

# **GUIDA SULLE TECNICHE ARTISTICHE DIGITALI**



***Pittura di Radu Ploeanu, Associazione Christal Children,***

***Brasov, Romania***



Arteterapia digitale per giovani con condizioni di salute mentale in via di sviluppo o già esistenti - ARTY

Progetto Nr: 2020-1-RO01-KA227-YOU-095295



## Indice dei contenuti

<b>INTRODUZIONE</b> .....	5
<b>LE TERAPIE ESPRESSIVE</b> .....	6
<b>LE TECNICHE ARTISTICHE ONLINE</b> .....	9
<b>Tempi di comunicazione tra operatore e utente</b> .....	9
<b>Vantaggi e limiti degli interventi basati sulle tecniche artistiche online e dei media artistici digitali online</b> .....	10
<b>Accessibilità e flessibilità</b> .....	10
<b>Stigma e vergogna</b> .....	10
<b>Quali condizioni possono beneficiare delle tecniche artistiche?</b> .....	11
<b>MATERIALI TRADIZIONALI E DIGITALI UTILIZZATI NEGLI INTERVENTI ONLINE BASATI SULLE TECNICHE ARTISTICHE</b> .....	12
<b>Il disegno</b> .....	12
<b>La pittura</b> .....	13
<b>L'argilla</b> .....	13
<b>Il collage</b> .....	13
<b>Il bricolage</b> .....	14
<b>Le sculture</b> .....	14
<b>Le installazioni digitali</b> .....	15
<b>La videoarte e l'animazione</b> .....	15
<b>FOTOGRAFIA E FILM</b> .....	16
<b>Fototerapia</b> .....	16
<b>Fotografia terapeutica</b> .....	16
<b>Foto-arte-terapia</b> .....	16
<b>Videoterapia</b> .....	17
<b>Video Arte Suonoterapia</b> .....	18
<b>Applicazioni e software utili per le arti visive</b> .....	20
<b>MUSICOTERAPIA</b> .....	23
<b>I diversi tipi e metodi di musicoterapia</b> .....	24
<b>Elenco delle tecniche di musicoterapia</b> .....	26
<b>Applicazioni per la musicoterapia disponibili</b> .....	27
<b>QUESTIONI ETICHE, LEGALI E BUONE PRATICHE</b> .....	29
<b>ORGANIZZAZIONE MONDIALE DELLA SANITA' (OMS): AUTOCURA E SALUTE DIGITALE</b> .....	35
<b>Esperienza dell'utente</b> .....	36
<b>Garanzia di qualità</b> .....	36
<b>Responsabilità</b> .....	37



<b>Il quadro terapeutico online .....</b>	<b>38</b>
<b>Cura di sé (SCA) .....</b>	<b>38</b>
<b>Valutazione dello stile di apprendimento .....</b>	<b>39</b>
<b>RISORSE UTILI .....</b>	<b>40</b>
<b>RIFERIMENTI BIBLIOGRAFICI .....</b>	<b>42</b>
<b>APPENDICI .....</b>	<b>55</b>
<b>APPENDICE 1: Uso degli stili di insegnamento VARK per identificare le modalità di apprendimento .....</b>	<b>55</b>
<b>APPENDICE 2: Programmi, studi, relazioni, guide e kit di strumenti rilevanti a livello europeo .....</b>	<b>57</b>



## INTRODUZIONE

La presente guida è stata sviluppata nell'ambito del progetto Europeo finanziato dal programma Erasmus +, ARTY- Tecniche artistiche digitali per giovani con problemi di salute mentali emergenti o pre-esistenti. Il progetto è nato nel post pandemia da Covid-19 dalla necessità di fornire ai professionisti strumenti innovativi per la promozione del benessere psicologico dei giovani e per garantire la continuità nell'assistenza anche in caso di future restrizioni. Infatti il rapido diffondersi della pandemia da Covid-19 ha avuto un'importante impatto sulla salute mentale dei giovani, in particolare di coloro che presentavano già pre-esistenti condizioni psicopatologiche o fattori di rischio. Si è assistito ad un aumento dei tassi di prevalenza dei disturbi psicologici tra i più giovani e un conseguente aumento della richiesta di interventi volti a promuovere la salute psicologica. Pertanto il garantire una continuità nell'accessibilità alle cure e agli interventi anche in condizioni di distanziamento sociale e quarantena è diventata una priorità. Questa guida, insieme agli altri risultati del progetto, mira a supportare le organizzazioni e i professionisti del settore (operatori giovanili, psicologi, assistenti sociali e professionisti) nell'implementazione di interventi rivolti a giovani con disturbi psicologici basati sull'uso di tecniche artistiche digitali.

La guida è stata redatta da un consorzio europeo che ha coinvolto le seguenti organizzazioni: KMOP (Grecia); ESTUAR (Romania); CARDET (Cipro); INTRAS (Spagna); HABILITAS (Romania); ANZIANI E NON SOLO (Italia).

Ogni partner ha identificato le buone pratiche europee per l'utilizzo delle tecniche artistiche digitali per la promozione del benessere psicologico dei giovani. Tali buone pratiche sono descritte nel dettaglio nell'Appendice 2 e riassunte secondo il modello VARK (Appendice 1), che è stato utilizzato per identificare la gamma di modalità sensoriali per le quali le persone selezionano le informazioni in base ai loro interessi o preferenze per imparare: Visivo, Auditivo, Lettivo e Cinestesico.

La valutazione complessiva della guida è stata effettuata da Artit (Regno Unito), come peer reviewer, portando nel consorzio la sua esperienza nel campo delle arti.



## LE TERAPIE ESPRESSIVE

Secondo Malchiodi, "**terapie espressive**" è un termine spesso usato per definire l'uso terapeutico delle arti e del gioco con bambini, adolescenti, adulti, famiglie e gruppi. Come le terapie verbali, le terapie espressive cercano di facilitare il cambiamento, la comunicazione, la risoluzione dei problemi e le abilità interpersonali, nonché di aumentare e migliorare la salute e il benessere di persone di tutte le età. Questi metodi prevedono la partecipazione attiva e mirata della persona e sono spesso integrati da interventi verbali. Di conseguenza, questi approcci incoraggiano gli utenti ad impegnarsi in un processo di auto-espressione con l'obiettivo di comunicare sentimenti, pensieri, esperienze e percezioni in modi che non sempre si ottengono con le sole parole. Le terapie espressive sono state applicate ad un'ampia gamma di popolazioni di utenti, tra cui quelli con disturbi psichiatrici, disabilità cognitive, traumi e perdite, dipendenze, problemi relazionali e disturbi dello sviluppo. Anche i counsellor, gli psicologi, gli assistenti sociali e i terapisti familiari possono applicare i principi e le pratiche qui descritte e migliorare le loro capacità di integrare una varietà di metodi creativi nel trattamento.

Le terapie espressive sono definite come l'uso dell'arte, della musica, della danza/movimento, del teatro, della poesia/scrittura creativa, del gioco e del sandtray nel contesto della psicoterapia, della consulenza, della riabilitazione o dell'assistenza sanitaria. Diverse terapie espressive sono anche considerate "terapie delle arti creative", in particolare l'arte, la musica, la danza/movimento, il teatro e la poesia/scrittura creativa, secondo la National Coalition of Creative Arts Therapies Associations (2004a; di seguito abbreviato in NCCATA). Inoltre, le terapie espressive sono talvolta definite "approcci integrativi" quando vengono utilizzate in combinazione nel trattamento.

Sebbene le terapie espressive possano essere considerate un dominio unico è possibile distinguere differenti approcci:

- L'**arteterapia** utilizza i mezzi artistici, le immagini e il processo creativo e rispetta le risposte del paziente/utente ai prodotti creati come riflessi dello sviluppo, delle capacità, della personalità, degli interessi, delle preoccupazioni e dei conflitti. È un mezzo terapeutico per riconciliare i conflitti emotivi, promuovere la consapevolezza di sé, sviluppare le abilità



sociali, gestire il comportamento, risolvere i problemi, ridurre l'ansia, aiutare l'orientamento alla realtà e aumentare l'autostima (American Art Therapy Association, 2004).

- La **musicoterapia** utilizza la musica per ottenere cambiamenti positivi nel funzionamento psicologico, fisico, cognitivo o sociale di individui con problemi di salute o di istruzione (American Music Therapy Association, 2004).

- La **drammaterapia** è l'uso sistematico e intenzionale di processi, prodotti e associazioni teatrali per raggiungere gli obiettivi terapeutici di sollievo dai sintomi, integrazione emotiva e fisica e crescita personale. È un approccio attivo che aiuta la persona a raccontare la propria storia per risolvere un problema, a raggiungere una catarsi, a estendere la profondità e l'ampiezza dell'esperienza interiore, a comprendere il significato delle immagini e a rafforzare la capacità di osservare i ruoli personali aumentando la flessibilità tra i ruoli (National Drama Therapy Association, 2004).

- La **danza/movimento terapia** si basa sul presupposto che il corpo e la mente sono interconnessi ed è definita come l'uso psicoterapeutico del movimento come processo che favorisce l'integrazione emotiva, cognitiva e fisica dell'individuo. La danza/movimento terapia produce cambiamenti nei sentimenti, nella cognizione, nel funzionamento fisico e nel comportamento (NCCATA, 2004b).

- La **Poetry therapy e la biblioterapia** sono termini usati come sinonimi per descrivere l'uso intenzionale della poesia e di altre forme di letteratura per promuovere la guarigione e la crescita personale (NCCATA, 2004c).

- La **terapia ludica** è l'uso sistematico di un modello teorico per stabilire un processo interpersonale in cui i terapeuti ludici adeguatamente formati utilizzano i poteri terapeutici del gioco per aiutare gli utenti a prevenire o risolvere le difficoltà psicosociali e a raggiungere una crescita ed uno sviluppo ottimali (Boyd-Webb, 1999; Landreth, 1991).

- La **terapia del gioco della sabbia** è una forma creativa di psicoterapia che utilizza una scatola di sabbia e una vasta collezione di miniature per consentire all'utente di esplorare gli strati più profondi della psiche in un formato totalmente nuovo. Costruendo una serie di "quadri di sabbia", l'utente viene aiutato ad esprimersi e ad integrare la propria condizione psicologica.



- **L'approccio artistico integrato o terapia intermodale** (nota anche come multimodale) coinvolge due o più terapie espressive per promuovere la consapevolezza, incoraggiare la crescita emotiva e migliorare le abilità relazionali. La terapia intermodale si distingue dalle discipline strettamente affini dell'arteterapia, della musicoterapia, della danza-movimento-terapia e della drammaterapia per il fatto di basarsi sull'interrelazione tra le arti. Si basa su una varietà di orientamenti, tra cui le arti come terapia, la psicoterapia artistica e l'uso delle arti per la guarigione tradizionale (Knill, Barba, & Fuchs, 1995).

## LE TECNICHE ARTISTICHE ONLINE

Hanley descrive le terapie artistiche online come **ecosistemi virtuali positivi**:

- “positivi” perché mirano a creare spazi sicuri per le persone che desiderano accedere al sostegno ed esplorare gli aspetti della loro vita,
- “virtuali” perché sono online, ed
- “ecosistemi” in quanto forniscono un ricco insieme di risorse interconnesse tra loro  
**(Hanley et al. 2019).**

**Terapia (artistica) online** - Quasi tutto ciò che viene fatto in presenza può essere fatto anche online con metodi tradizionali o digitali, utilizzando i dispositivi digitali.

	Strumenti tradizionali di arteterapia	Strumenti digitali
Terapia faccia a faccia	x	X
Terapia online	x	X

Si può accedere alla **terapia online** tramite e-mail, messaggistica istantanea, videoconferenze, telefono, Voice over Internet Protocol (VoIP), realtà virtuale, blog, vlog, social media e applicazioni.

### Tempi di comunicazione tra operatore e utente

La comunicazione tra operatore ed utente può essere sincrona o asincrona. La **comunicazione è sincrona**, quando il contatto tra il terapeuta (o operatore) e l'utente è **istantaneo**, come nel caso delle videochiamate. Mentre si parla di **comunicazione asincrona**, quando c'è un **ritardo** tra gli interventi terapeutici, ad esempio utilizzando la posta elettronica.

E' possibile accedere al supporto digitale tramite una serie di tecnologie, tra cui telefoni cellulari, personal computer, computer portatili o tablet. Inoltre la ricerca suggerisce che la possibilità di offrire interventi digitali utilizzando le console per i videogiochi non è lontana (Colder Carras et al. 2018).

Le sessioni basate sulle tecniche artistiche digitali possono essere svolte in **gruppo o individualmente**.



## Vantaggi e limiti degli interventi basati sulle tecniche artistiche online e dei media artistici digitali online

I vantaggi generali includono l'**accessibilità e la flessibilità dei servizi**, la possibilità di fornire supporto a coloro che non possono o non vogliono accedere alle opzioni tradizionali.

### Accessibilità e flessibilità

Le modalità di lavoro digitali o a distanza offrono vantaggi significativi per quanto riguarda l'accesso alle cure per la salute mentale. Le persone possono accedere ad un supporto specializzato, indipendentemente dal luogo in cui si trovano e assicurarsi la continuità delle cure se cambiano casa, vanno all'università o si spostano per lavoro. Inoltre gli utenti non devono effettuare spostamenti per raggiungere il luogo in cui si tiene l'intervento o dover risolvere i problemi logistici e organizzativi legati ad eventuali responsabilità di assistenza. In questo modo possono anche risparmiare i costi legati agli spostamenti. La ricerca ha suggerito che grazie all'uso del digitale alcune persone riescono ad accedere ai servizi per la salute mentale a cui altrimenti non si sarebbero rivolti (Titov et al. 2019). Allo stesso tempo, permangono differenze significative nell'alfabetizzazione digitale, nella competenza e nell'accesso alla tecnologia. Torous et al. (2020) la descrivono come una questione di equità e giustizia sociale. Le famiglie a basso reddito possono avere un solo dispositivo condiviso tra più membri della famiglia, altri devono utilizzare reti di connessione pubblica le quali potrebbero compromettere la loro privacy. Gratzler e collaborator (2021) sottolineano come molti individui non abbiano ancora un accesso affidabile alla banda larga. Tuttavia, suggeriscono anche potenziali soluzioni come la creazione di "stanze digitali" all'interno di ospedali e cliniche con computer utilizzabili e lo sviluppo di corsi e risorse gratuite di alfabetizzazione digitale.

### Stigma e vergogna

Purtroppo esiste ancora un notevole stigma legato alla ricerca di un supporto per la salute mentale. Questo può essere un ostacolo significativo all'accesso ai servizi. Molte persone temono ciò che gli altri possono pensare se vengono viste nella sala d'attesa o se entrano nell'edificio di un centro specializzato di salute mentale. Queste barriere possono essere ridotte, o addirittura eliminate del tutto, grazie all'uso delle tecnologie digitali (Thomas et al. 2021). Grazie alle piattaforme digitali, è possibile "riunire persone che stanno vivendo problemi simili, anche insoliti, indipendentemente dalla loro posizione o dalle loro limitazioni fisiche" (Suler 2016, p. 384). Ciò può contribuire a ridurre l'esperienza di essere "strani" o



"anormali" e, di conseguenza, a ridurre i livelli di vergogna. Le opzioni digitali possono anche offrire l'opportunità di esplorare diversi aspetti dell'identità di una persona, senza dover gestire le conseguenze della loro divulgazione ad amici e familiari. Suler (2016) descrive come il cyberspazio possa essere visto come uno "spazio di transizione tra il sé e l'altro" (p. 22), che crea un regno in cui si possono proiettare aspettative, fantasie, speranze e desideri personali.

### Quali condizioni possono beneficiare delle tecniche artistiche?

Le tecniche artistiche possono essere utilizzate per trattare condizioni di salute sia fisiche che mentali e per affrontare i sintomi legati a problemi di salute cronici, tra cui:

- Depressione, ansia e fobie
- Disturbo di panico
- Lutto/perdita
- Dipendenze
- Gestione dei comportamenti indesiderati
- Asma
- Burnout, stanchezza
- Malattie neurodegenerative
- Sintomi fisici e psicologici legati al cancro
- Disturbo post-traumatico da stress/recupero da trauma.



## MATERIALI TRADIZIONALI E DIGITALI UTILIZZATI NEGLI INTERVENTI ONLINE BASATI SULLE TECNICHE ARTISTICHE

Le tecniche artistiche digitali comprendono tutte le forme di media basati sulla tecnologia, tra cui collage digitali, illustrazioni, filmati e fotografie, utilizzati dai terapeuti per assistere i propri utenti nella creazione di arte come parte del processo terapeutico. Diverse circostanze hanno facilitato la recente crescita delle applicazioni delle tecniche artistiche digitali con bambini, adolescenti e adulti. In primo luogo, oggi vi è un'ampia disponibilità di dispositivi e software digitali per la creazione di immagini ed elaborate artistici. Per molti utenti è ormai consuetudine aspettarsi una comunicazione istantanea, connettersi con gli altri e ricevere informazioni e immagini alla velocità della luce (Klorer, 2009).

Programmi online facilmente accessibili, webcam, videocamere e l'immane YouTube hanno generato possibilità inimmaginabili solo un decennio fa.

Un numero crescente di persone viene influenzato e coinvolto quotidianamente dai media digitali e dai social network. Inoltre, la realizzazione di filmati digitali è a portata di mano, basta un telefono o un computer con una web cam o altre attrezzature di facile utilizzo, per poter registrare narrazioni digitali, note anche come storytelling digitale (Hartley & McWilliams, 2009).

Questi brevi film autobiografici in prima persona sono creati combinando voce registrata, immagini fisse e in movimento, musica e altri suoni; con il coinvolgimento di un terapeuta, questo diventa una versione contemporanea della terapia narrativa. In breve, si tratta di una forma moderna e "mediatizzata" di narrazione (Lundby, 2008) che permette un'espressione del sé.

Anche il mondo dell'arte sta sempre più utilizzando ed includendo le tecniche artistiche digitali. Gli artisti contemporanei hanno introdotto l'idea che le immagini possono essere costruite, decostruite, assemblate e manipolate attraverso una varietà di mezzi digitali, aprendo una nuova gamma di autoespressione attraverso la combinazione di immagini preesistenti.

### Il disegno

Il disegno è il mezzo più utilizzato all'interno degli interventi basati sulle tecniche artistiche grazie alla sua portabilità, alla facilità d'uso e alle qualità facilmente standardizzabili. I



materiali per il disegno includono matite, pastelli, pennarelli, gessetti e pastelli a olio e prevedono una superficie (vari tipi di carta o materiali di recupero) su cui disegnare. Con il crescente utilizzo di supporti artistici digitali, il disegno può essere realizzato anche su computer portatili e persino su telefoni cellulari con l'uso di applicazioni specializzate (app) e software.

### La pittura

I materiali per la pittura comprendono acquerelli, tempere, colori a dita, acrilici, oli e inchiostri ed uno strumento (pennello, penna o anche mani) con cui dipingere. Come il disegno, comprende una superficie come la tela, la carta per acquerelli, una tavola o dei pannelli. La pittura può anche avvenire elettronicamente sullo schermo di un computer tramite un software di pittura digitale.

La pittura digitale è nata negli anni '90, incorporando in sé alcune tecniche tradizionali - pittura ad olio, acquerello ed impasto. La differenza tra la pittura tradizionale e quella digitale riguarda gli strumenti utilizzati: pennelli e colori VS computer e tavolette. Il processo di disegno su una tavoletta grafica è simile alla pittura tradizionale. In realtà, ci sono alcune caratteristiche riconoscibili di questa computer art - per esempio, la ripetizione meccanica degli stessi elementi, che a volte porta ad una certa astrattezza nell'opera d'arte. La pittura digitale comprende anche la pittura in 3D, che sta diventando sempre più popolare negli ultimi anni.

### L'argilla

L'argilla incoraggia il pensiero tridimensionale e l'uso dei sensi tattili; comprende materiale proveniente dalla terra, la plastilina, il Play-Doh, la Fimo o la pasta di sale fatta in casa. Il lavoro con l'argilla può essere un'esperienza diretta o può prevedere l'uso di strumenti per formare, modellare, imprimere o decorare l'argilla prima che si indurisca, nel caso di argille ceramiche o autoindurenti; può anche includere il lavoro al tornio o con attrezzature simili (Henley, 2002).

### Il collage

Un'attività molto utilizzata negli interventi basati sulle tecniche artistiche è il collage, per creare questo tipo di prodotto artistico è possibile utilizzare praticamente qualsiasi materiale che possa essere attaccato ad una superficie (carta, cartone, tela o altro supporto) e possono essere bidimensionali (carte, immagini di riviste e fotografie) o tridimensionali (ritagli di legno, filati, fibre, stoffe, materiali naturali e oggetti artigianali). E' possibile tramite



l'uso di app e software specializzati creare collage digitali che posso consentire alla persone di esprimere se stessa, definire la propria identità o sperimentarsi.

## Il bricolage

Bricolage è un termine utilizzato in molte discipline, tra cui l'arte visiva, per descrivere la costruzione o la creazione di un'opera a partire da altri oggetti disponibili. Dueze (2006) si riferisce al bricolage come al processo di rimescolamento, costruzione, ricostruzione e riapplicazione di immagini, simboli, stili, modelli e idee.

La proliferazione della tecnologia digitale, dei software e dei siti di bricolage online come Picassohead (un programma che utilizza un menu di funzioni per creare un disegno digitale simile a quello di Picasso) consente a chiunque abbia un computer portatile di creare immagini artistiche assemblando e modificando immagini trovate su Internet.

I media digitali comportano esperienze relazionali, tattili e sensoriali nettamente diverse rispetto ai materiali artistici tradizionali. Seiden (2001) osserva che la tecnologia richiede una sensibilità diversa rispetto ai materiali tradizionali; l'uso dei media digitali enfatizza le capacità concettuali e percettive rispetto alle abilità manuali. **Mentre il contatto tattile con i materiali può essere vantaggioso per alcuni individui, le proprietà dei media digitali possono essere utili per altri.**

Ad esempio, il programma di modellazione 3D Sketch Up (Project Spectrum, 2010), sviluppato da Google, si è dimostrato utile a persone con disturbi dello spettro autistico. Nello specifico molte persone con disturbo dello spettro dell'autismo hanno riferito che il processo manuale di disegno di una casa è frustrante, mentre la creazione di un'immagine della casa utilizzando il programma non solo è gratificante, ma ha anche un senso visivo migliore rispetto al disegno su carta e matita.

## Le sculture

Le sculture possono essere create anche con la tecnologia. In genere, vengono modellate principalmente tramite software e poi implementate come oggetto fisico o visualizzate su schermi. In questo caso, la tecnologia può migliorare notevolmente il lavoro dell'artista grazie alla geometria complessa e alla visualizzazione in 3D.



### Le installazioni digitali

Le installazioni digitali sono in qualche modo simili alle sculture, ma si differenziano per il loro approccio allo spettatore. Spesso questo tipo di arte è interattiva, risponde alle azioni dello spettatore cambiando. Le tecnologie VR (realtà virtuale) e AR (realtà aumentata) sono utilizzate anche per mostrare le installazioni digitali. Tuttavia queste tecnologie sono **costose e richiedono un investimento finanziario significativo** per lavorare con esse, oltre ad una buona conoscenza geometrica e di progettazione architettonica.

### La videoarte e l'animazione

La videoarte e l'animazione sono interessanti perché possono cambiare completamente, e non parzialmente, la nostra realtà. Sono necessarie buone capacità di montaggio. In generale, le animazioni sono composte da azione dal vivo, animazione e mondi 3D. La videoarte è il modo migliore per immergersi nella realtà, quindi spesso lavora a stretto contatto con le installazioni di cui sopra.

L'arte basata sull'uso del software si concentra sull'ingegneria informatica, sul linguaggio della tecnologia e sui sistemi di comunicazione. In questo ambito, l'autore crea codici seguendo la sua idea e l'opera d'arte finita dipende in parte dal lavoro del computer e del suo software.

I **mixed media** combinano diversi tipi di arte digitale per creare un'esperienza completamente nuova per lo spettatore. Ad esempio, un'opera d'arte può contenere elementi di animazione, AR, VR, audio ecc.

Tutto questo, naturalmente, non è l'intero elenco. È in continua evoluzione ed espansione. Oltre alle tipologie sopra elencate, l'arte digitale comprende anche opere inizialmente create fisicamente, che sono state successivamente digitalizzate. Ciò avviene attraverso la scansione, la fotografia o la tecnologia di modellazione 3D.



## FOTOGRAFIA E FILM

La fotografia e il cinema sono senza dubbio forme di arte visiva, ma fino a poco tempo fa hanno ricevuto una copertura limitata nella letteratura sull'arteterapia. Seiden (2001) osserva che l'uso di una macchina fotografica è un'esperienza unica di potere perché permette di "catturare" un'immagine. Weiser (1999, 2010) osserva che la fototerapia e l'arteterapia non sono campi che si escludono a vicenda, anche se ciascuna di esse può suscitare risposte diverse da parte della persona. Krauss (1983) osserva: "Poiché l'arteterapia dipende da soggetti esteriorizzati e la fototerapia da soggetti interiorizzati, sembra che si occupino di aspetti diversi del simbolismo personale" (p. 53). Weiser (2004) fornisce un'altra prospettiva, osservando che la persona che scatta una fotografia è concentrata sia verso l'interno che verso l'esterno; l'osservatore (compreso il fotografo o un altro individuo) proietta un significato unico su una fotografia basato su una varietà di fattori e visioni del mondo.

Weiser (2011) fornisce una sintesi delle tre principali applicazioni della fotografia in terapia:

### Fototerapia

La fototerapia è una pratica terapeutica molto diffusa che comprende una serie di tecniche che utilizzano le foto personali delle persone, gli album di famiglia e le foto scattate da altri. Sfrutta i sentimenti, i pensieri, i ricordi e le associazioni che le foto evocano per approfondire la comprensione e migliorare la comunicazione.

Il concetto di "fotoproiezioni" è centrale in questo approccio e il significato di una foto per l'osservatore (cliente) è fondamentale nello stesso modo in cui un arteterapeuta potrebbe chiedere ad una persona di fornire reazioni ad un'opera d'arte o a un'altra immagine.

### Fotografia terapeutica

La fotografia terapeutica è l'uso personale di fotografie per la scoperta di sé e per affermazioni sociali o artistiche senza il coinvolgimento formale del terapeuta. Riflette l'uso di una forma d'arte per l'autoconsapevolezza, l'espressione creativa, la terapia autogestita e il benessere.

### Foto-arte-terapia

La foto-arte-terapia impiega una varietà di tecniche che utilizzano le foto come mezzo artistico; è più spesso utilizzata da coloro che hanno ricevuto una formazione specifica in arteterapia o terapie espressive. A differenza della fototerapia, questo uso della fotografia implica la realizzazione di opere d'arte durante la seduta e può comportare esperienze di



apprendimento di tecniche fotografiche o di abilità artistiche associate. La Foto-arte-terapia può essere meglio classificata come una sottocategoria della Fototerapia; è importante notare che film e video possono essere inclusi in queste classificazioni.

### Videoterapia

Videoterapia è un primo termine usato per descrivere l'uso del cinema nell'arteterapia (Fleshman & Fryrear, 1981). Gli arteterapeuti e altri professionisti utilizzano i video in vari modi nel trattamento, dalla registrazione delle sedute con gli utenti per la revisione da parte del terapeuta a quella per assistere i propri utenti nella realizzazione di film come forma d'arte. Negli ultimi anni sono presenti sul mercato accessibili e convenienti videocamere di ogni tipo, comprese quelle digitali. Il termine videoterapia è stato talvolta utilizzato in modo intercambiabile con cinematerapia, un intervento che prevede di indirizzare gli individui a guardare determinati film per motivi terapeutici o per riferire le loro impressioni al terapeuta per ulteriori approfondimenti (Marsick, 2010; Wedding & Niemiec, 2003).

Basia Mosinski descrive il suo lavoro con due gruppi di video-arte-terapia che si sono svolti presso Housing Works, un'organizzazione no-profit di New York che fornisce servizi vitali a uomini e donne senza fissa dimora affetti da HIV/AIDS (Housing Works, 2002).

I gruppi di video-arte-terapia si sono riuniti due volte a settimana per 90 minuti a sessione e i partecipanti hanno avuto la possibilità di prendere parte a due moduli consecutivi di otto settimane.

Il modulo 1 consisteva in attività di produzione video e il modulo 2 in attività di montaggio video. I membri del gruppo hanno condiviso e discusso sentimenti ed esperienze attuali, hanno appreso nuove abilità tecniche, hanno fatto brainstorming di idee, hanno creato piani di progetto personali, hanno raccolto filmati da varie fonti o registrato nuovi filmati e hanno montato clip multimediali in progetti video finali della durata massima di 20 minuti.

Nel gruppo delle donne, le partecipanti hanno lavorato a coppie con una videocamera condivisa tra loro; l'obiettivo di questa struttura era quello di favorire l'apprendimento tra pari.

Alcuni partecipanti avevano problemi di fiducia derivanti da traumi infantili e da relazioni intime disfunzionali; avevano difficoltà a coinvolgere altri partecipanti nella loro pianificazione o a chiedere assistenza. Nel gruppo maschile, i partecipanti tendevano inizialmente a lavorare in modo indipendente o a cercare molto tempo e attenzione da parte del terapeuta.



Prima di distribuire le videocamere, ha il terapeuta ottenuto dai partecipanti le liberatorie, ha discusso con loro riguardo le questioni di privacy e riservatezza e li ha istruiti a chiedere il permesso prima di riprendere qualcuno, tranne quando si registra all'aperto in spazi pubblici. Ogni membro del gruppo ha deciso se voleva essere incluso nelle registrazioni degli altri membri del gruppo. Molti compiti associati alla creazione di video individuali hanno richiesto l'assistenza dei membri del gruppo.

Ogni settimana, il terapeuta presentava o rivedeva le attrezzature e le istruzioni per l'uso precedentemente introdotte, si discutevano le idee per i progetti e i partecipanti mostravano e discutevano sulle registrazioni video realizzate. Ogni utente era il regista del proprio progetto video e a turno si occupava delle attività. I partecipanti potevano chiedere aiuto per le riprese video o la registrazione del suono, ma erano responsabili del contenuto complessivo dei loro progetti individuali. Sono stati introdotti al linguaggio cinematografico, ai segnali manuali e ai comandi utilizzati durante le sessioni di registrazione.

### Video Arte Suonoterapia

Yarden Kerem ha collaborato con Gittit Pearlmutter, musicista e montatore del suono, per aggiungere un approccio più profondo al lavoro con la colonna sonora, che consiste nel lavorare con tre canali principali: **parlato, effetti sonori e musica**. Poiché la maggior parte delle persone si concentra sugli elementi visivi, non presta attenzione ai suoni che sono costantemente intorno a loro.

Per molti utenti, il lavoro con il suono apre un nuovo canale di ascolto interiore e di simbolizzazione dei sentimenti. Questo modello offre agli utenti la possibilità di lavorare per gradi sulla simbolizzazione attraverso il suono: una volta scelti i soggetti e le immagini che li esprimono, la persona viene invitata a creare i propri effetti sonori. Poi, una volta che gli effetti sonori sono stati caricati insieme alle immagini nel software di editing e dopo averne parlato, agli utenti viene chiesto di creare un canale vocale che esprima i soggetti. Infine, viene chiesto loro di aggiungere la musica. La seconda fase è quella della registrazione del parlato, come un monologo, un dialogo o una conversazione, qualunque cosa ritengano appropriata. Nella terza fase, la musica viene presa per lo più da brani disponibili e conosciuti o composta direttamente dall'utente.

Quando Yarden Kerem e Gittit Pearlmutter tengono il corso di videoterapia alla Ma'aleh School di Gerusalemme, suggeriscono ai loro studenti di presentare esercizi secondo il seguente elenco:



- Il mio lavoro sulla ferita/trauma, dolore, difficoltà.
- L'immagine che cura la ferita: ciò che mi rende sano, ciò che mi guarisce.
- Un autoritratto.
- Come voglio vedermi in futuro, tra 5 e 10 anni.
- L'umanità che è in me.
- La pietà dentro di me, la mia religione/fede.
- L'immagine che ho di me stesso.
- Come mi vedono gli altri (l'immagine che credo gli altri abbiano di me).
- Un momento, un evento o un anno importante della mia vita.
- Difficoltà con una certa persona.
- Scegliere un luogo significativo e filmare il percorso di andata e ritorno.
- Un viaggio tra due punti significativi della vita.

Questo modello consiglia agli operatori di essere vicini ai loro utenti durante l'editing del materiale, perché il processo terapeutico si svolge anche lì, cioè durante la contemplazione del materiale sulla linea del tempo nel software di editing e nelle loro risposte al materiale. Mentre gli utenti rispondono, hanno luogo conversazioni terapeutiche che possono essere dialoghi terapeutici tradizionali o, più precisamente, conversazioni tipiche dell'arteterapia che oscillano tra il parlare dell'opera d'arte e i problemi o difficoltà.

Un'alternativa potrebbe essere la terapia di focalizzazione, un processo in cui i terapeuti riportano agli utenti ciò che questi ultimi hanno portato in terapia.

Durante il processo di editing, i terapeuti possono porre ai loro utenti domande sull'opera d'arte, nonché sui loro sentimenti e pensieri al riguardo, come ad esempio:

- Cosa provate? Vi ricorda qualcosa?
- Cosa volete esprimere attraverso l'immagine e il suono? Cosa volete dire?
- C'è qualcosa di specifico che volete sottolineare?
- Cosa scegliete di mettere all'inizio, al centro e alla fine?
- Quali elementi scegliete di mettere uno accanto all'altro nell'opera? Un'immagine accanto a un'immagine e un suono accanto a un suono? Qual è il significato del legame tra l'immagine e il suono?
- Che cosa è difficile o doloroso per voi durante il processo?



- Cosa avete scelto di tagliare dal prodotto finale? Cosa è stato filmato o registrato che non è entrato a far parte dell'opera?

In alcuni casi, **il materiale omesso è in realtà il più importante**. Le domande sono un invito agli utenti a riflettere e osservare il proprio sé. Non ci sono risposte corrette; piuttosto, l'importante è l'osservazione che la persona fa di sé e dell'opera d'arte che sta creando. Le domande possono essere poste in momenti in cui gli utenti si fermano e si impegnano nella contemplazione interiore e dell'opera d'arte. Il silenzio è una risposta accettabile. (Video and Filmmaking as Psychotherapy Research and Practice a cura di Joshua L. Cohen e J. Lauren Johnson con Penelope P. Orr, 2015, Routledge)

### Applicazioni e software utili per le arti visive

Di seguito è riportato un **elenco di applicazioni e software utili**, la maggior parte delle quali gratuite.

- **Adobe Photoshop e Illustrator**

Entrambi i programmi dispongono di opzioni piuttosto avanzate, all'interno delle quali ognuno può trovare ciò che desidera.

- **Krita**

Un analogo meno popolare di Photoshop, progettato per illustratori, artisti concettuali, industria VFX e altro ancora. Sul sito web dell'applicazione si possono trovare lezioni su come lavorare con essa.

- **Autodesk Sketchbook**

Questa applicazione viene utilizzata per lavorare con la grafica raster, progettata sia per il disegno espressivo che per gli schizzi. Disponibile su Windows, Mac, Android e iOS.

- **Procreate**

Il software è diventato popolare grazie alla sua semplicità. I principianti imparano rapidamente a creare immagini digitali. Un altro vantaggio è che, pagando una sola volta, si ha accesso a tutti gli aggiornamenti dell'applicazione. Per 9 dollari l'applicazione può essere installata sul vostro iPad.

Per la **video arte o l'animazione elettronica**



- **Adobe After Effects** è adatto alla creazione di grafica in movimento,
- Blender, ZBrush o 3ds Max dovrebbero essere presi in considerazione per la grafica 3D.

### **Modifica delle foto**

<https://krita.org/en/>

[https://www.photopos.com/PPP3\\_BS/Default.aspx](https://www.photopos.com/PPP3_BS/Default.aspx)

### **paint.net 4.3.11**

<https://www.gimp.org/>

### **Montaggio video**

#### **OpenShot**

[https://www.movavi.com/learning-portal/best-video-editing-software-for-beginners.html?gclid=CjwKCAjwkYGVbHArEiwA4sZLuN9EGTYtWvEM0yISIV6tW9gO\\_L1Y3pHddd6tpif5qAk451luBmXn9RoCv-4QAvD\\_BwE#prog-2](https://www.movavi.com/learning-portal/best-video-editing-software-for-beginners.html?gclid=CjwKCAjwkYGVbHArEiwA4sZLuN9EGTYtWvEM0yISIV6tW9gO_L1Y3pHddd6tpif5qAk451luBmXn9RoCv-4QAvD_BwE#prog-2)

#### **iMovie**

[https://www.movavi.com/learning-portal/best-video-editing-software-for-beginners.html?gclid=CjwKCAjwkYGVbHArEiwA4sZLuN9EGTYtWvEM0yISIV6tW9gO\\_L1Y3pHddd6tpif5qAk451luBmXn9RoCv-4QAvD\\_BwE#prog-3](https://www.movavi.com/learning-portal/best-video-editing-software-for-beginners.html?gclid=CjwKCAjwkYGVbHArEiwA4sZLuN9EGTYtWvEM0yISIV6tW9gO_L1Y3pHddd6tpif5qAk451luBmXn9RoCv-4QAvD_BwE#prog-3)

#### **Frullatore**

[https://www.movavi.com/learning-portal/best-video-editing-software-for-beginners.html?gclid=CjwKCAjwkYGVbHArEiwA4sZLuN9EGTYtWvEM0yISIV6tW9gO\\_L1Y3pHddd6tpif5qAk451luBmXn9RoCv-4QAvD\\_BwE#prog-3](https://www.movavi.com/learning-portal/best-video-editing-software-for-beginners.html?gclid=CjwKCAjwkYGVbHArEiwA4sZLuN9EGTYtWvEM0yISIV6tW9gO_L1Y3pHddd6tpif5qAk451luBmXn9RoCv-4QAvD_BwE#prog-3)

#### **HitFilm Express**

[https://www.movavi.com/learning-portal/best-video-editing-software-for-beginners.html?gclid=CjwKCAjwkYGVbHArEiwA4sZLuN9EGTYtWvEM0yISIV6tW9gO\\_L1Y3pHddd6tpif5qAk451luBmXn9RoCv-4QAvD\\_BwE#prog-3](https://www.movavi.com/learning-portal/best-video-editing-software-for-beginners.html?gclid=CjwKCAjwkYGVbHArEiwA4sZLuN9EGTYtWvEM0yISIV6tW9gO_L1Y3pHddd6tpif5qAk451luBmXn9RoCv-4QAvD_BwE#prog-3)

#### **Foto di Microsoft**



[https://www.movavi.com/learning-portal/best-video-editing-software-for-beginners.html?gclid=CjwKCAjwkYGVbArEiwA4sZLuN9EGTYtWvEM0yISIV6tW9gO\\_L1Y3pHddd6tpif5qAk451luBmXn9RoCv-4QAvD\\_BwE#prog-3](https://www.movavi.com/learning-portal/best-video-editing-software-for-beginners.html?gclid=CjwKCAjwkYGVbArEiwA4sZLuN9EGTYtWvEM0yISIV6tW9gO_L1Y3pHddd6tpif5qAk451luBmXn9RoCv-4QAvD_BwE#prog-3)

### **Vassoio di sabbia**

È stata sviluppata dalla dottoressa Karen Fried. È possibile praticare la terapia della sabbia online. Si crea il proprio vassoio con gli oggetti presenti sul sito web.

<https://onlinesandtray.com/>



## MUSICOTERAPIA

Bruscia (1998) ha definito la musicoterapia come "*un processo sistematico di intervento in cui il terapeuta aiuta il cliente a promuovere la salute, utilizzando le esperienze musicali e le relazioni che si sviluppano attraverso di esse come forze dinamiche di cambiamento*" (Geretsegger, Elefant, Mössler & Gold, 2014).

Come funziona la musicoterapia? Si sostiene che cinque fattori contribuiscano agli effetti della musicoterapia (Koelsch, 2009).

### ➤ **Modulazione dell'attenzione**

Il primo aspetto è la modulazione dell'attenzione (Koelsch, 2009). La musica cattura la nostra attenzione e ci distrae dagli stimoli che possono portare a esperienze negative (come preoccupazione, dolore, ansia e così via) (Koelsch, 2009). Questo può anche spiegare gli effetti ansiolitici e antidolorifici dell'ascolto della musica durante le procedure mediche (Koelsch, 2009).

### ➤ **Modulazione delle emozioni**

Il secondo modo in cui la musicoterapia funziona è attraverso la modulazione delle emozioni (Koelsch, 2009). Gli studi hanno dimostrato che la musica può regolare l'attività delle regioni cerebrali coinvolte nell'avvio, nella generazione, nel mantenimento, nella cessazione e nella modulazione delle emozioni (Koelsch, 2009).

### ➤ **Modulazione della cognizione**

La musica modula anche la cognizione (Koelsch, 2009). La musica è legata ai processi di memoria (tra cui la codifica, l'immagazzinamento e la decodifica delle informazioni musicali e degli eventi legati alle esperienze musicali) (Koelsch, 2009).

### ➤ **Modulazione del comportamento**

La musicoterapia agisce anche attraverso la modulazione del comportamento (Koelsch, 2009). La musica evoca e condiziona comportamenti come i modelli di movimento coinvolti nel camminare, nel parlare e nell'afferrare (Koelsch, 2009).



### ➤ **Modulazione della comunicazione**

La musica influisce anche sulla comunicazione (Koelsch, 2009). Infatti, la musica è un mezzo di comunicazione (Koelsch, 2009). Pertanto, la musica può svolgere un ruolo significativo nelle relazioni, come si evince dalla definizione di musicoterapia (Koelsch, 2009).

- L'interazione musicale in musicoterapia, in particolare l'improvvisazione musicale, funge da linguaggio non verbale e pre-verbale (Geretsegger et al., 2014).
- Permette alle persone verbali di accedere a esperienze pre-verbali (Geretsegger et al., 2014).
- Inoltre, offre alle persone non verbali la possibilità di comunicare con gli altri senza parole (Geretsegger et al., 2014).
- Permette a tutte le persone di interagire in modo più emotivo e orientato alla relazione di quanto non sia possibile facendo affidamento sul linguaggio verbale (Geretsegger et al., 2014).

L'interazione avviene anche con l'ascolto della musica, attraverso un processo che generalmente include la **scelta di musica che ha un significato per la persona**, come ad esempio la musica che riflette un problema attuale della persona (Geretsegger et al., 2014).

Ove possibile, gli individui sono incoraggiati a riflettere su questioni personali legate alla musica o sulle associazioni che la musica fa emergere (Geretsegger et al., 2014). Per le persone che hanno capacità verbali, un'altra parte importante della musicoterapia è la riflessione verbale sui processi musicali (Geretsegger et al., 2014).

### **I diversi tipi e metodi di musicoterapia**

La musicoterapia si basa su due metodi fondamentali: il metodo **ricettivo** basato sull'**ascolto** e il metodo **attivo** basato sull'**esecuzione** tramite l'uso di strumenti musicali (Guetin, Portet, Picot, Pommè, Messaoudi & Djabelkir, et al., 2009).

Esistono due metodi ricettivi. Il primo, la musicoterapia ricettiva di rilassamento, è spesso utilizzata nel trattamento di ansia, depressione e disturbi cognitivi (Guetin et al., 2009). La musicoterapia ricettiva analitica è utilizzata come mezzo per la psicoterapia analitica (Guetin

et al., 2009). La medicina musicale comporta generalmente l'ascolto passivo di musica preregistrata fornita da personale medico (Bradt & Dileo, 2010).

Per quanto riguarda altri tipi di musicoterapia, esiste il *Metodo Bonny di Immaginazione Guidata e Musica*. È stato sviluppato da Helen Lindquist Bonny (Smith, 2018). L'approccio prevede immagini guidate con la musica.

Con l'aggiunta della musica, il paziente si concentra su un'immagine che viene utilizzata come punto di partenza per riflettere e discutere su eventuali problemi correlati (Smith, 2018). La musica svolge un ruolo integrale nella terapia e può essere definita un co-terapeuta (Smith, 2018). Le esigenze e gli obiettivi individuali del paziente influenzano la musica selezionata per la sessione (Smith, 2018).

L'*euritmica Dalcroze* è un metodo utilizzato per insegnare la musica agli studenti, che può essere utilizzato anche come forma di terapia (Smith, 2018). Sviluppato da Émile Jaques-Dalcroze, questo metodo si concentra sul ritmo, sulla struttura e sull'espressione del movimento nel processo di apprendimento (Smith, 2018). Poiché questo metodo è adatto a migliorare la consapevolezza fisica, aiuta enormemente i pazienti che hanno difficoltà motorie (Smith, 2018).

Un vantaggio degli interventi di musicoterapia che applicano questi metodi ricettivi è che il terapeuta non è limitato a lavorare con l'utente di persona.

Il terapeuta può anche prescrivere la musicoterapia o registrazioni di immagini guidate contenenti musica che la persona può ascoltare al di fuori della stanza di terapia, utilizzando una piattaforma di psicoterapia digitale come **Quenza**.

I terapeuti possono utilizzare piattaforme moderne come queste per inviare clip audio preregistrate direttamente allo smartphone o al tablet dell'utente secondo un programma predeterminato.

Allo stesso modo, il terapeuta può seguire i progressi dell'utente attraverso queste attività audio tramite il proprio computer o dispositivo portatile.



Si pensa che Zoltàn Kodály sia stato l'ispiratore dello sviluppo della *filosofia Kodaly della musicoterapia* (Smith, 2018). Essa prevede l'utilizzo di ritmo, notazione, sequenza e movimento per aiutare il paziente ad apprendere e a guarire.

È stato dimostrato che questo metodo migliora l'intonazione, il ritmo e l'alfabetizzazione musicale. Inoltre ha anche un impatto positivo sulla funzione percettiva, sulla formazione dei concetti, sulle abilità motorie e sulle prestazioni di apprendimento in un contesto terapeutico (Smith, 2018).

### Elenco delle tecniche di musicoterapia

Soundscape Music Therapy propone diverse tecniche di musicoterapia:

- Tamburellare
- Ascoltare musica dal vivo o registrata
- Apprendere tecniche di rilassamento assistite dalla musica, come il rilassamento muscolare progressivo o la respirazione profonda.
- Canto di canzoni familiari con accompagnamento dal vivo o registrato
- Suonare strumenti, come le percussioni a mano
- Improvvisazione musicale su strumenti a voce
- Scrivere testi di canzoni
- Scrivere la musica per le nuove canzoni
- Imparare a suonare uno strumento, come il pianoforte o la chitarra.
- Creare arte con la musica
- Ballare o muoversi al ritmo di musica dal vivo o registrata
- Scrivere coreografie per la musica
- Discutere la propria reazione emotiva o il significato legato a un particolare brano o a un'improvvisazione.



## Applicazioni per la musicoterapia disponibili

### **Anytune** - rallenta i BPM della musica:

Questo permette di rallentare una canzone mantenendo la tonalità del brano. Ogni canzone può anche essere trasposta in una tonalità diversa e i clienti possono suonare/cantare insieme alla registrazione.

### **Batteria**

È possibile scegliere tra una serie di set di batteria su cui suonare e creare i propri ritmi semplicemente con la punta delle dita. È anche possibile suonare con i brani della libreria di iTunes e registrare i beat creati.

### **Freestyle**

Quest'applicazione consente di digitare i propri versi, selezionare i ritmi e registrarli. Fornisce anche un dispositivo di ricerca per le rime, se ci si blocca nel tentativo di trovare la parola giusta. Le rime registrate possono essere condivise e inviate via e-mail ad altri dispositivi.

### **Garage Band**

E' un programma che permette di creare musica per persone non professioniste. È possibile utilizzare strumenti intelligenti con pattern e suoni preregistrati, oppure suonare la propria base. È possibile registrare più livelli, compresa la propria registrazione. Questa applicazione è un ottimo strumento per la scrittura di canzoni o per l'improvvisazione. L'individuo può creare letteralmente centinaia di suoni realistici e di alta qualità.

### **Riferimento per il chitarrista**

Questa applicazione mostra le diteggiature degli accordi, con diverse opzioni (Fandom, n.d.). Mostra anche le note specifiche sui tasti quando si suona un accordo o il numero di dita per l'accordo (Fandom, n.d.). L'applicazione fornisce triadi di chitarra, arpeggi, uno strumento per la ricerca di accordi inversi, accordature alternative per chitarra, relazioni di scala degli accordi e un quiz sugli accordi di chitarra (Fandom, n.d.).



### **Pianoforte magico (Apple / Google)**

Questo permette di suonare il pianoforte senza alcuna conoscenza preliminare (Fandom, n.d.). L'applicazione funziona toccando le luci luminose quando raggiungono la parte inferiore dello schermo e suona la nota corrispondente sul pianoforte (Fandom, n.d.).

L'applicazione può anche essere attivata in modo che si debba colpire il punto giusto (altrimenti la nota suonerà stonata) o semplicemente toccare lo schermo con il ritmo (Fandom, n.d.). Ha 4 diverse impostazioni di difficoltà: facile, media, difficile e la modalità automatica che rileva l'abilità della persona dopo poche canzoni (Fandom, n.d.).

### **Chitarra reale gratis**

Questa applicazione contiene suoni di chitarra elettrica e acustica registrati con chitarre dal vivo (Sena, 2012). Può essere utilizzata per imparare a suonare la chitarra, fornendo accordi e tabulazioni (Sena, 2012). Ha una vasta gamma di opzioni ed è perfetta sia per i principianti che per i chitarristi esperti (Sena, 2012).



## QUESTIONI ETICHE, LEGALI E BUONE PRATICHE

Il lavoro di Cathy Malchiodi sulle linee guida etiche per gli interventi basati sulle tecniche artistiche online, ricercate e presentate nel suo libro "Art Therapy and Computer Technology" (2000).

Gli arteterapeuti che lavorano online devono dimostrare di aver intrapreso un ulteriore **CPD (Continuing Professional Development) per facilitare il trattamento arteterapeutico online**. Questo può essere fatto in diversi modi: ad esempio frequentando una formazione online o di persona, leggendo libri e articoli sulla pratica dell'arteterapia online, partecipando a forum professionali in cui si affronta questo tema, ecc. Devono comprendere i termini tecnologici, le leggi, i rischi e i benefici e assicurarsi di frequentare una formazione CPD sull'informatica se ritengono che la loro conoscenza operativa di questi temi non sia aggiornata. Devono inoltre essere supervisionati da una persona competente che comprenda le problematiche della pratica dell'arteterapia online.

È necessario attenersi alle linee guida per la **conformità al GDPR** (controllare regolarmente gli aggiornamenti). La pratica dell'arteterapia online varia da un Paese all'altro, verificate la giurisdizione di ciascun Paese.

I terapeuti devono tenere presente che qualsiasi **informazione scambiata via Internet viene registrata per sempre** e non è sicura perché c'è sempre il rischio di essere violati.

### **Alcune considerazioni sui media/piattaforme**

Il VoIP (Voice over Internet Protocol) consente di effettuare chiamate via Internet anziché utilizzare un telefono tradizionale. I fornitori di servizi VoIP sono numerosi, ma la connessione può comunque diventare un problema reale per gli utenti più vulnerabili quando viene interrotta a causa di una connessione Internet a banda larga scadente. Fornire terapie online richiede una comprensione della politica sulla privacy dei dati VoIP e deve soddisfare le normative GDPR.

### **Piattaforme online**

Esistono diverse piattaforme online adatte agli interventi online tra cui Skype, WhatsApp, Hangouts, Meetup, Zoom, ecc. La maggior parte offre impostazioni di sicurezza per



garantire la riservatezza, ma nessuna è sicura al 100%. Dovrete valutare quali piattaforme sono più adatte a voi e ai vostri utenti e assicurarvi di attivare tutte le impostazioni di sicurezza appropriate quando lavorate. Esistono limiti di età e di consenso che possono influenzare la scelta della piattaforma, quindi verificate se l'età della vostra utenza consente l'accesso allo strumento online.

Nel Regno Unito, ad esempio, i bambini e i giovani (CYP) devono essere almeno:

- 16 per utilizzare WhatsApp
- 13 per utilizzare Facebook
- 13 per usare Skype
- 13 per utilizzare la posta elettronica di Outlook
- 13 per utilizzare Gmail
- Età sufficiente per accettare i termini di servizio legali per le videoconferenze Zoom.

Verificare le normative nazionali.

### **Blocco/crittografia di e-mail e allegati**

Quando si inviano i dati sensibili come allegati di posta elettronica (referenze, immagini, moduli di consenso, recensioni ed esiti, fatture) con i propri servizi di posta elettronica (google mail, Yahoo, Hotmail, Outlook) è importante bloccare/criptare l'e-mail prima di inviarla. Se non siete sicuri di come farlo, cercate online come il vostro provider di posta elettronica ha impostato questa operazione, poiché ognuno utilizza un protocollo diverso.

### **La piattaforma di archiviazione cloud**

Secondo l'ICO, "se si sceglie di archiviare i propri file nel cloud è necessario ricordare che ciò significa che sono realmente archiviati su server controllati dal fornitore di servizi cloud". (ICO, <https://ico.org.uk/your-data-matters/online/cloud-computing/>)

### **Protezione dei dati quando si lavora online**

Gli operatori devono informare e aiutare gli utenti a capire come verranno utilizzati i loro dati e quali sono i rischi quando i dati vengono condivisi (e-mail, medico di famiglia, team multidisciplinare, supervisioni, pubblicazioni online). Gli utenti devono firmare un consenso individuale all'intervento online.

Il modulo di consenso deve indicare chiaramente i rischi legati al lavoro online. Gli operatori devono continuare ad includere informazioni sui protocolli di salvaguardia e sui casi in cui possono avere bisogno di violare la riservatezza (per esempio quando c'è un rischio di danno al cliente o ad altri o quando c'è un obbligo legale di divulgazione). Gli utenti devono essere informati della condivisione delle opere d'arte con i supervisor clinici.

**Il consenso dei bambini e dei giovani (CYP) e dei loro genitori/tutori** deve essere richiesto per effettuare la terapia online e deve includere:

- i requisiti tecnici per consentire lo svolgimento della sessione senza interruzioni;
- politiche e le linee guida dell'organizzazione per cui si lavora o da cui si è subappaltati in merito alla fornitura di terapie alternative.

Gli operatori devono ottenere il consenso scritto dei tutori legali del bambino prima di intraprendere l'intervento online. Anche gli interventi diadici, in cui genitore e figlio si impegnano insieme nel processo terapeutico, è un approccio da prendere in considerazione se è appropriato e utile.

### **Sicurezza degli utenti:**

- Gli operatori devono adottare misure ragionevoli per garantire che gli utenti si trovino in un ambiente fisico sicuro.
- Ottenere i dati di contatto dell'utente o di un parente prossimo.
- Includere informazioni sull'uso sicuro delle tecnologie nel pacchetto informativo online sugli interventi basati sulle tecniche artistiche digitali.
- In caso di interruzione della connessione se non è possibile riconnettersi, concordare di telefonare o inviare un'e-mail all'utente per riprogrammare la sessione online.
- Gli utenti devono avere accesso ad un supporto in caso di emergenza, come contattare il proprio medico di base, i familiari più stretti o gli amici.

### **Obbligo di diligenza:**

Le leggi e le politiche di salvaguardia si applicano al lavoro online e gli operatori devono mantenere il loro dovere di cura nei confronti dei loro utenti; ciò può comportare l'avvio di protocolli di salvaguardia in caso di gravi preoccupazioni per la loro sicurezza personale o per quella degli altri. Il lavoro online può rendere questo aspetto più complesso e spesso è difficile intervenire in caso di emergenza quando si usa il telefono o la videoconferenza. Per

esempio, se gli utenti riagganciano o lasciano lo studio virtuale perché hanno difficoltà a gestire la rabbia, suggeriamo di richiamare e inviare un'e-mail di follow-up.

Di seguito sono riportati alcuni suggerimenti e raccomandazioni che includono un piano d'azione per le e-Emergenze:

- Avere numeri di contatto di parenti prossimi, amici, ecc.
- Avere numeri di contatto di emergenza se legati a un team/organizzazione.
- Conoscere l'aiuto locale disponibile.
- Chiedere dove si trova l'utente, il suo numero di cellulare e la sua e-mail.
- Effettuare controlli telefonici regolari per vedere come sta l'utente.
- L'intervento telefonico di emergenza con bandiera rossa comprende tutte le informazioni di cui sopra e può includere l'invio dell'utente all'ospedale, la consultazione del medico di base o la chiamata di un'ambulanza, oltre all'invio di un segnale di bandiera rossa all'équipe multidisciplinare e al supervisore per richiedere una discussione urgente.
- Quando lavorate con bambini o giovani adulti, tenete conto dei seguenti aspetti legali: e-law diritti dei minori e protezione dei dati che riguardano i bambini e i giovani
- Deve essere presente un quadro di riferimento per la sicurezza elettronica.
- Etica e legge per i genitori: e-Safeguarding quando si lavora con i bambini.

### **Opere d'arte digitali con i bambini**

- Gli operatori che lavorano online devono chiedere il permesso al bambino di fare screenshot delle sue immagini. In questo modo, le sessioni di arteterapia online rimangono riservate e gli operatori possono tutelare l'interesse del bambino, poiché le immagini non vengono salvate sul computer portatile del genitore.
- Gli operatori rimangono responsabili delle immagini dei bambini e del loro portfolio come nell'arteterapia faccia a faccia.

### **Problemi di pratica online**

Di seguito è riportato uno schema iniziale di come fornire un migliore intervento basato sulle tecniche artistiche online, tratto dal lavoro di Cathy Malchiodi (2000) - "Art Therapy and Computer Technology: a virtual studio of possibilities".

### **Creazione di un servizio d'intervento basato su tecniche artistiche online**



- Sviluppare una procedura di assunzione e valutazione affidabile e appropriata.
- Informare gli utenti sui casi in cui l'intervento basato sulle tecniche artistiche online potrebbe non essere appropriato.
- Informare gli utenti sui limiti, i rischi e i benefici degli interventi basati sulle tecniche artistiche online.
- Valutare la capacità dell'utente di utilizzare le tecniche artistiche digitali.
- Stabilire linee di comunicazione tra terapeuta ed utente per quanto riguarda la frequenza e la modalità di revisione e valutazione online dei benefici e dei risultati della terapia.
- Confermare la tariffa e il metodo di pagamento, la fatturazione e le ricevute online
- Stabilire le procedure da seguire in caso di emergenza (Malchiodi, 2000, pp.121-131)

## **LAVORARE NELL'AMBITO DELLE PROPRIE COMPETENZE**

- Per lavorare nell'ambito delle proprie competenze professionali, gli operatori devono cercare di accedere alla formazione e al supporto in quest'area specialistica e sviluppare le necessarie abilità e competenze per poter utilizzare le tecniche artistiche online.
- Sviluppare la revisione tra pari, il supporto e la supervisione con i colleghi per condividere le conoscenze e le esperienze.
- Familiarizzare e sperimentare diversi formati, tecnologie e attrezzature online.
- Considerare le dimensioni sociali e culturali del lavoro e la parità di accesso ai servizi online.
- Accedere alla ricerca sulla consulenza e la terapia basata sul computer.
- Sviluppare la valutazione e la ricerca sui risultati in questo settore.

## **Fornire un pacchetto informativo iniziale di introduzione online contenente i seguenti dettagli:**

- Accordi di riservatezza, rischi e misure di sicurezza.
- Identificazione del terapeuta, compresi i dati di registrazione, le qualifiche e l'assicurazione.
- Requisiti del GDPR.



- Copia digitale della condivisione di tutte le opere d'arte - motivo e metodo.
- Utilizzo del protocollo di comunicazione via e-mail.
- Archiviazione di e-mail e opere d'arte digitali.
- Valutazione e revisione retrospettiva online - frequenza e metodo.

### **Copia digitale e condivisione delle opere d'arte**

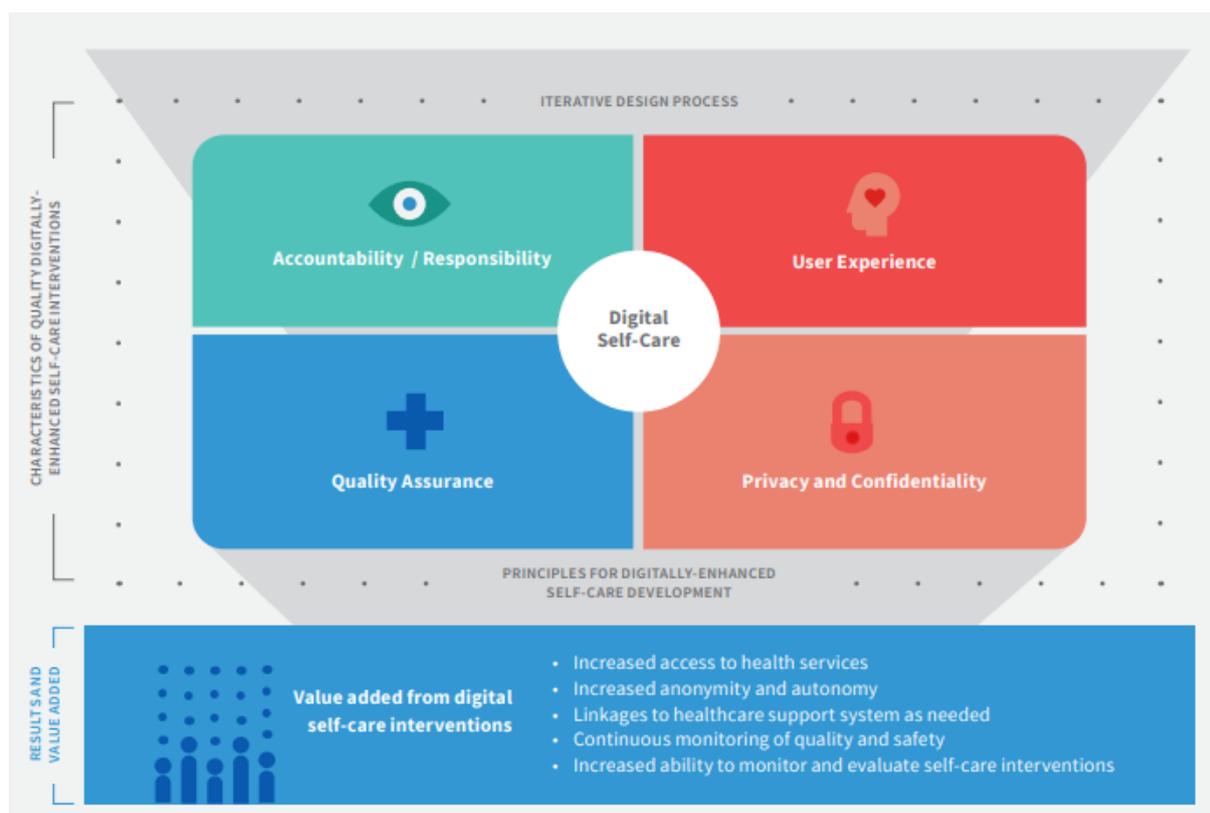
- Può essere importante richiedere la condivisione di tutte le opere d'arte, le immagini e gli oggetti realizzati durante la sessione terapeutica; un accordo iniziale includerà quanto segue:
  - Richiesta iniziale e modulo di consenso.
  - Un mezzo di trasferimento digitale concordato, ad esempio tramite e-mail con allegato un'immagine digitale, che viene poi scaricata su un disco rigido sicuro.
  - Chiarire le ragioni della conservazione di una cartella digitale delle opere d'arte dell'utente.
  - Chiarire la revisione digitale e la revisione retrospettiva delle opere d'arte e dell'intervento online, compresi la frequenza e il formato.
  - Chiarire le modalità di archiviazione sicura di tutte le opere d'arte digitali.
  - Chiarire il requisito della condivisione di opere d'arte digitali nella supervisione clinica.

<https://www.baat.org/Assets/Docs/News/newsbriefing-summer-2020/summer-2020-developing-online-art-therapy-124.html> )

## ORGANIZZAZIONE MONDIALE DELLA SANITA' (OMS): AUTOCURA E SALUTE DIGITALE

“Autocura digitale: un quadro di riferimento per la progettazione, l'attuazione e la valutazione” si basa sul lavoro fondamentale dell'Organizzazione Mondiale della Sanità in materia di autocura e salute digitale e attinge a piene mani dai Principi per lo Sviluppo Digitale.

Le applicazioni digitali migliorano il supporto alla salute e le attività di autocura, aumentando l'accesso, facilitando i collegamenti con professionisti qualificati e fornendo agli utenti privacy e anonimato.



Le componenti di ciascuno dei quattro domini e le caratteristiche di supporto sono dettagliate nella lista di controllo riportata di seguito.

## Lista di controllo delle caratteristiche chiave dell'autocura digitale:

### Esperienza dell'utente

- Gli utenti sono trattati con rispetto e compassione?
- I servizi sono accessibili, inclusivi e utilizzabili indipendentemente da sesso, razza, orientamento sessuale, etnia o abilità?
- I fornitori, gli implementatori e le agenzie di regolamentazione dimostrano una risposta attiva e continua alle percezioni, ai suggerimenti e alle preoccupazioni degli utenti e del pubblico?
- Privacy e riservatezza dei dati.
- L'identità e le informazioni personali dell'utente sono protette?
- È stato ottenuto un consenso valido da tutti gli utenti?
- Le misure di riservatezza sono comunicate chiaramente?

### Garanzia di qualità

- Competenza tecnica: Gli utenti hanno le competenze necessarie per impegnarsi in attività di autocura digitale?
- Competenza tecnica: Gli operatori interessati hanno le conoscenze e le competenze necessarie per supportare comportamenti di autocura digitale appropriati?
- Competenza tecnica: Gli operatori interessati sono autorizzati, registrati e formati secondo le normative locali relative all'autocura e alla salute digitale?
- Sicurezza dell'utente: Le attività di autocura supportate e le informazioni sono sicure, accessibili, accettabili e di buona qualità, con salvaguardie integrate per gestire e limitare i rischi?
- Sicurezza dell'utente: L'intervento è basato sull'evidenza che può migliorare i risultati previsti per l'utente?
- Sicurezza dell'utente: L'intervento è stato sviluppato e progettato con la partecipazione dei destinatari per soddisfare le esigenze degli utenti?
- Sicurezza dell'utente: Tutte le informazioni e i servizi sono accurati e conformi ai protocolli nazionali, agli standard e alle migliori pratiche globali?
- Scambio di informazioni: Le informazioni e i servizi forniscono un mezzo per scambiare informazioni con coloro che erogano l'assistenza sanitaria, se necessario?



- Connessione interpersonale e scelta: Gli utenti ricevono assistenza, informazioni e supporto attraverso l'intervento digitale e da parte dei fornitori di assistenza sanitaria pertinenti, in modo rispettoso, empatico e senza giudizi o stigmatizzazioni?
- Connessione interpersonale e scelta: Gli utenti esercitano una scelta, danno il consenso senza pressioni o coercizioni all'uso dell'intervento digitale?
- Continuità delle cure: Il sistema digitale consente ai fornitori di effettuare una valutazione adeguata delle condizioni di salute dell'utente e/o di fornire un rinvio appropriato a un professionista sanitario autorizzato e formato?
- Continuità delle cure: L'utente ha un collegamento affidabile con un professionista della salute per porre domande, esprimere dubbi e ricevere assistenza?

### Responsabilità

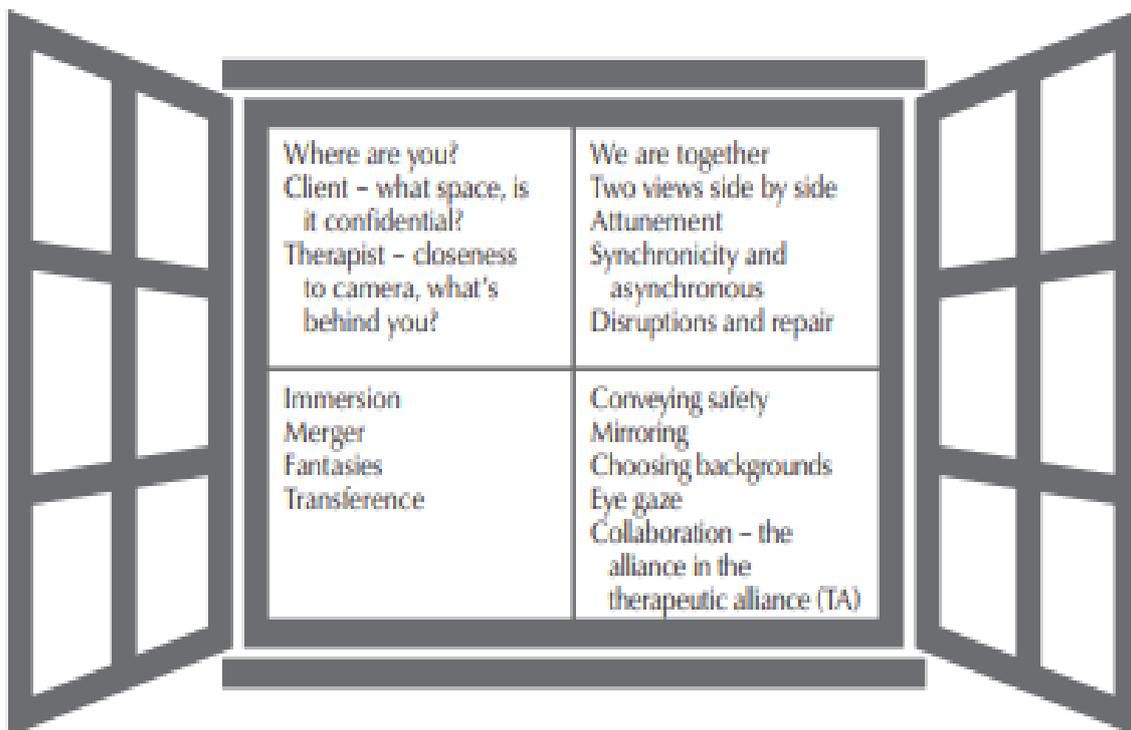
- L'implementazione e la progettazione sono conformi all'ambiente legale e politico o alle migliori pratiche globali in materia di qualità e sicurezza?
- Esiste un processo di revisione e miglioramento continuo dei servizi?
- Esiste un sistema di ricorso e di segnalazione di informazioni false?

(Autocura digitale: A Framework for Design, Implementation & Evaluation - <https://www.psi.org/wp-content/uploads/2020/09/Digital-Self-Care.pdf>)

## Il quadro terapeutico online <sup>1</sup>

Rachael Klug (2020) ha sviluppato un'utile immagine (Figura 2.1) per riassumere la cornice terapeutica online.

La presenza può essere migliorata utilizzando la tecnologia per creare questo effetto: altezza e distanza della telecamera da sé, posizionamento della luce naturale, cosa c'è dietro il terapeuta/uso di uno sfondo virtuale, tutto per creare la finestra aperta.



*Figure 2.1: The online therapeutic frame*

## Cura di sé (SCA)

- Cura degli occhi. Assicurarsi di avere occhiali adatti all'uso del computer e che non siano abbaglianti/specchianti.
- Orecchie e udito: le cuffie sono essenziali per la privacy e anche l'utente dovrebbe usarle. Se non si usano le cuffie, l'audio dell'interlocutore può essere scadente.

<sup>1</sup> Klug, R. (2020) Creare una cornice terapeutica. Slide didattiche del Diploma dell'Accademia di Counselling e Psicoterapia Online.



Chiedete un feedback, soprattutto quando avete una nuova cuffia. Una cuffia di buona qualità è un buon investimento.

- La postura è importante e influisce sul livello di affaticamento.
- Provate a sedervi e a guardare comodamente con la telecamera al posto giusto, a circa 5 cm sotto l'occhio e a circa 45-60 cm dalla testa. Provate diverse sedie per trovare quella giusta per la vostra altezza.
- Lavorare in digitale può significare essere molto statici. Fate delle pause e muovete il corpo;
- Stanchezza. Creare dei buoni limiti per quanto riguarda gli orari di lavoro aiuterà i livelli di stanchezza. Potrebbe essere necessario accettare meno utenti per un po' di tempo, fino a quando non ci si sarà adattati al lavoro online.

## Valutazione dello stile di apprendimento

Basandosi sul lavoro di Neil Fleming e Collen Mills (1992), il modello VARK è stato utilizzato per identificare la gamma di modalità sensoriali identificate come Visiva, Auditiva, Lettura e Cinestesica, attraverso le quali le persone selezionano le informazioni in base ai loro interessi o preferenze di apprendimento (Appendice 1).

Questo strumento è stato applicato di seguito in una tabella riassuntiva (Appendice 2) di esempi di attività per i giovani/bambini, tratti da progetti a livello europeo dei partner del progetto.

1. **Apprendenti visivi:** coloro che hanno bisogno di vedere immagini e grafici per apprendere meglio.
2. **Apprendenti uditivi:** coloro che hanno bisogno di sentire le informazioni.
3. **Apprendenti cinestesici:** coloro che hanno bisogno di impegnarsi in un'attività per afferrare un concetto.

Tuttavia, nessuno è solo un apprendente uditivo, cinestesico o visivo. Howard **Gardner** identifica le **Intelligenze Multiple** con almeno 8 diversi stili di apprendimento. **La bellezza degli interventi basati sulle tecniche artistiche digitali è che possono essere applicati a tutti o a ciascuno degli stili di apprendimento dei nostri beneficiari.**



## RISORSE UTILI

CONSORZIO EUROPEO PER L'EDUCAZIONE ALLE ARTI TERAPIE,  
<https://www.ecarte.info/>

ECARTE è un consorzio di università fondato nel 1991 e attualmente composto da 33 istituzioni di 15 Paesi europei. È un'organizzazione senza scopo di lucro. Il suo scopo principale è quello di rappresentare e incoraggiare lo sviluppo delle Arti Terapie a livello europeo, in particolare i corsi che offrono una formazione convalidata a livello nazionale e riconosciuta a livello professionale per gli arti terapeuti. Le arti terapie comprendono l'arteterapia, la danza e la terapia del movimento, la drammaterapia e la musicoterapia.

ECARTE è stato fondato nel 1991 dalle Università di Hertfordshire, Münster, Nijmegen e Parigi. Attualmente comprende 34 istituzioni membri di 13 Paesi europei.

<https://www.therapyspace.online/>

<https://zoom.us/signup>

<https://wetransfer.com/>

<https://sketch.io/sketchpad/>

<https://www.calm.com/>

<https://www.udemy.com/course/dance-therapy/>

<https://www.youtube.com/watch?v=16QBfWd6HT8>

<https://v-art.digital/digital-art-therapy/>

### Musicoterapia

38 applicazioni per musicoterapeuti: <https://www.heartandharmony.com/38-apps-for-music-therapists/>

<https://positivepsychology.com/music-therapy/>

### Modifica delle foto

<https://krita.org/en/>

[https://www.photopos.com/PPP3\\_BS/Default.aspx](https://www.photopos.com/PPP3_BS/Default.aspx)

<https://www.getpaint.net/>

<https://www.gimp.org/>

### Montaggio video



[https://filmora.wondershare.net/filmora-video-editor.html?gclid=CjwKCAjwgaeYBhBAEiwAvMgp2o0FuXMBwVCqB6dZ3VEX-sZcBvTyOtip8FE9ecupUur0o4km4VrrRoCI60QAvD\\_BwE](https://filmora.wondershare.net/filmora-video-editor.html?gclid=CjwKCAjwgaeYBhBAEiwAvMgp2o0FuXMBwVCqB6dZ3VEX-sZcBvTyOtip8FE9ecupUur0o4km4VrrRoCI60QAvD_BwE)

<https://www.movavi.com/learning-portal/best-video-editing-software-for-beginners.html?>

Storia di anoressia: [https://www.youtube.com/watch?v=Ymqo4u-Sh\\_k](https://www.youtube.com/watch?v=Ymqo4u-Sh_k)

Angela Megino: Sono un'introversa: [https://www.youtube.com/watch?v=U8LfG4b\\_R3Y](https://www.youtube.com/watch?v=U8LfG4b_R3Y)

Salute mentale e tecnologia digitale - Vertice mondiale sull'innovazione per la salute 2020: <https://www.youtube.com/watch?v=khoNHcN4lfQ>

"NON CHIAMATEMI PAZZO": MOSTRA D'ARTE DELL'INIZIATIVA PER LA SALUTE MENTALE DELLA MARSHALL UNIVERSITY:

[https://mds.marshall.edu/dont\\_call\\_me\\_crazy\\_exhibition/](https://mds.marshall.edu/dont_call_me_crazy_exhibition/)

<https://expressive-arts-therapy.thinkific.com/pages/trauma-informed-expressive-arts-therapy>

Gli Arteterapeuti britannici che lavorano online devono soddisfare gli standard dell'Health and Care Professions Council (HCPC):

<https://www.hcpc-uk.org/standards/standards-of-proficiency/>

<https://www.hcpc-uk.org/standards/standards-of-conduct-performance-and-ethics/>

Associazione britannica degli arteterapeuti: <https://www.baat.org/>

Associazione Americana di Arteterapia: <https://arttherapy.org/about/>

Altre associazioni internazionali di Arteterapia: <https://redpencil.org/arts-therapy-resources/list-of-art-therapy-associations/>

Elenco dei master in arteterapia: <https://redpencil.org/arts-therapy-resources/list-of-masters-in-art-therapy/>

## RIFERIMENTI BIBLIOGRAFICI

- Alders, A., Beck, L., Allen, P. B. e Mosinski, B. (2011). La tecnologia in arteterapia: sfide etiche. *Journal of the American Art Therapy Association*, 26(2), 58-65, 2009.
- Ansdell G., Pavlicevic M., Iniziare la ricerca nelle arti terapie. Una guida pratica, Jessica Kingsley Publishers, 2001
- Asawa, P., Le reazioni emotive degli arteterapeuti alle richieste della tecnologia. *Art Therapy: Journal of the American Art Therapy Association*, 26(2), 58-65, 2009
- Attaccamento, E., Fernandez, M., Mackesy, G., Manuale di salute mentale: 6 libri in 1: la teoria dell'attaccamento, l'ansia da abbandono, la depressione nelle relazioni, il recupero dalle dipendenze, il PTSD complesso, il trauma, la terapia CBT, l'EMDR e la psicoterapia somatica, Pubblicato indipendentemente, 2020
- Austin, B. Tecnologia, arte terapia e teoria psicodinamica: Animazione al computer con un adolescente in affidamento. In C. Moon (a cura di), *Materiali e media in arteterapia: Comprensioni critiche di diversi vocabolari artistici* (pp. 99-213). Gruppo Routledge/Taylor & Francis, 2010.
- Austin, B., Rinnovare il dibattito: La tecnologia digitale nell'arteterapia e nel processo creativo. *Art Therapy*, 26(2), 83-85, 2009
- Awais, Y. J., Blausey, D., *Foundations of art therapy supervision. Creare un terreno comune per supervisori e supervisori*, Routledge, 2020
- Beatfreaks, Campagna Power Of Youth, Hear it Now - Guida alla risposta al coronavirus\_v3, 2020
- Belkofer, C.M., McNutt, J.V. (2011). Comprendere la cultura dei social media e le sue sfide etiche per gli arteterapeuti. *Journal of the American Art Therapy Association*, 28(4), 159-164.  
<https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/07421656.2011.622684>
- Boyd, L., *Zendoodle da colorare. Natura colorata. 30 disegni di arteterapia con frutta, verdura e farfalle da colorare ed esporre*, 2015
- Brooke, S. L., Miraglia, D. A. (a cura di), *Using the creative therapies to cope with grief and loss (Usare le terapie creative per affrontare il lutto e la perdita)*, Charles C Thomas Publisher, 2015.



- Buchalter, S. I., 250 tecniche di arteterapia brevi, creative e pratiche, PESI Publishing & Media, 2017
- Buchalter, S. I., Un'arte terapia pratica, Jessica Kingsley Publishers, 2004
- Buchalter, S. I., Aumentare l'autostima negli adulti. Un approccio eclettico con l'arteterapia, la CBT e le tecniche basate sulla DBT, Jessica Kingsley Publishers, 2014.
- Bunt, L., Music therapy. Un'arte oltre le parole, Routledge, 2014
- Camilleri V. A. (a cura di), Guarire il bambino di città: Terapie artistiche creative con giovani a rischio, Jessica Kingsley Publishers, 2007.
- Carolan, R., Backos, A. (a cura di), Emerging perspectives in art therapy: Tendenze, movimenti e sviluppi, Routledge, 2017
- Case, C., The Handbook of art therapy, Routledge, 2006
- Cattanach, A., Processo nelle arti terapie, Jessica Kingsley Publishers, 1999
- Chaiklin, S., Wengrower, H. (eds), Dance and creativity within dance movement therapy. Prospettive internazionali, Routledge, 2020
- Chaiklin, S., Wengrower, H. (eds), The art and science of dance movement therapy. La vita è danza, Routledge, 2015
- Chaney, S.C., Mechael, P., HealthEnabled in collaborazione con il Self-Care Trailblazer Group, Digital self-care, A Framework for Design, Implementation & Evaluation, Self-Care Trailblazer Group, 2020
- Choe, N.S., Carlton, N.R., Dietro gli schermi: Consenso informato e alfabetizzazione digitale in arte terapia. Journal of the American Art Therapy Association, 36(1), 15-21, 2019.  
<https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/07421656.2019.1565060>
- Chilton, G., Gerity, L., LaVorgna-Smith, M., MacMichael, H.N. Un gruppo di scambio artistico online: 14 segreti per una vita da artista felice. Journal of the American Art Therapy Association, 26(2), 66-72, 2009.  
<https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/07421656.2009.10129741>
- Clark, S. M., DBT-Informed art therapy, mindfulness, terapia cognitivo-comportamentale e processo creativo, Jessica Kingsley Publishers, 2017
- Clark, S.M. (a cura di), DBT-Informed Art Therapy in Practice. Mezzi abili nella pratica, Jessica Kingsley Publishers, 2021

- Clarke, R., Adam, A., Digital storytelling in Australia, Academic perspectives and reflections, University of Tasmania, Australia, Arts & Humanities in Higher Education, author(s) 2010 reprints and permission: [sagepub.co.uk/journalspermissions.nav](http://sagepub.co.uk/journalspermissions.nav) vol 11(1-2) 157-176 Doi: 10.1177/1474022210374223
- Cohen, J. L., Johnson, J. L., Orr, P.P. (eds), Video and Filmmaking as Psychotherapy. Ricerca e pratica, Routledge, 2015.
- Cohen, R., Arte outsider e arte terapia. Storie condivise, problemi attuali e identità future, Jessica Kingsley Publishers, 2017.
- Colbert, T., Bent, C. (eds), Working across modalities in the arts therapies: Creative Collaborations, Routledge, 2018
- Coles, A., Jury, H., Art Therapy in Museums and Galleries Reframing Practice, Jessica Kingsley Publishers, 2020
- Commission on Accreditation of Allied Health Education Programs, Standards and Guidelines for the Accreditation of Educational Programs in Art Therapy, Standard inizialmente adottati nel 2016. Adottati dall'American Art Therapy Association, dall'Accreditation Council for Art Therapy Education e dalla Commission on Accreditation of Allied Health Education Programs. La Commission on Accreditation of Allied Health Education Programs (CAAHEP) accredita i programmi su raccomandazione dell'Accreditation Council for Art Therapy Education (ACATE).
- Crenshaw, D. A., Stewart, A. L. (eds), Play Therapy. Una guida completa alla teoria e alla pratica, 2015 The Guilford Press, 2015.
- D'Amico, D., 101 attività basate sulle Mindful Arts per far parlare bambini e adolescenti, Jessica Kingsley Publishers, 2016.
- Darley, S., Heath, W., Il libro delle attività di arti espressive. Una risorsa per i professionisti, Jessica Kingsley Publishers, 2007
- Deaver, S.P., Art-based learning strategies in art therapy graduate education, Journal of the American Art Therapy Association, 29:4, 158-165. Published online: 14 Dec 2012. Per collegarsi a questo articolo: <http://dx.doi.org/10.1080/07421656.2012.730029>
- Dubowski, J., Evans K., Art therapy with children on the autistic spectrum beyond words, Jessica Kingsley Publishers, 2001



- Duncum, P., La cultura visiva non è solo visiva: Multiliteracy, multimodalità e significato. Studi sull'educazione artistica: A Journal of Issues and Research in Art Education, 45(3), 252-264, 2004.
- ECARTE European Consortium for Arts Therapies Education, Promoting Excellence in Arts Therapies Education at a European level, The State of the Arts Therapies Training in Europe, (SATTIE), 2021, [www.ecarte.info](http://www.ecarte.info).
- Edwards, D., Art Therapy (Creative Therapies in Practice series), SAGE Publications, 2014.
- Elkis-Abuhoff, D., Gaydos M. (a cura di), Art and expressive therapies within the medical model clinical applications, Routledge, 2018
- Furth, G. M., Il mondo segreto dei disegni: Un approccio junghiano alla guarigione attraverso l'arte, Inner City Books, 2002.
- Fleming, N.D., Mills, C. (1992). Aiutare gli studenti a capire come imparano. The teaching professor, Vol. 7 No. 4, Magma Publications, Madison, Wisconsin, USA.
- Ganim, B., Disegnare dal cuore. Un programma di sette settimane per guarire il dolore emotivo e la perdita attraverso l'arte espressiva, Quest Books, 2004.
- Ganim, B., Fox, S.E., Visual journaling: Andare più in profondità delle parole, Quest Books, 1999
- Gantt, L., La scala degli elementi formali dell'arteterapia: Un sistema di misurazione per le variabili globali dell'arte. Journal of the American Art Therapy Association, 18(1), 50-55, 2001.
- Gibson, D., Una conversazione visiva con il trauma: Il visual journaling in arte terapia per combattere il trauma vicario. Journal of the American Art Therapy Association, 35(2), 99-103, 2018, <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/07421656.2018.1483166>
- Gibson, N., Fotografia terapeutica - Migliorare l'autostima, l'autoefficacia e la resilienza, Jessica Kingsley Publishers, 2018.
- Gilroy A., Art Therapy, Research and Evidence-based Practice, SAGE Publications, 2006.
- Gonzalez-Dolginko, B., Applying Developmental Art Theory in Art Therapy Treatment and Interventions Illustrative Examples through the Life Cycle (Applicare la teoria dell'arte dello sviluppo nel trattamento e negli interventi di arteterapia), Routledge, 2021.



- Gopnik, B., I 10 artisti più importanti di oggi. Newsweek, 157, 2011. Recuperato da <http://www.thedailybeast.com/newsweek/2011/06/05/the-10-most-important-artists-of-today.html>
- Gray, B., Young, A, Blomfield, T., Altered Lives: assessing the effectiveness of digital storytelling as a form of communication design, Continuum, 29:4, 635-649. Pubblicato online: 20 aprile 2015. Per collegarsi a questo articolo: <http://dx.doi.org/10.1080/10304312.2015.1025359>
- Gray, R., Art Therapy and Psychology, Routledge, 2008
- Green, E.G., Drewes, A.A., Integrare le arti espressive e la terapia del gioco con bambini e adolescenti, Wiley, 2013.
- Gussak D. E., Art and art therapy with the imprisoned, Routledge, 2019
- Gussak D. E., Rosal M. L. (eds), The Wiley Handbook of art therapy, John Wiley & Sons, 2016.
- Gussak, D., Nyce, J., Un ponte tra arte terapia e tecnologia informatica: La cassetta degli attrezzi visiva. Giornale dell'Associazione Americana di Arteterapia, 16(4), 194-195, 1999.
- Haeyen, S., Art therapy and emotion regulation problems. Theory and workbook, Palgrave Macmillan, 2018
- Halprin, D., Il corpo espressivo nella vita, nell'arte e nella terapia. Lavorare con il movimento, la metafora e il significato, Jessica Kingsley Publishers, 2008.
- Hamel J., Hamel H., Art therapy, dreams, and healing beyond the looking glass, Routledge, 2020
- Hamel J., Hamel H., Sogni e incubi in arte terapia. Il sogno del giaguaro, Routledge, 2021
- Hartley, N., Payne, M., Le arti creative nelle cure palliative, Jessica Kingsley, 2008.
- Hass-Cohen, N., Carr, R., Arteterapia e neuroscienze cliniche, Jessica Kingsley Publishers, 2008.
- Henley, David, Opere in argilla in arte terapia: Plying the sacred circle, Jessica Kingsley Publishers, 2002
- Hiland, E. B., Therapy Tech - La trasformazione digitale dell'assistenza sanitaria mentale, University of Minnesota Press, 2021.



- Hinz, L. D., Continuum delle terapie espressive: A framework for using art in therapy, Routledge, 2019
- Hinz, L., Disegnare da dentro: Using Art to Treat Eating Disorders, Jessica Kingsley Publishers, 2006.
- Hogan, S., Genere e differenza nelle arti terapie. Inscritto sul corpo, Routledge, 2020
- Hogan, S., Questioni di genere in arte terapia, Jessica Kingsley Publishers, 2002
- Homeyer, L. E., Sweeney, D. S., Sandtray therapy - A practical manual, Routledge, 2022
- Houston, E. (a cura di), 3 esercizi di CBT positiva, <https://positivepsychology.com/>.
- Jackson, L. C., L'umiltà culturale in arte terapia, Jessica Kingsley Publishers, 2020
- Jennings, S., Attaccamenti sani e gioco neurodrammatico, Jessica Kingsley Publishers, 2010.
- Joiner, L., Il grande libro delle idee di attività terapeutiche per bambini e adolescenti. Attività basate sulle arti e programmi di educazione del carattere che ispirano, Jessica Kingsley Publishers, 2016.
- Jones, P., Le arti terapie. Una rivoluzione nell'assistenza sanitaria, Routledge, 2020
- Kagin, S. L., & Lusebrink, V. B., Il continuum delle terapie espressive. Le arti in psicoterapia, 5(4), 171-180, 1978.
- Kaplan F. F., Arte, scienza e arteterapia. Riparare l'immagine, Jessica Kingsley Publishers, 2000
- Kaplan, F.F., Arteterapia e azione sociale: Curare le ferite del mondo, Jessica Kingsley Publishers, 2006.
- Kerr, C., Hoshino, J., Terapia artistica familiare. Fondamenti di teoria e pratica (Routledge series on Family Therapy and Counseling), Routledge, 2007.
- Kim, R., Terapia cognitivo-comportamentale. Superare ansia, depressione, stress e pensieri eccessivi. Aumentare la salute mentale e la durezza mentale attraverso l'ipnosi e il pensiero positivo, Pubblicato in modo indipendente, 2020.
- Kim, S., Un sistema informatico per l'analisi degli elementi legati al colore nella valutazione dell'arteterapia: Computer Color-Related Elements Art Therapy Evaluation System (C CREATES). Arti in psicoterapia, 37(5), 378-386, 2010.

- Kinai, M., Art therapy for dealing with depression, CreateSpace Independent Publishing Platform, 2012
- Klorer, P. G., Gli effetti del sovraccarico tecnologico sui bambini: Il punto di vista di un arteterapeuta. Journal of the American Art Therapy Association, 26(2), 80-82, 2009.
- Kniazzeh, C. R., Art Therapy, American Handbook of Psychiatry: Volume 7, 1981
- Knill, P. J., Levine, E.G., Levine, S.K., Principi e pratica della terapia delle arti espressive. Verso un'estetica terapeutica, Jessica Kingsley Publishers, 2004.
- Kometiani, M.K., Art therapy treatment with sex trafficking survivors. Facilitare l'empowerment, il recupero e la speranza, Routledge, 2019.
- Kramer, E., Arte come terapia: Pianificazione e creazione di gruppi, Jessica Kingsley Publishers, 2001.
- Kuniavsky, M., Osservare l'esperienza dell'utente, Morgan Kaufmann Publishers, 2003
- Landgarten, H. B., Arteterapia clinica, una guida completa, Brunner/Mazel, 1987
- Levens, M., Eating disorders and magic control of the body treatment through art therapy, Routledge, 1995.
- Levine, E.G., Levine S.K. (eds), Arte in azione. Terapia delle arti espressive e cambiamento sociale, Jessica Kingsley Publishers, 2011.
- Levine, E.G., Levine S.K. (eds), Foundations of expressive arts therapy. Prospettive teoriche e cliniche, Jessica Kingsley Publishers, 1998.
- Levy, F.J., Danza e altre terapie artistiche espressive quando le parole non bastano, Jessica Kingsley Publishers, 2020
- Liebmann M., Art therapy with physical conditions, Jessica Kingsley Publishers, 2015
- Liebmann, M., Arteterapia e rabbia, Jessica Kingsley, 2008
- Liebmann, M., Art therapy for groups. Un manuale di temi ed esercizi, Brunner-Routledge, 2004.
- Liebmann, M., Art therapy in practice, Jessica Kingsley, 1989
- Liebmann, M., Approcci artistici al conflitto, Jessica Kingsley, 1996
- Ligon, S., Digital art revolution, Watson-Guption Publications, 2010

- Lloyd, K., Un quadro di Hockney è ancora un quadro di Hockney quando viene creato su un iPad? Design Week (online), 2012. Recuperato da <http://www.designweek.co.uk/home/blog/3033389.article>
- MacWilliam, B., Lutto complicato, attaccamento e teoria dell'arteterapia, trattamento e 14 protocolli pronti all'uso, Jessica Kingsley Publishers, 2017
- MacWilliam, B., Harris, B.T., Trottier, D.G., Long, K. (eds), Creative arts therapies and the LGBTQ community, Jessica Kingsley Publishers, 2019
- Malchiodi, C. A.(ed), Arti creative e terapia ludica per i problemi di attaccamento, The Guilford Press, 2014
- Malchiodi, C. A.(ed), Interventi creativi con bambini traumatizzati, The Guilford Press, 2015
- Malchiodi, C. A.(ed), Terapie espressive, The Guilford Press, 2007
- Malchiodi, C. A.(ed), Handbook of art therapy, The Guilford Press, 2012
- Malchiodi, C. A., Terapia artistica medica con gli adulti, Jessica Kingsley Publishers, 2004
- Malchiodi, C. A., Il manuale di arte terapia e tecnologia digitale, Jessica Kingsley Publishers, 2018.
- Malchiodi, C.A., Capire i disegni dei bambini, The Guilford Press, 1998
- Marques, A., Queirós, R., Terapie digitali nella riabilitazione psicosociale e nella salute mentale, IGI Global, 2022.
- McNeilly, J., Arteterapia gruppoanalitica, Jessica Kingsley Publishers, 2005
- McNiff, S., L'arte come medicina: Creare una terapia dell'immaginazione, Shambhala, 2009
- McNiff, S., Integrare le arti nella terapia. Storia, teoria e pratica, Charles C Thomas Pub, 2009
- Medina, A.M, García F.J.C, Olguín J.A.M. (2018), Pianificazione e assegnazione di oggetti didattici digitali con realtà aumentata agli studenti dell'istruzione superiore secondo il modello VARK. Disponibile da: [https://www.researchgate.net/publication/328159784\\_Planning\\_and\\_Allocation\\_of\\_Digital\\_Learning\\_Objects\\_with\\_Augmented\\_Reality\\_to\\_Higher\\_Education\\_Students\\_According\\_to\\_the\\_VARK\\_Model](https://www.researchgate.net/publication/328159784_Planning_and_Allocation_of_Digital_Learning_Objects_with_Augmented_Reality_to_Higher_Education_Students_According_to_the_VARK_Model) [visitato il 10 aprile 2022].

- Mihailidis, A., Blunsden, S., Boger, J., Richards, B., Zutis, K., Young, L., et al. (2010), Verso lo sviluppo di una tecnologia per l'arteterapia e la demenza: Definizione dei bisogni e dei vincoli di progettazione. *The Arts in Psychotherapy*, 37(4), 293-300, 2010, <http://dx.doi.org/10.1016/j.aip.2010.05.004>
- Moon, B. L., *Terapia di gruppo basata sull'arte: Teoria e pratica*, Charles C Thomas Pub, 2016
- Moon, B. L., *Introduzione all'arteterapia: La fede nel prodotto*, Charles C Thomas Pub, 2016
- Moon, C. H. (a cura di), *Materials and media in art therapy: Comprensioni critiche di diversi vocabolari artistici*, Routledge, 2010.
- *Mosaici di significato, Partnership con le comunità di etnia nera e minoritaria per promuovere la salute mentale: un manuale*, pubblicato da NHS Greater Glasgow and Clyde, 2010.
- Moschini, L. B., *Art, play, and narrative therapy using metaphor to enrich your clinical practice*, Routledge, 2018
- Moschini, L. B., *Disegnare la linea: L'arteterapia con il cliente difficile*, Wiley, 2004.
- Mosinski, B. B., *Video arte e attivismo*. In C. M. Moon (a cura di), *Materiali e media in arte terapia: Comprensioni critiche di diversi vocabolari artistici* (pp.257-270), Routledge, 2010.
- Murphy, J., *Art therapy with young survivors of sexual abuse lost for words*, Routledge, 2000.
- Nucho, A. O., *Il modello psicocibernetico dell'arteterapia*, Charles C Thomas Pub, 2003
- Orr, P. P., *Remixing sociale: I media dell'arteterapia nell'era digitale*. In C. M. Moon (a cura di), *Materiali e media in arteterapia: Comprensioni critiche di diversi vocabolari artistici*. (pp. 89-100), Routledge, 2010.
- Orr, P. P., *Media tecnologici: Un'esplorazione delle qualità intrinseche. Le arti in psicoterapia*, 32(1), 1-11., 2005, <http://dx.doi.org/10.1016/j.aip.2004.12.003>
- Orr, P. P., *Formazione tecnologica per i futuri arteterapeuti: Esiste una necessità?* *Journal of the American Art Therapy Association*, 23(4), 191-196, 2006.



- Oxford, L, Wiener, D. J. (a cura di), Action therapy with families and groups using creative arts improvisation in clinical practice, American Psychological Association, 2003.
- Pepler, K. A., Arti multimediali: Educazione artistica per l'era digitale. Teachers College Record, 112(8), 2118-2153, 2010
- Peterson, B., Stovall, K., Elkins, D., & Parker-Bell, B., Art therapists and computer technology. Journal of the American Art Therapy Association, 22(3), 139-149, 2005.
- Police Scotland, Informazioni per adulti sopravvissuti ad abusi infantili - Film d'animazione - Marketing Toolkit, 2019
- Potash, J. S., Arte da fast food, terapia da talk show: L'impatto dei mass media sull'arteterapia degli adolescenti. Giornale dell'Associazione americana di arteterapia, 26(2), 52-57, 2009.
- Prensky, M., Nativi digitali, immigrati digitali, parte 1. On The Horizon, 9(5), 1-6, 2001a
- Prensky, M., Nativi digitali, immigrati digitali, parte 2: pensano davvero in modo diverso? On The Horizon, 9(6), 1-6, 2001b
- Rabin, M., Art therapy and eating disorders the self as significant form, Columbia University Press, 2003
- Ramsay, G. G., Sweet, H. B., A creative guide to exploring your life self-reflection using photography, art, and writing, Jessica Kingsley, 2004
- Rappaport, L., Arteterapia orientata alla focalizzazione: Accedere alla saggezza e all'intelligenza creativa del corpo, Jessica Kingsley Publishers, 2008.
- Rees, M., Drawing on difference. Art therapy with people who have learning difficulties, Routledge, 1998,
- Richardson, C., Expressive arts therapy for traumatized children and adolescents. Un modello in quattro fasi, Routledge, 2015.
- Riley, S., L'arteterapia contemporanea con gli adolescenti, Jessica Kingsley Publishers, 1999.
- Robbins, A., Goffia-Girasek, D., I materiali come estensione dell'ambiente di detenzione. In A. Robbins (Ed.), Gli artisti come terapeuti, Jessica Kingsley Publishers, 2000

- Rosal, M. L., *Terapia cognitivo-comportamentale dell'arte: Dal comportamentismo alla terza ondata*, Routledge, 2020
- Rosen, L. D., *Insegnare alla iGeneration. Leadership educativa*, 68(5), 10-15, 2011
- Rosenberg, K., (2012, 20 settembre). Gerhard Richter: "Pittura 2012". *The New York Times*. Recuperato da <http://www.nytimes.com/2012/09/21/arts/design/gerhard-richter-painting-2012.html>
- Rubin, J. A., *Approcci all'arte terapia. Teoria e tecnica*, Routledge, 2016.
- Rubin, J. A., *Art therapy - An Introduction*, Routledge, 2010
- Rubin, J. A., *Artful therapy*, Wiley, 2005
- Rubin, J. A., *Child art therapy*, John Wiley & Sons, Inc., 2005
- Schroder, D., *Piccole finestre sull'arteterapia. Piccole aperture per terapisti principianti*, Jessica Kingsley Publishers, 2004
- Silverstone, L., *Art therapy - The person-centred way art and the development of the person (L'arte e lo sviluppo della persona)*, Jessica Kingsley, 1997.
- Silverstone, L., *Esercizi di arteterapia: idee pratiche e ispirate per stimolare l'immaginazione*, Jessica Kingsley Publishers, 2009.
- Simon, R. M., *Autoguarigione attraverso l'arteterapia visiva e verbale*, Jessica Kingsley Publishers, 2005
- Snow, S., D'Amico, M. (eds), *Assessment in the creative arts therapies, designing and adapting assessment tools for adults with developmental disabilities*, Charles C Thomas Publisher, 2009
- Snyder, K., *The digital art therapy frame: creating a 'magic circle' in teleterapia*, *International Journal of Art Therapy*. Per collegarsi a questo articolo: <https://doi.org/10.1080/17454832.2020.1871389> Pubblicato online: 01 feb 2021.
- Snyder, K., *The practitioner's guide to child art therapy - Fostering creativity and relational growth*, Routledge, 2013.
- Spinuzzi, C., *La metodologia della progettazione partecipata. Comunicazione tecnica*, 52(2), 163-174, 2005
- Steed, R., *A Client-Centered Model of Instructional Design for Psychoeducation Interventions in Occupational Therapy*, *Occupational Therapy in Mental Health*, 30:2, 126-143, 2014, Per collegarsi a questo articolo: <http://dx.doi.org/10.1080/0164212X.2014.878536>

- Stein Safran, D., Art therapy and ADHD diagnostic and therapeutic approaches, Jessica Kingsley Publishers, 2002.
- Stone, J.(ed), Integrating technology into modern therapies - A clinician's guide to developments and interventions (Integrare la tecnologia nelle terapie moderne - Guida del medico agli sviluppi e agli interventi), Routledge, 2019.
- Su, C. Y., Chiu, C. H., Wang, T. I., Lo sviluppo di contenuti didattici conformi allo SCORM basati sul ciclo di apprendimento utilizzando la progettazione partecipativa. Journal of Computer Assisted Learning, 26(5), 392-406, 2010.
- Sunjin, N.C, An exploration of the qualities and features of art apps for art therapy, The Arts in Psychotherapy 41 (2014) 145-154
- Thong, S. A., Ridefinire gli strumenti dell'arteterapia. Journal of the American Art Therapy Association, 24(2), 52-58, 2007, <https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/07421656.2007.10129583>
- Timm-Bottos, J. (2016). Oltre la consulenza e la psicoterapia, c'è un campo. Ci vediamo lì. Journal of the American Art Therapy Association, 33(3), 160-162, 2016, <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/07421656.2016.1199248>
- Time to Change, Londra, Salvaguardia del personale in materia di salute mentale: un kit di strumenti per i datori di lavoro.
- Tuch, A., Bargas-Avila, J. A., Opwis, K., Simmetria ed estetica nella progettazione di siti web: È un affare da uomini. Computers in Human Behavior, 26(6), 1831-1837, 2010
- Venkatesh, V., Morris, M. G., & Ackerman, P. L., A longitudinal field investigation of gender differences in individual technology adoption decision-making processes. Organizational Behavior and Human Decision Processes, 83(1), 33-60, 2000.
- Wallace, K. O., Non c'è bisogno di parlarne. Indagine poetica dallo studio dell'arteterapia, Sense Publishers, 2015
- Waller, D., Arti terapeutiche e malattie progressive: Nameless dread, Routledge, 2002
- Waller, D., Sibbett C., Art therapy and cancer care (Facing Death), Open University Press, 2005
- Warren, B. (a cura di), Using the creative arts in therapy. Un'introduzione pratica, Taylor & Francis Group, 2003.



- Warren, B. (ed), Using the creative arts in therapy and healthcare. Un'introduzione pratica, Routledge, 2008
- Weston, S., Art Therapy with Neurological Conditions, Jessica Kingsley Publishers, 2015
- Wheatley, D. N., BipolART: Arte e disturbo bipolare: Una prospettiva personale, Springer Science & Business Media, 2012
- Wilson, H., Digital delivery of mental health therapies, a guide to the benefits and challenges, and making it work, Jessica Kingsley Publishers, 2022
- Wong, D., Lay, P.M.H., Oggetti trovati in arte terapia: Materiali e processo, Jessica Kingsley Publishers, 2021
- Organizzazione Mondiale della Sanità, "Fare ciò che conta in tempi di stress - Una guida illustrata", 2020.
- Zubala, A., Karkou V., Arts therapies in the treatment of depression, Routledge, 2020
- Zubala, A., Kennell, N., Hackett, S., Art therapy in the digital world: Una revisione integrativa delle pratiche attuali e delle direzioni future, Front. Psychol. 12:595536. 2021, recuperato da <https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsyg.2021.600070/full>.

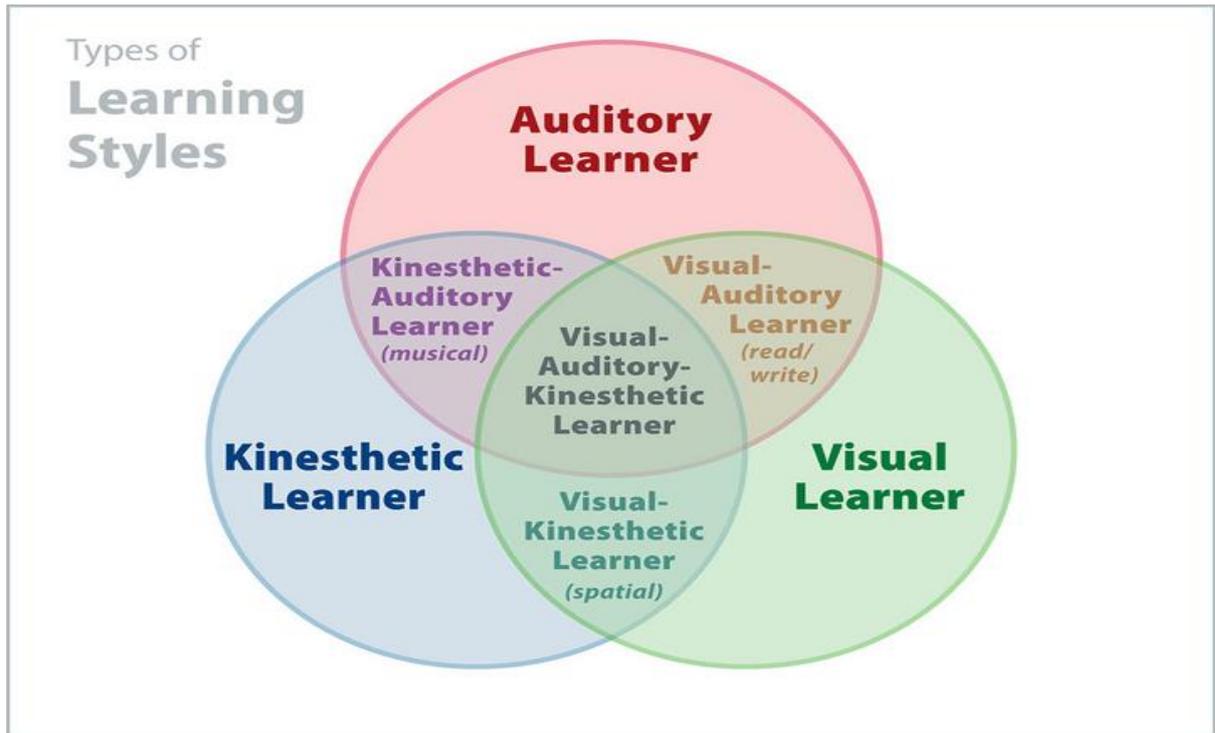
## APPENDICI

### APPENDICE 1: Uso degli stili di insegnamento VARK per identificare le modalità di apprendimento

#### Strategie di insegnamento per gli stili di apprendimento VARK<sup>2</sup>

Insegnamento strategie per stile visivo	Strategie di insegnamento per lo stile uditivo	Insegnamento strategie per lettore/scrittore stile	Strategie di insegnamento per cinestetica stile
<p><b>Utilizzo di:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Scritto Istruzioni</li> <li>- Concettuale mappe</li> <li>- Diagrammi, modelli, tavole sinottiche</li> <li>- Computer animazioni</li> <li>- Video, lucidi, fotografie e illustrazioni.</li> </ul>	<p><b>Utilizzo di:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Verbale Istruzioni</li> <li>- Ripetizione simile suoni</li> <li>- Audio</li> <li>- Dibattiti, discussioni e confronti</li> <li>- Brainstorming</li> <li>- Leggi il stesso testo con diversi riflessione</li> <li>- Guida e commentato lettura</li> </ul>	<p><b>Utilizzo di:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Scrivere un minuto</li> <li>- Letterario composizioni, riviste, blog e rapporti,</li> <li>- Elaborazione riassunti, recensioni e sintesi di testi,</li> <li>- Recensione di testi tra pari</li> </ul>	<p><b>Utilizzo di:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Giochi di ruolo e drammatizzazione</li> <li>- Dinamiche di gruppo che richiedono seduti e in piedi</li> <li>- La lavagna per risolvere i problemi</li> <li>- Manipolazione di oggetti da spiegare fenomeni</li> <li>- Gesti per accompagnare l'orale istruzioni</li> </ul>

<sup>2</sup> Antonia Mireles Medina, Pianificazione e assegnazione di oggetti di apprendimento digitali con realtà aumentata agli studenti dell'istruzione superiore secondo il modello VARK, 2018



Howard Gardner - Intelligenze multiple <sup>3</sup>



<sup>3</sup> <https://www.educationcorner.com/learning-styles.html>  
<https://oaklearners.ca/learning-styles-student-differentiation/>



## APPENDICE 2: Programmi, studi, relazioni, guide e kit di strumenti rilevanti a livello europeo

Tipo di terapia	CIPRO	GRECIA	ITALIA	ROMANIA	SPAGNA
<b>Visivo:</b>					
Arte digitalizzata		<b>FESTIVAL DELLE ARTI DIGITALI DI ATENE (ADAF)</b> <a href="https://www.adaf.gr/">https://www.adaf.gr/</a>		<b>PIATTAFORMA PER LA PROMOZIONE DELL'ARTE DIGITALE IN ROMANIA</b>  <a href="https://www.modernism.ro/2019/10/12/lansare-plataforma-de-promovare-a-artei-digitale-din-romania/">https://www.modernism.ro/2019/10/12/lansare-plataforma-de-promovare-a-artei-digitale-din-romania/</a>	
Pittura luminosa					
Fototerapia		<b>Terapia - La fotografia come esperienza terapeutica</b>	<b>Pratiche e metodologie di arteterapia utilizzate</b>		



Tipo di terapia	CIPRO	GRECIA	ITALIA	ROMANIA	SPAGNA
		<a href="https://www.art-therapy.gr/el/eap/366-phototherapy">https://www.art-therapy.gr/el/eap/366-phototherapy</a>	<p><b>nel trattamento delle vittime di abuso e violenza)</b></p> <p><a href="https://www.deepacts.eu/wp-content/uploads/2021/03/D3.3-Art-Therapy-Guidelines-IT-v.1.pdf">https://www.deepacts.eu/wp-content/uploads/2021/03/D3.3-Art-Therapy-Guidelines-IT-v.1.pdf</a></p>		
Video		<p><b>Video - Fototerapia</b></p> <p><a href="https://www.art-therapy.gr/el/eap/384-video-photo-therapy">https://www.art-therapy.gr/el/eap/384-video-photo-therapy</a></p>			<p><b>REC Riflettere Esperimento Cattura</b></p> <p><a href="https://issuu.com/fundacion_intras/docs/22_rec_-_gu_a_metodolog_ca/16">https://issuu.com/fundacion_intras/docs/22_rec_-_gu_a_metodolog_ca/16</a></p>



Tipo di terapia	CIPRO	GRECIA	ITALIA	ROMANIA	SPAGNA
Realtà virtuale aumentata					
<b>Auditivo:</b>					
Musicoterapia virtuale					
Terapia narrativa (racconto di storie)					
Collaborazione	<b>Associazione di Arteterapia di Cipro</b> <a href="http://carta-ngo.org/?fbclid=IwAR12ljC7CKsO-5ktJnqpxlh8k0opGWBNjjSLbvh2Q6w-WCEfRIv816o0MDs">http://carta-ngo.org/?fbclid=IwAR12ljC7CKsO-5ktJnqpxlh8k0opGWBNjjSLbvh2Q6w-WCEfRIv816o0MDs</a>				<b>Arteterapia e disabilità</b> <a href="https://www.centropsicoanaliticomadrid.com/publicaciones/revista/numero-19/arteterapia-discapacidad/">https://www.centropsicoanaliticomadrid.com/publicaciones/revista/numero-19/arteterapia-discapacidad/</a>
<b>Letture e cinestesia</b>					



Tipo di terapia	CIPRO	GRECIA	ITALIA	ROMANIA	SPAGNA
Residenze creative		<p>Mentoring artistico nelle strutture di assistenza mentale</p> <p><a href="https://www.edra-coop.gr/el/news/news2/item/1264-art-mentoring-enarxi">https://www.edra-coop.gr/el/news/news2/item/1264-art-mentoring-enarxi</a></p>			
Pubblicazioni			<p><b>Arteterapia durante una crisi di salute mentale: Rapporto sull'impatto della pandemia di coronavirus</b></p> <p><a href="https://www.arttherapy.org/upload/Art-Therapy-">https://www.arttherapy.org/upload/Art-Therapy-</a></p>	<p><b>Guida dell'ART-Therapist</b></p> <p><a href="https://www.arterapia.ro/Ghidul_Art_Terapeutului.pdf">https://www.arterapia.ro/Ghidul_Art_Terapeutului.pdf</a></p>	<p><b>Documenti di arteterapia e di educazione artistica per l'inclusione sociale.</b></p> <p><a href="https://revistas.ucm.es/index.php/ARTE/issue/view/3818">https://revistas.ucm.es/index.php/ARTE/issue/view/3818</a></p>



Tipo di terapia	CIPRO	GRECIA	ITALIA	ROMANIA	SPAGNA
			<a href="#">Coronavirus-Impact-Report.pdf</a>		
			<p><b>L'arteterapia al tempo di Covid</b></p> <p><a href="https://rivistaimpronte.net/2021/01/31/larteterapia-ai-tempi-del-covid/">https://rivistaimpronte.net/2021/01/31/larteterapia-ai-tempi-del-covid/</a></p>	<p><b>L'ARTETERAPIA NEI DISTURBI EMOTIVI DI BAMBINI E ADOLESCENTI</b></p> <p><a href="https://snpcar.ro/artterapia-in-tulburarile-emotionale-ale-copilului-si-adolescentului/">https://snpcar.ro/artterapia-in-tulburarile-emotionale-ale-copilului-si-adolescentului/</a></p> <p><a href="http://snpcar.ro/wp-content/uploads/2018/08/pdf25-2.pdf">http://snpcar.ro/wp-content/uploads/2018/08/pdf25-2.pdf</a></p>	
			<p><b>(Arteterapia: un gioco per bambini)</b></p>		



Tipo di terapia	CIPRO	GRECIA	ITALIA	ROMANIA	SPAGNA
			<p><a href="https://www.nuoveartiterapie.net/new/pdf/rivista/27-NuoveArtiTeraPie.pdf">https://www.nuoveartiterapie.net/new/pdf/rivista/27-NuoveArtiTeraPie.pdf</a></p>		
			<p>("Il boom dei libri da colorare e l'arteterapia: qual è il rapporto tra i due?").</p> <p><a href="https://www.arteterapia.bologna.it/il-boom-dei-coloring-books-e-l-arteterapia/">https://www.arteterapia.bologna.it/il-boom-dei-coloring-books-e-l-arteterapia/</a></p>	<p><b>L'ARTETERAPIA NELL'AFFRONTARE I DISTURBI PSICOPATOLOGICI DI BAMBINI E ADOLESCENTI</b></p> <p><a href="https://snpcar.ro/rolul-artterapieii-in-abordarea-tulburarilor-psihopatologice-la-copii-si-adolescenti/">https://snpcar.ro/rolul-artterapieii-in-abordarea-tulburarilor-psihopatologice-la-copii-si-adolescenti/</a></p>	
<b>Cinestetico:</b>					



Tipo di terapia	CIPRO	GRECIA	ITALIA	ROMANIA	SPAGNA
Arti visive, musica, teatro, danza, architettura, nuovi media e design.	Psicoterapia artistica therapy.blogspot.com/?fbclid=IwAR3QV2AHvyonCtP5_RZ9TCkp1LDLwJA6DYcPYmngaEEk4BxPMx02_92Z9YE	ART4MORE <a href="https://art4more.org/">https://art4more.org/</a>	<b>Psicodramma e cinema nella morte</b>  <a href="https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsyg.2018.00441/full#B48">https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsyg.2018.00441/full#B48</a>	<b>Guida al lavoro con tecniche di arteterapia per i genitori</b>  <a href="https://drive.google.com/drive/folders/1tgKCellhi5f6wecjNhAnmTRq8kOxOsr_0">https://drive.google.com/drive/folders/1tgKCellhi5f6wecjNhAnmTRq8kOxOsr_0</a>	<b>Progetto di Arteterapia Digitale TIC</b>  <a href="http://meuturo.com/category/en/">http://meuturo.com/category/en/</a>  <a href="https://www.youtube.com/channel/UCVKtQFtE_zOBKmJIG_EVLTw/videos">https://www.youtube.com/channel/UCVKtQFtE_zOBKmJIG_EVLTw/videos</a>
					<b>La Candela - Teatro e comunità</b>  <a href="http://www.lacandelateatrocomunidade.com/">http://www.lacandelateatrocomunidade.com/</a>
Danza-terapia (video-danza)					
Giochi interattivi (terapia ludica)				<b>EDULIER- AULA DIGITALE</b>	



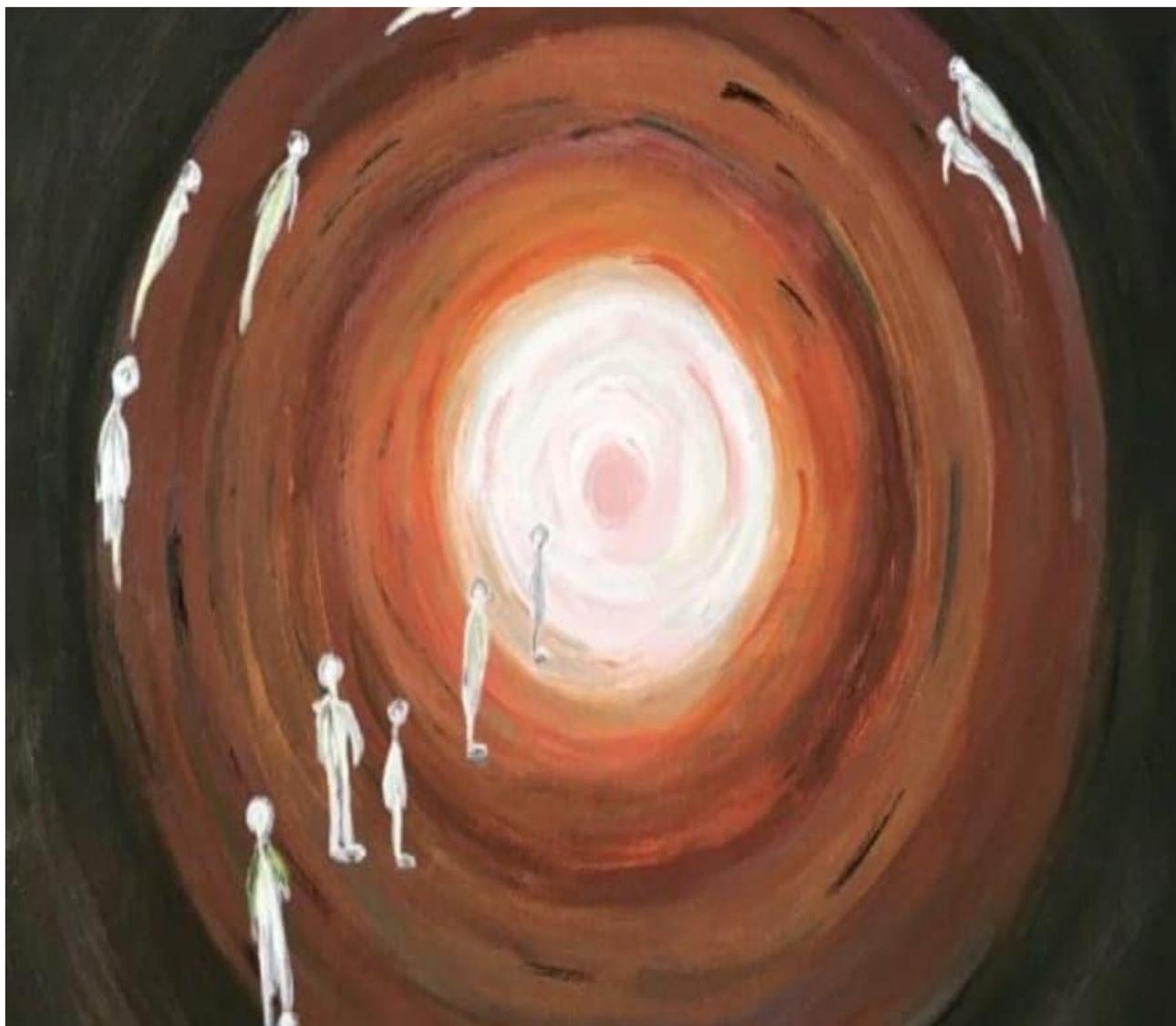
Tipo di terapia	CIPRO	GRECIA	ITALIA	ROMANIA	SPAGNA
				<p><b>INTERATTIVA PER BAMBINI CON DIFFICOLTÀ DI APPRENDIMENTO (DI)</b></p> <p><a href="https://www.nonguvernamental.org/ong/edulier-a-inaugurat-primul-centru-din-romania-pentru-copiii-cu-dificultati-de-invatare/">https://www.nonguvernamental.org/ong/edulier-a-inaugurat-primul-centru-din-romania-pentru-copiii-cu-dificultati-de-invatare/</a></p>	
Attività multisensoriali (fibre ottiche)					
Creativo	<b>Musicoterapia</b>				<b>Collegare l'arte</b>



Tipo di terapia	CIPRO	GRECIA	ITALIA	ROMANIA	SPAGNA
	<a href="https://www.facebook.com/NinaMusicianMusictherapy/">https://www.facebook.com/NinaMusicianMusictherapy/</a>				<a href="https://www.larteria.com/arteterapia-online/">https://www.larteria.com/arteterapia-online/</a>
					<p><b>Sessione di arteterapia con persone con disabilità intellettiva</b></p> <p><a href="http://fundacionlosalbar.es.org">http://fundacionlosalbar.es.org</a></p> <p><a href="https://youtu.be/C3bOBbsYaj4">https://youtu.be/C3bOBbsYaj4</a></p>
Espressione emotiva	<p><b>Arteterapia</b></p> <p><a href="https://www.facebook.com/aelios.arttherapy/">https://www.facebook.com/aelios.arttherapy/</a></p>		<p><b>Supporto all'arte attraverso strumenti innovativi per il lavoro con i giovani</b></p> <p><a href="https://cesie.org/media/ARTCOM-OER-EN-.pdf">https://cesie.org/media/ARTCOM-OER-EN-.pdf</a></p>	<p><b>Piano di intervento per ridurre l'ansia degli studenti</b></p> <p><a href="https://iteach.ro/experientedidactice/interventiede-reducere-a-">https://iteach.ro/experientedidactice/interventiede-reducere-a-</a></p>	<p><b>Laboratorio di arteterapia su Picasso</b></p> <p><a href="http://museocasanatalpicasso.malaga.eu/media/cion/programas-educativos/programa-">http://museocasanatalpicasso.malaga.eu/media/cion/programas-educativos/programa-</a></p>



Tipo di terapia	CIPRO	GRECIA	ITALIA	ROMANIA	SPAGNA
				<a href="#">anxietatii-elevilor-prin-art-terapie</a>	<a href="#">de-diversidad-e-integracion/</a>
			<p><b>(Progetto D.R.E.A.M. Realizzazione e responsabilizzazione dei minori)</b></p> <p><a href="https://www.nuoveartiterapie.net/crescere-attraverso-il-fare/">https://www.nuoveartiterapie.net/crescere-attraverso-il-fare/</a></p>	<p><b>Applicazione dell'arteterapia nel lavoro con bambini e giovani in situazioni di rischio (progetto)</b></p> <p><a href="http://expresive.ro/aplicarea-art-terapieii-in-lucru-cu-copii-si-tineri-aflati-in-situatii-de-risc/">http://expresive.ro/aplicarea-art-terapieii-in-lucru-cu-copii-si-tineri-aflati-in-situatii-de-risc/</a></p>	



***Pittura di Radu Ploeanu, Associazione Christal Children, Brasov, Romania***



Arteterapia digitale per giovani con condizioni di salute mentale in via di sviluppo o già esistenti - ARTY

Erasmus+ Nr. 2020-1-RO01-KA202-VOL



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union

Il sostegno della Commissione europea alla realizzazione di questa pubblicazione non costituisce un'approvazione dei contenuti, che riflettono esclusivamente le opinioni degli autori, e la Commissione non può essere ritenuta responsabile per l'uso che può essere fatto delle informazioni in essa contenute.