



Alina Staicu, Octavian Simon, Iulian Duma

Preservare il benessere mentale dei giovani durante la crisi migratoria in tempo di guerra

Come può aiutare l'arte

Manuale per genitori ed educatori

Introduzione

I dati resi noti dal governo rumeno nel giugno 2024 indicano che, tra il 24 febbraio 2022 e il 30 giugno 2024, un totale di 47.519 bambini ucraini sono stati iscritti al sistema educativo rumeno come segue:

- Istruzione prescolare: 12.371 iscritti come uditori, 5.874 iscritti come alunni, per un totale di 18.245
- Istruzione primaria: 9.074 iscritti come uditori, 2.702 iscritti come alunni, per un totale di 11.776
- Istruzione secondaria: 11.254 iscritti come uditori, 6.244 iscritti come alunni, per un totale di 17.498

Con il 55,48% di iscritti come alunni, possiamo affermare che tale percentuale rappresenta i bambini migranti che desiderano integrarsi.

La ricerca che abbiamo condotto ha rivelato alcune esigenze e problematiche che possono essere soddisfatte e affrontate nel sistema educativo, principalmente per quanto riguarda il benessere generale e mentale degli adolescenti migranti. I professionisti che lavorano con gli adolescenti migranti hanno sottolineato l'importanza della comunicazione e delle attività di integrazione che possono contribuire al loro benessere mentale e aiutarli ad affrontare lo spostamento, i cambiamenti e l'incertezza.

Il livello linguistico è stato menzionato come condizione principale per essere iscritti come alunni, passando dallo status di uditori a quello di studenti. L'apprendimento di una lingua straniera richiede molto tempo e l'isolamento è un pericolo reale per il benessere di un adolescente.

L'arte e la creatività possono svolgere un ruolo importante nel mantenimento del benessere degli adolescenti in generale e possono offrire un modo per esprimere e comunicare pensieri, emozioni e legami con i coetanei mentre la lingua è ancora a un livello base. L'arte può contribuire con immagini e illustrazioni al processo di apprendimento delle lingue, la creatività può aiutare ad articolare un messaggio o a colmare le lacune quando le parole non sono sufficienti e, non da ultimo, l'arte e la creatività possono aiutare ad esplorare la propria identità e facilitare l'apprendimento a scuola.

È stato dimostrato che metodi interattivi e creativi che coinvolgono il disegno e la grafica possono rendere più facili da comprendere e ricordare qualsiasi nozione di fisica e matematica.

L'arte e la creatività possono facilitare le relazioni sociali con i coetanei, aiutare la comprensione e l'accettazione. La danza, il teatro, i giochi di ruolo, l'artigianato, il disegno, la pittura, la modellazione dell'argilla, la ceramica, la fotografia, i video, l'animazione, l'arte digitale: tutte queste forme artistiche e creative di interazione possono anche migliorare e incoraggiare lo sviluppo e l'arricchimento personale.

Concentrandoci sulle arti visive in tutte le loro forme e tecniche, possiamo vedere in quali ambiti l'arte può apportare benefici, aiutare e contribuire al benessere degli adolescenti migranti.

Arteterapia

Definita come una modalità che utilizza il linguaggio non verbale dell'arte per la crescita personale, l'intuizione e la trasformazione, l'arte terapia può collegare la vita interiore - emozioni, percezioni, pensieri e sentimenti - con il mondo esterno e l'esperienza. Si ritiene che le immagini possano aiutarci a comprendere meglio chi siamo e a migliorare la qualità della nostra vita.

Molte persone trovano che fare arte possa essere rilassante e ridurre lo stress. Si ritiene inoltre che la creazione artistica sia una potente forma di comunicazione. L'arte ha dimostrato di essere un modo efficace per esprimere emozioni e sentimenti che le parole non riescono a trasmettere. L'arte terapia è praticata con una varietà di popolazioni, ma si è dimostrata un buon modo per migliorare la salute e il benessere.

Alcune caratteristiche che distinguono l'arte terapia dalle altre forme di creazione artistica:

- Disegnare dall'interno (Don Jones): è diverso dalla consueta richiesta dell'educazione artistica di disegnare dalla realtà, considerando le proporzioni e accuratezza, ha lo scopo di esplorare l'esperienza interiore, l'enfasi è sull'espressione e la resa di immagini che provengono dall'interno di una persona, indipendentemente dalle abilità di disegno.
- L'arte è un mezzo di comunicazione simbolica: l'arte può offrire intuizioni e la creazione artistica può essere un processo di guarigione
- Il significato è negli occhi dell'autore: se in altre forme d'arte l'interpretazione è parte del processo, nell'arte terapia è una ricerca di

autenticità e significato, la persona che crea l'immagine ne decide il significato.

- L'arte può essere terapeutica: quando le persone si esprimono in modo autentico attraverso l'arte, nel corso del processo possono trovare sollievo da crisi, traumi o emozioni forti e possono acquisire una maggiore consapevolezza di sé.
- L'arte può aiutare l'esplorazione di sé e il rilascio emotivo: l'espressione artistica non è un processo lineare e non ha le regole del linguaggio, quindi può esprimere complessità simultaneamente e può creare una risposta fisiologica di rilassamento o può aiutare a "purificare", scaricare emozioni forti (catarsi).
- La creazione artistica non richiede abilità o una formazione speciale: nell'arte terapia, la pittura e il disegno sono metodi di espressione semplici e facilmente accessibili a tutti, e fare arte è un'esperienza normalizzata.

Suggerimenti per gli adulti per incoraggiare i tentativi degli adolescenti di usare l'arte come terapia:

- Incoraggiare e apprezzare il processo, non il risultato.
- Ascoltate e siate aperti se il disegno/dipinto è accompagnato da una spiegazione del significato.
- Cercate di non esprimere il vostro gradimento o meno del risultato, ma mostrate interesse per il processo
- Fornire materiali diversi e vari per la creazione artistica
- Sottolineare l'importanza della comunicazione attraverso le immagini
- Apprezzare e incoraggiare la condivisione dei risultati
- Tutte le emozioni e i pensieri sono validi e vanno accolti con apertura quando vengono espressi

L'arte come strumento di esplorazione dell'identità

L'adolescenza è il momento dell'esplorazione e della costruzione dell'identità. Gli adolescenti sperimentano diversi ruoli, diversi hobby e forme di espressione di sé. Si credeva che solo "i talentuosi" potessero frequentare corsi d'arte, ma si è rivelato un preconcetto. Gli adolescenti possono e devono essere incoraggiati a provare diverse forme di espressione di sé, a trovare il modo giusto per un'esplorazione autentica, a trovare il proprio modo di raccontare storie senza parole.

Suonare uno strumento, disegnare, realizzare un collage o contemplare un dipinto e trovarvi un significato personale è diverso dalla formazione professionale che un futuro artista potrebbe scegliere, ma è utile per il benessere generale.

Esplorare l'identità attraverso l'arte è una manifestazione delle preferenze, aiuta a costruire storie al di là delle parole, il processo è più importante del risultato. Per costruire immagini sui propri valori, i propri progetti, le proprie simpatie e antipatie, sulla propria giornata, la storia personale può essere condivisa, esposta o semplicemente tenuta privata, come un diario.

Alcune caratteristiche dell'arte come strumento di esplorazione dell'identità:

- Può richiedere alcune competenze di base - lezioni che danno alcuni consigli su come fare qualcosa, ma con uno scopo preciso, ad esempio lezioni di chitarra per essere in grado di suonare una canzone preferita, lezioni di disegno per imparare le proporzioni per un autoritratto, conoscenze di base sui colori e le loro combinazioni.

- Le materie si concentrano sulle preferenze e sono formulate come proposte piuttosto che come compiti.
- L'esplorazione è incoraggiata anche nella storia dell'arte, non come compito a casa, ma come ricerca di significati e preferenze.
- Il design di moda e il design di prodotto possono essere esplorati come moodboard e storyboard.
- La storia personale e i ricordi possono essere collage, quaderni, album fotografici fatti a mano
- Piccoli diorami, layout o piccoli modelli possono essere utilizzati per esprimere le preferenze nelle decisioni quotidiane, ad esempio decorare la propria stanza, progettare uno spazio personale futuro, esprimere simpatie e antipatie

Consigli per gli adulti per sostenere l'esplorazione dell'identità attraverso l'arte:

- Incoraggiate e sostenete l'esplorazione di diversi hobby e l'apprendimento di diverse abilità creative
- Chiedete la loro opinione su questioni estetiche, su come dovrebbe essere la loro stanza, su cosa sta meglio
- Realizzate progetti comuni come uno spettacolo teatrale e costruite tutto da zero, dai costumi alle scenografie, ecc.
- Incoraggiate la tenuta di un diario creativo quotidiano, fornite i materiali e astenetevi dal dare valutazioni quando vengono condivisi
- Incoraggiate il processo e la perseveranza più che il risultato

L'arte come catarsi emotiva

L'arte non è sempre piacevole e accogliente, non è sempre rilassante e bella, come ha dimostrato la storia dell'arte. Espressionismo, Barocco, Postimpressionismo sono solo alcuni dei movimenti artistici che hanno dimostrato che l'arte riguarda anche la rabbia, la tristezza, la violenza, la bruttezza, le emozioni negative e non necessariamente immagini belle. E questo è il paradosso: la bellezza a volte deriva dall'autenticità e dalla forza di affrontare le emozioni negative invece di negarle. Traumi, paure, incertezze, tutto svanisce una volta che viene contenuto e trasformato in immagine. Per un adolescente è allettante sfidare le regole, testare i limiti, ignorare le norme. Fortunatamente, quando questo accade nelle arti visive, nessuno ne soffre. L'angoscia, la malinconia, il dolore vengono semplicemente "purificati" e talvolta il risultato può essere audace ed esteticamente soddisfacente.

Alcune caratteristiche dell'arte usata come catarsi:

- Può portare sollievo all'autore
- Può soddisfare l'impulso di sfidare le norme e le regole senza pericoli o danni reali
- Può dare potere all'autore non conformandosi alle aspettative usuali
- Può portare alla regolazione emotiva, una volta che l'intensità delle emozioni negative è stata collocata in un contesto creativo, si è dimostrato improbabile che si manifesti in altri ambiti della vita
- Può stimolare la creatività e fungere da disinibitore in progetti futuri, una volta eliminata la pressione estetica
- Aiuta ad affrontare le emozioni negative e a gestirle, sviluppando resilienza e accettazione

Suggerimenti per gli adulti che incoraggiano il processo artistico come catarsi:

- Mostrare accettazione e comprensione se l'opera viene condivisa
- Non esprimere disapprovazione, shock o disgusto
- Se discutete di arte, non trascurate i capolavori che esprimono tristezza, rabbia, violenza o l'arte che non è "piacevole"
- Incoraggiate l'autenticità e sottolineate il modo in cui l'autore si è sentito durante il processo, più che il risultato
- Valutare il risultato con onestà ed evitare valutazioni normative

L'arte come allenamento visivo

Il modo in cui gli artisti vedono il mondo come colori, ritmi, intersezioni e direzioni di linee, forme e frammenti di realtà può migliorare e arricchire la vita di un adolescente e contribuire al suo benessere, offrendo maggiore interesse a una situazione o immagine comune. Gli adolescenti possono trovare un certo fascino nel notare qualcosa di unico, che parla solo a loro. Gli adolescenti diventano consapevoli delle preferenze personali e sensibili alle caratteristiche estetiche anche di oggetti banali. Alcuni oggetti diventano desiderabili per determinate caratteristiche visive o per la pressione dei coetanei. L'allenamento visivo consiste nel popolare l'immaginario di un adolescente con alternative migliori, incoraggiando opinioni, selezioni e analisi visive. Una mostra, un museo, un album artistico non sono sempre sufficienti né attraenti per un adolescente il cui mondo è pieno dei colori e delle forme della cultura pop.

Caratteristiche dell'uso dell'arte come formazione visiva:

- Richiede pazienza ed esposizione a una selezione di immagini e disegni stimolanti, di buona qualità e confermati dalla storia dell'arte.
- Richiede attenzione, selezione e decisione
- Dà la capacità di organizzare sentimenti, pensieri e percezioni sul mondo attraverso le immagini
- Un'immagine artistica può rivelare alcuni sentimenti o pensieri inaccessibili attraverso le parole

Consigli per gli adulti che utilizzano l'arte come formazione visiva per gli adolescenti:

- Utilizzare immagini tratte dalla storia dell'arte come sfida per trovare sfumature, colori insoliti, contrasti
- Facilita l'accesso alle opere d'arte meno famose e inserisci anche immagini della cultura pop per normalizzare le immagini artistiche
- Incoraggiare opinioni, preferenze e selezioni
- Consentire repliche, interpretazioni, interventi e incoraggiare il coinvolgimento personale con l'opera d'arte
- Enfatizza, quando utilizzate in un'opera personale, le somiglianze con opere d'arte consolidate

L'arte come esperienza sensoriale

L'arte coinvolge i sensi tattili e visivi, ma anche il movimento fisico. Per un adolescente, sentire i materiali, esplorare le diverse operazioni come mescolare i colori, incollare, scolpire, toccare, spostare oggetti, organizzare superfici, modellare, tagliare è un'esperienza di scoperta di sé. Contribuisce alla consapevolezza, è per lo più rilassante e distensivo, richiede attenzione e coinvolgimento nel momento. L'uso di materiali, texture, colori e persino suoni diversi può arricchire l'esperienza e aiutare l'espressione di sé su più livelli.

Lavorare con i materiali e il corpo migliora il momento presente, ma può anche aiutare a definire o richiamare i ricordi e le percezioni.

Caratteristiche dell'arte come esperienza sensoriale:

- Aiuta ad arricchire l'esperienza sensoriale
- Coinvolge più sensi, richiede consapevolezza e coinvolgimento nel momento
- Le diverse consistenze e i diversi materiali ampliano le modalità di espressione di sé
- Allena l'attenzione e la concentrazione, aiuta a organizzare le informazioni visive e tattili
- Crea un legame tra l'autore e l'ambiente circostante
- Amplia la connessione tra il materiale e l'emotivo

Suggerimenti per gli adulti che incoraggiano il lavoro creativo come esperienza sensoriale:

- Assicuratevi di avere a disposizione un'ampia gamma di texture e materiali per incoraggiare il maggior numero possibile di operazioni tattili
- Lavorare per fasi e offrire guida quando necessario
- Incoraggiare le associazioni e le connessioni tra l'esperienza di realizzazione di un oggetto/opera, i sensi coinvolti e il messaggio espresso
- Incoraggiare l'iniziativa e accettare suggerimenti

L'arte come conoscenza

Anche conoscendo la lingua, ci sono sentimenti, pensieri ed esperienze difficili da esprimere. Il linguaggio implicito dell'arte è un modo per conoscere le convinzioni più profonde, i valori e la personalità dell'autore. Per un adolescente è un modo per arrivare al cuore dei sentimenti e dei pensieri in modo molto naturale. È ciò che l'artista Paul Klee era convinto fosse lo scopo dell'arte: "rendere visibile l'invisibile". Una forma di esperienza spirituale, ma basata su scoperte e conoscenze reali che non hanno bisogno di parole per essere comunicate.

Comprendere meglio qualcosa, facilitare l'appropriazione di una nuova nozione, ottenere un coinvolgimento reale nel processo di apprendimento, è stato dimostrato che la creatività deve essere coinvolta a un certo livello. Più di ogni altra cosa, aiuta la conoscenza di sé e la scoperta di sé.

Cosa dovremmo sapere sul processo creativo:

- Comprende la preparazione, la raccolta di ispirazioni, idee, materiali e persino documentazione.
- La fase successiva è quella del coinvolgimento, chiamata anche incubazione, una fase in cui nascono esplorazioni, tentativi ed errori, versioni dello stesso argomento.
- L'illuminazione è il momento in cui si ottiene il risultato, la decisione e il risultato.
- L'ultima fase del processo creativo consiste nel verificare il risultato, apportare alcune modifiche o dare gli ultimi ritocchi.

- Ogni persona, in un'impresa creativa, indipendentemente dalla sua ampiezza, attraversa delle fasi e arriva a conoscere qualcosa di sé stessa basandosi su di esse, sugli interessi, sui modi di cercare e trovare, sulle forme del risultato finale, sul prodotto finale trasformato che viene condiviso con il pubblico.
- La valutazione di un processo creativo consiste nella frequenza, nella concentrazione e nella durata.
- Il prodotto artistico finale è il risultato di una decisione personale.

Consigli per gli adulti che aiutano gli adolescenti a conoscere il loro processo creativo:

- La creatività non può essere insegnata, ma può essere sostenuta e incoraggiata
- Siate permissivi, senza giudizi o pregiudizi, e incoraggiate il brainstorming e le nuove idee.
- Sottolineate che l'arte offre molteplici modi di conoscere e che tutti sono validi.
- Incoraggiare l'impegno nel processo e il distacco dal risultato
- La capacità di tollerare l'ambiguità e affrontare le contraddizioni è la chiave della creatività
- Offrire uno spazio sicuro e rispettare le fasi del processo creativo, senza dimenticare che è individuale e diverso per ogni persona

L'arte come forma di integrazione sociale

La creazione artistica e il processo creativo sono spesso percepiti come attività solitarie che richiedono molta concentrazione e isolamento dal mondo che potrebbe disturbare l'artista. Per un adolescente il processo è un'attività solitaria il più delle volte, ma è socialmente condizionata. L'ispirazione proviene dal mondo che faticano a comprendere, l'espressione di sé è importante per essere condivisa con i coetanei, è importante essere accettati e compresi. Nell'adolescenza si incontra spesso un atteggiamento contraddittorio, l'oscillazione permanente tra isolamento ed esposizione pubblica, tra sfida alle regole e ricerca di approvazione. Le attività creative possono bilanciare e conciliare le direzioni contraddittorie. Il linguaggio artistico è universale e permissivo, può facilitare una migliore comprensione, ma può anche rimanere criptico e privato. Può essere intimo e personale, ma può anche essere condiviso e discusso. La creazione artistica si occupa delle caratteristiche più individuali e particolari di una persona.

figlio, ma è universalmente e profondamente umano. Un processo creativo condiviso con un gruppo è un'opportunità di legame, porta un afflusso di novità e interesse. L'interazione, la solidarietà e il senso di appartenenza sono solo alcuni dei vantaggi. La creazione artistica sfuma i confini tra gli individui e rispetta, anzi celebra, le differenze.

L'espressione di sé, quando incoraggiata ad essere onesta e autentica, è un'opportunità per comunicare e impegnarsi in una comunicazione non verbale, implicita.

Alcune caratteristiche dell'arte come integrazione sociale:

- È necessario un facilitatore che guidi e proponga argomenti e temi, incoraggi l'autenticità e moderi eventuali dibattiti.
- Non è sufficiente che gli adolescenti lavorino fianco a fianco nello stesso spazio, occorre creare un certo contesto, un argomento comune, un interesse comune.
- Per facilitare l'integrazione e l'interazione, il tema creativo deve essere adeguato all'età, alle preferenze e alle preoccupazioni degli adolescenti.
- Un'opera d'arte comune può essere un buon punto di partenza: nell'arte terapia uno dei temi ricorrenti è "Un mondo perfetto" (C. Malchiodi), un'opera in cui tutti i partecipanti aggiungono l'elemento del loro mondo perfetto. Nell'immagine collettiva ognuno può riconoscere l'elemento che ha aggiunto, ma il risultato è il contributo comune.

Suggerimenti per gli adulti che utilizzano l'arte per l'integrazione sociale:

- Indagare gli interessi, le preferenze e le preoccupazioni degli adolescenti per trarne ispirazione per un argomento da proporre.
- Esponi e mostra tutti i lavori: la valutazione si basa sul coinvolgimento nel processo, non sul valore estetico.
- Incoraggiare la condivisione e moderare i dibattiti.
- Incoraggiare l'accettazione e la diversità.
- Enfatizza l'esperienza di gruppo e gli interessi condivisi.

L'arte come contributo alla comunità

L'arte può essere un modo potente per esprimere ideali e valori comuni e ha un impatto sottile e significativo. Non importa l'età, la forma o gli standard estetici. Tutti ricordiamo gli arcobaleni disegnati dai bambini durante i momenti difficili, il messaggio "Tutto andrà bene" che ha dato speranza. Era semplice, realizzato dai bambini, ma potente e con una carica simbolica che lo ha reso emblematico. Fanzine, poster, adesivi possono sempre esprimere gli ideali dei membri di una comunità, ma, oltre a ciò, possono creare un'atmosfera, possono effettivamente contribuire al benessere di un'intera società. Gli adolescenti sanno quali sono i problemi che affliggono la loro comunità e

desiderio di partecipare alla risoluzione del problema. Essere attivi e coinvolti, sottolineando i valori condivisi contribuisce al benessere di qualsiasi adolescente di qualsiasi gruppo vulnerabile. Contribuire in modo creativo è un processo significativo per entrambe le parti coinvolte. Può trattarsi di una campagna per l'ambiente, di un festival artistico o di una serie di eventi culturali.

Alcune caratteristiche del contributo artistico nella comunità:

- Deve essere autentico, reale e provenire da coloro che sono direttamente coinvolti
- Richiede attenzione e altruismo e rafforza il senso di appartenenza
- Richiede coinvolgimento e lavoro di squadra
- È incentrato su valori e convinzioni senza essere estremo o dogmatico
- I modi specifici dell'arte sono delicati, sottili e a basso rischio
- Incoraggia l'iniziativa e il legame con l'ambiente circostante
- Previene l'isolamento, sia individuale che all'interno di una categoria sociale o comunità etnica

Suggerimenti per gli adulti che incoraggiano il coinvolgimento artistico nella comunità:

- Lascia che siano gli adolescenti a identificare il problema o l'ideale su cui vogliono agire.
- Facilitate i contesti di apprendimento e moderate il lavoro di squadra.
- Incoraggiare la leadership e l'iniziativa e aiutare nella risoluzione dei problemi.
- Facilitare e promuovere l'iniziativa, mediare i collegamenti tra la comunità e i promotori del progetto.
- Lavora con i progetti, in fasi successive, per offrire continuità e visibilità.
- Aiutare dove necessario, ma garantire e incoraggiare l'autonomia.

Creatività e attività artistiche con adolescenti migranti in tempo di guerra e crisi migratoria

In tempi di crisi è importante che i bambini migranti non solo sopravvivano, ma anche prosperino. Il benessere è legato alla possibilità di esprimersi, all'opportunità di scoprire se stessi e di condividere con gli altri. In tempo di guerra, gli adolescenti migranti devono affrontare una doppia crisi, quella inerente all'età e quella dell'incertezza, dell'ignoto e dello sfollamento. Conciliare l'alterità con l'appartenenza è difficile anche per un adulto.

Imparare una lingua straniera richiede tempo e l'isolamento dell'adolescente migrante non è auspicabile.

La creatività può essere stimolata e incoraggiata in tutte le discipline e forme di istruzione, e le attività artistiche possono portare a una forma di espressione personale che le parole non sono (ancora) in grado di fornire.

Il sistema educativo basato sui valori europei sostiene spesso progetti volti a promuovere la diversità culturale e l'espressione artistica. I programmi educativi, nazionali o avviati da ONG, sostengono gli adolescenti nel loro tentativo di scoperta e espressione di sé.

L'arte può fornire un modo di comunicare senza parole, un linguaggio universale in grado di esprimere le particolarità, di integrare le peculiarità personali e culturali in una prospettiva più ampia.

Bibliografia

1. Amabile, T.M. (1996), *Creativity in context*. Boulder, CO: Westview Press
2. Arnett, J.J. (2001). *Adolescenza e età adulta emergente: un approccio culturale*, Upper Saddle River, NJ: Prentice-Hall
3. Bandura, A. (1986). *Teoria dell'apprendimento sociale*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall
4. Betensky, M. (1973). *Self-Discovery Through Self-Expression*. Springfield, Illinois: Charles C. Thomas
5. Chatteerjee, A. (2014). *Il cervello estetico: come ci siamo evoluti per desiderare la bellezza e godere dell'arte*, Oxford University Press
6. Csikszentmihalyi, M. (1999). Implicazioni di una prospettiva sistemica per lo studio della creatività. In R. Sternberg *Manuale di creatività*. Cambridge: Cambridge University Press, 313-335
7. Dweck, C. S. (2000). *Teorie del sé: il loro ruolo nella motivazione, nella personalità e nello sviluppo*. Filadelfia: Psychology Press.
8. Erikson, E. , (1968), *Identità, gioventù e crisi*, W.W. Norton&Company
9. Fabini, D., (2006), *Creativitate artistică. Relații între artele vizuale și terapia prin artă*, (*Creatività artistica. Relazioni tra arti visive e terapia attraverso l'arte*). Presa Universitară Clujeană
10. Gardner, H. (1982). *Art, Mind and Brain*. New York: Basic Books.
11. Harter, S. (1999). *The Construction of the Self. A Developmental Perspective*. Guilford Press, New York
12. Malchiodi, A. C., (2007), *Art therapy sourcebook*, McGraw. Hill
13. Wadeson, D, (1992), *Advances in art therapy*, Open Univ. Pr., Buckingham
14. Whitley, D.S.(2009). *Pitture rupestri e spirito umano: l'origine della creatività e della fede*. Prometheus Books
15. Yaden, D.B, Newberg, A.B, (2022) *Le varietà dell'esperienza spirituale*, Oxford Press University
16. <https://culture.ec.europa.eu/creative-europe>

