltre, come lo Storytelling affondi le sue radici nella Narratologia e nella Semiotica tradizionale e contemporanea, andando alla scoperta dell'Archetipo dell'Eroe e del suo Viaggio.

Infine, ci concentreremo su una variante dello Storytelling: lo Storyselling, ovvero come costruire la storia della nostra professione in un'ottica di personal branding e promozione professionale.